



# JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITIES SCIENCES RESEARCH

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi

Open Access Refereed e-Journal & Refereed & Indexed

Article Type	Research Article	Accepted / Makale Kabul	23.01.2019
Received / Makale Geliş	12.11.2018	Published / Yayınlanma	25.01.2019

## BAĞLANMANIN BENLİK ALGISI, ANKSİYETE VE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

### INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE CONNECTION AND THEIR RELATIONSHIP WITH ANXIETY AND DEPRESSION

Arş. Gör. Haydeh FARAJİ

Gelişim Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul / TÜRKİYE, ORCID: 0000-0001-5306-6546

Uzm. Psikolog Fethiye Zalim BAŞBEKLEYEN

Pediamer Eğitim Danışmanlık, fethiyebasbekleyen@gmail.com İstanbul / TÜRKİYE, ORCID: 0000-0001-9900-1182

#### ÖZET

Bu çalışmanın amacı aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanmanın, ortaokul son sınıf öğrencilerinde benlik algısı, sosyal anksiyete, depresif belirtiler arasında bir ilişki olup olmadığını saptamaya çalışmaktır. Bu araştırmanın örneklemini İstanbul iline bağlı Bakırköy, Beyoğlu, Başakşehir ilçelerindeki 8. Sınıfa giden öğrenci bireylerdir. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Aile İçi Yakın İlişkilerde Deneyimler Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Profili, Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama ölçekleri ile elde edilen veriler bilgisayar ortamına sayısal ifade olarak girilmiş ve bu veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (spss 18) kullanılarak istatistiksel sonuçlara dönüştürülmüştür. Bağlanma Kaygısı ile Sosyal Anksiyete puanı arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla spearman korelasyon sonucunda pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma Kaygısı artarken Sosyal Anksiyete artmaktadır. Bağlanma kaygısı ile depresyon değerleri arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan spearman korelasyon sonucunda pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma kaygısı artarken depresyon artmaktadır. Bağlanma kaygısı ile benlik algısı alt düzeyleri arasında ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan spearman korelasyon sonucunda zayıf ters orantılı ilişki bulunmuştur. Bağlanma kaygısı artarken eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim azalmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma, Benlik Algısı, Kaygı, Sosyal Kaygı, Depresyon

#### ABSTRACT

The study aims at indicating whether there is a relation between the insecure attachment between the child and the family and selfness perception, social anxiety, depressive symptoms seen in 8th grade students. The sample of this research is the students who went to the 8th class in Bakırköy, Beyoğlu, Başakşehir districts of İstanbul province. Personal Information Form, Family Related Related Experience Scale, Self-Perception Profile for Children, Social Anxiety Scale for Children, Depression Scale for Children were used in this study. The data obtained with the data collection scales were entered into the computer environment as numerical expressions and this data was converted to statistical results using statistical package program (SPSS 18) for social sciences. It has been found that there is a positive relation in the Spearman Correlation results applied to see whether there is a relationship between attachment anxiety and social anxiety. As the attachment anxiety increases, social anxiety tends to increase in parallel. There has been found a positive relation in Spearman Correlation applied to analyze the relation between attachment anxiety and depression. When attachment anxiety increases, depression tends to be increasing. There has been found slight reverse relation between attachment anxiety and selfness perception by the Spearman Correlation results in order to measure the relation between these aforementioned two. In cases where attachment anxiety tends to be increasing, educational proficiency, social acceptance, physical appearance and behavioral control tend to be decreasing.

**Key Words:** Attachment, Self-Perception, Anxiety, Social Anxiety, Depression

## 1. GİRİŞ

Kişi, hayatının başından beri yaşamını idame etmek için öncelikle yakın bir sosyal çevreye ihtiyaç duyar. Yakın ilişkiler erken çocukluk döneminde önemli olduğu gibi yaşamın her döneminde önemini devam ettirmektedir. Yaşamı süresince sağlıklı bir gelişim göstermeyi, sosyal çevresi ve kendisiyle oluşturduğu ilişkilerle elde edebilmektedir. Sosyal bir varlık olan insan diğer bireylerle aynı ortamda yaşama arzusu taşır. Diğer canlılara göre insan fitratı gereği anne babanın yardımına daha fazla ve daha uzun bir zamanda ihtiyaç duyar. Yaşam boyunca önemli olan bağlanma; kişinin bakım vereniyile olan ilişkiler örüntüsünü ifade eder.

İnsan yaşamı evrelere ayrılacak olursa; bebeklik, çocukluk, gençlik, yetişkinlik, orta yaşlılık, yaşlılık olarak ayrılabilir. Evreler arası kesin yaş sınırı olmamakla birlikte bir evre tamamlandıktan sonra diğerine geçilebilmektedir. Her dönem kendine has özelliklere sahiptir. Ortaokul son sınıf öğrencilerindeki bağlanma yaşantıları çocuğun gelişimsel sürecinin bir sonucu olarak diğer çocukluk ve yetişkinlik dönemlerine göre bazı farklılıklar göstermektedir.

Bağlanma yaşantıları ergenlik veya başlangıcında olan ortaokul son sınıf öğrencilerinde çocuğun gelişimsel sürecinin bir sonucu olarak diğer çocukluk ile yetişkinlik dönemlerine göre bazı değişiklikler göstermektedir. Bilişsel ve sosyal becerilerin gelişimi, düşünme yetilerinin farklılık kazanması ve benzeri sebeplerle bu dönemde anne-baba ile ilişkiler daha karmaşık ve sembolize bir hale dönüşmektedir. Çocuk üzerindeki bağlanmada kişinin fiziki varlığı ya da yokluğu bir bakıma etkisi azalsa da, artan yaşla birlikte ihtiyaçlarının beklentilerine göre karşılanması çocuk için daha çok önem kazanmaktadır. Bu dönemde diğer çocukluk dönemlerinden farklı olarak öz bildirim vasıtasıyla da değerlendirme yapılabilmesi olasıdır. Ancak genel olarak öz bildirime dayalı çalışmalar pek bulunmamaktadır. Çocukluktaki bağlanma şekli çocuğun benlik saygısını doğrudan etkilediği düşünülmektedir.

Benliğin oluşması kişinin kendine yönelik farkındalığı kazandıktan sonra çevresiyle girdiği iletişimle meydana gelmektedir. Benlik, bireyin bulunduğu çevrede olup bitenleri algılayıp kendince özümsemesi ve içselleştirmesidir. Benlik saygısı, kişinin kendisini değerlendirmesi sonucunda benliğini kabul edip beğenmesi, gerçek benliğinden memnun olması, gerçekliğini olumlu görüp sevecek bir kişiliğe sahip olduğunu düşünmesi ve kendisine güvenme halidir. Benlik saygısı fazla kişiler, diğer insanlara göre kendilerine olan güvenleri daha çok, yaratıcılıkları, başarıları atılganlıkları daha yüksek, düşüncelerini rahatlıkla dile getiren ve sosyal çevreye rahat uyum sağlayan bireylerdir. Benlik algısında farklı etmenler vardır; duygusal, zihinsel, bedensel ve toplumsal gibi. Sosyal çevrede beğenilen olma, kendisini değerli görme, yapabilmesini gerçekleştirme, başarma, toplumda kabul görme sevilen olma, fiziki olarak kendini kabul etme ve benimsemek, özsaygının oluşup gelişmesinde başta gelen etmenlerdir. Bireyin benlik algısını etkileyen bu faktörlerde problemler oluştuğu zaman kaygı oluşmaya başlamaktadır.

Aile içinde ihtiyaçlarına, duygularına ihtimam gösterilmeyen, kendisine yeterince güvenilmediği hissettirilen çocuk, ebeveynlerinin tutumlarından etkilenerek mutsuz, içe kapanık bir çocuk olarak büyümekte ve kendisini ifade etmekte zorlanan sosyal uyum sorunları yaşayan birey haline gelmektedir

## 2. BAĞLANMA

Bağlanma, bireyin doğduktan sonra kendine ilk bakım ve sevgi veren bireyden yakınlık göstermesini bekleme eğilimi ve bu kişi yanında olduğunda kişinin kendisini güvenli hissetmesidir. Bu durum niteliği bireyin tüm yaşamındaki iletişime etki eder.

Bağlanmanın kişinin yaşamında temel olarak üç işlevi vardır. Bunlar; evreni anlamlandırırken sınımlanacak emniyetli bir barınak, fizyolojik ihtiyaçları giderme yaşama ilişkin bir güvenlik hissi oluşturabilme ihtimalidir (Clifford, 1991).

İlk çocukluk çağı kişilerin yalnız bir birey olarak yetişmesinde önemli bir çağdır ve bu durum erişkinlik dönemini doğrudan etkiler. Adolesanlık ile erişkinlikte tek başına olma hissine etkisi olan farklı etkenler vardır. Kimisi okuldaki ortamdan ziyade evdeki ortamda gelişim gösterebilmektedir; başka ev veya başka okul ortamına girme, arkadaşlardan ayrı düşme, sahiplendiği nesne veya evcil hayvanın kaybı, anne babanın ayrılma tutumu veya önemsenen kişi veya hayvanın ölümü. Benzer biçimde okuldaki

ortamda da adölesanın deneyimlediği sorunlar tek kalma hissi, arkadaşları tarafından istenmeme, arkadaşlık kurmaya dair gerekli bilgiye sahip olmama ile sosyal ilişkilerde yetersizlik veya benlik saygısı düşüklüğü, endişe, çekingenlik gibidir (Kenneth,1998).

Birçok insan kendi varlığını, yeryüzündeki kendi önem düzeyini, diğer insanlarla ilişkilerini, diğer insanların kendisi için önem düzeyini, belki hayattaki amaçlarını, hayal kırıklıklarını ve başarılarını, mutluluk ve üzüntülerini ailelerinden edindikleri kimlikle ilişkili olarak belirlemektedir (Bal, 2018a).

Toplumsal bağlanma kavramının araştırıldığı çalışmalar sonucunda bakım veren kişilerce ilgi, destek ve bakımı sağlanan çocuklar kendinden emin ve de bağımsız yetişkinler olmalarında nörobiyolojik etkenlerin var olduğu bilinmektedir. Eğer anne ve çocuk arasındaki bağ doğru kurulursa çocuğun beyin kimyasal fonksiyonları da bağı güvenli olarak kodlamaktadır. Ancak çocuk anne tarafından duygusal olarak ihmal ya da istismar edilmiş ise beyin nörolojik işlevselliği de buna göre şekillenmektedir. Yapılan çalışmalar bize göstermektedir ki bağlanmanın bilişsel etkileri kadar nörohormonların da etkisi bulunmaktadır. Bunların dışında ele alınması gereken önemli bir diğer konu ise anne, bakım veren ile çocuk arasında bağ kurulurken meydana gelen nörohormonal bozukluklardır (Bildik, 2006).

Çocuğun kişilik özellikleriyle birlikte çevresinin etkisiyle kazandığı özellikleri de önemlidir. Güvenli bağlanmaya sahip çocukların anneleri, duygusal ihtiyaçlarına duyarlı ve uygun davranışları gösterebilen annelerdir. Tutarsız reaksiyonlara sahip olan annelerin çocuklarının kararsız bir bağlanma şekline sahip oldukları görülür.

### 3. BENLİK ALGISI

Bağlanma stili, ortaokul son sınıf öğrencilerinde ki çocuğun benlik algısını doğrudan etkilemektedir. Aynı zamanda bu etki ortaokul son sınıf öğrencilerinde kalmayıp yetişkin döneminde de etkisini gösterebilmektedir.

Ortaokul son sınıf öğrencileri araştırmacıların fazla değinmediği önemli bir geçiş evresidir. Çocuğun bu dönemdeki yaşantıları, gelişimsel sürecinin bir sonucu olarak diğer dönemlerine göre bazı değişiklikler göstermektedir (Sümer, 2009). Bilişsel ve sosyal becerilerin gelişimi, düşünme yetilerinin farklılık kazanması ve benzeri sebeplerle bu dönemde anne-baba ile ilişkiler daha karmaşık ve sembolize bir hale dönüşmektedir. Çocuk üzerindeki bağlanma kişinin fiziki varlığı ya da yokluğu bir bakıma etkisi azalsa da, artan yaşla birlikte ihtiyaçlarının beklentilerine göre karşılanması çocuk için daha çok önem kazanmaktadır (Bowlby, 1973). Bu dönemde diğer çocukluk dönemlerinden farklı olarak öz bildirim vasıtasıyla da değerlendirme yapılabilmesi olasıdır (Dwyer, 2005).

Değerli olma hissi, becerilerini sergileyebilme, başarılı olma, çevrenin takdirini kazanma, onaylanma, beğenilme, kendi fiziksel yapısından memnun olma, benlik saygısı etkileyen faktörlerdendir. Benlik saygısı, bireyin yaşamının ilk yıllarından itibaren oluşturduğu genetik niteliklerinin dışsal faktörlerle etki halinde olması ve deneyimleriyle birlikte farklılaşması, gelişmesi durumudur. Anne-babalar, ailedeki diğer kişiler, çocuğun arkadaşları, okuldaki çevresi ve bu kişilerin davranış şekilleri ile biçimlenmektedir (Yörükoğlu, 1985).

Anne-babaların çocuğun gelişim dönemlerinin sağlıklı bir şekilde ilerlemesinde önemli görevleri bulunmaktadır. Anne-baba davranışlarını, kendi kişiliği adına örnek alan çocuk olumlu veya olumsuz bireysel nitelikler oluşturmaktadır. Hoşgörülü ve mutlu bir ailede yetişen çocuk gelişimi için lazım olan deneyimleri kazanabilmektedir. Benlik saygısını elde ederek anlayışlı bir yapı olmayı, yalnızca kendisini düşünmemesi gerektiğini ve sevgi kavramını elde etmiş olur. Benlik saygısının pozitif gelişim gösterebilmesi için çocuğun herhangi bir koşul olmaksızın sevgi içinde büyümesi, pozitif tutumlarda ödüllendirilmesi, kabul görmesi, onun yaşına uygun sorumluluklar verilmesi gerekir. Çocuk bakımveren kişi ve ailesi tarafından sevildiğinde kendini sevmeye ve değerli hissetmeye başlar. Ayrıca ihtiyaçlarının annesi veya bakım vereni tarafından karşılandığında ise benlik saygısı artıp pozitif gelişim göstermesinde zemin hazırlamaktadır (Çetinkaya vd., 2006).

### 4. ANKSİYETE

Anksiyete, çevrenin tehdit unsurlarını gözlemlene deneyimi olarak tanımlanabilir ve başlangıçta koruyucu bir değere sahiptir. Genellikle otonom tepkiler ve savunma davranışı ile karakterizedir; bu durum vücudu tedavi ya da tehlikeli durumdan kaçmaya hazırlar (Gordon, 2004).

Normal korku, çevreyi tehdit eden uyaranlardan insanı koruduğu için sağlıklı olarak kabul edilir. Başlangıçta kaygı, bireyi çevresel tehditlerden korumak için bir fonksiyona sahip olsa da, aşırı durumlarda, işleyişe müdahale ederek ve performansı engelleyerek problemlili olabilir ve negatif duruma neden olabilir (Beck, Emery & Ruth, 1985).

Bireyin ailesi ve çevresi tarafından sürekli olarak küçük görülmesi, alay edilmesiyle benlik algısı ve kendini değerlendirme hasar görebilmektedir. Bu durumda bireyler sosyal bir ortama girdikleri zaman yoğun bir kaygı hissedebilmektedirler.

#### **4.1. Sosyal Anksiyete**

Sosyal Kaygı; kişinin yabancı insanlara maruz kalacağı ya da başkaları tarafından olası incelemelerin yapıldığı bir veya daha fazla performans ya da sosyal durumdan korku ve belirgin bir korku olarak tanımlanabilir.

Sosyal kaygısı yüksek bireyler başkaları tarafından değerlendirilecek veya yargılanabilecek durumlarda aşırı korku çekerler. Bu durumlarda, küçük düşürülmüş veya utanmış olma endişelerini içeren bilişler etkinleştirirler. Bu bilişler, bireylerin düşüncelerinin mantıksızlığı konusundaki farkındalığına rağmen hala mevcut olabilir. Bu bilişler tarafından tetiklenen yoğun kaygı nedeniyle, ya bu durumlardan kaçınmaya ya da belirgin sıkıntıya kapılmaya çalışmaktadırlar. Kaçınılması ve güvenlik davranışlarının bir sonucu olarak, birey günlük işleyişte (mesleki, eğitim alanı, sosyal işlevsellik ve samimi ilişkiler) bozulma yaşayabilir (Berman, 2004).

Sosyal kaygı, diğer psikolojik rahatsızlıklara kıyasla başlangıç yaşının daha erken olduğu ve daha geniş yaş gruplarının etkilendiği yaygın bir hastalıktır (Wittchen, Stein & Kessler, 1999). Çoğu epidemiyolojik çalışmanın sonuçları, sosyal anksiyete semptomlarının ilk ortaya çıkışını, 13-16.6 yaşları arasında belirlemiştir (Fehm vd., 2005).

Kaygının oluşması ve uzun süre devam etmesi kişileri depresif bir duyguduruma sürükleyebilir. Bu durum kişinin benlik algısını daha düşürüp, çevresiyle olan ilişkisini daha fazla etkileyebilmektedir.

### **5. DEPRESYON**

Depresyon yaşanan bir durumdan, bir etkinlikten eskisi kadar zevk alınmamasıdır. Birey eskiden hoşlandığı aktivitelerden artık hoşlanamaz duruma gelir (Bal, 2018b). Kederli his halinde, iletişimde ve hareketlerde yavaşlık, bitkinlik, halsizlik, konsantre olmada zorluk, düşük motivasyon, kötümserlik ve fiziksel işlevlerin zorlaşması gibi semptomları olan bir problemdir.

Beck depresyonun duygusal semptomlarından bazılarını üzgün olma, olumsuz benlik algısı, merakın ve alakanın azalması, memnuniyetsizlik, uzun süreli ağlamalar ve keyifsizlik olarak tanımlamıştır (Beck, 1972).

Depresyon çoğu zaman çevresel etkilerle birlikte biyokimyasal etmenlerle ilgili genetik yapının etkisi altındadır (Bal, 2018b). Depresyon durumunun ortaya çıkışı çeşitli nedenlerle bağlanmıştır ve bu nedenlerin oluşmasında çok sayıda faktör etkili olabilir. Bu faktörlerin başlıcaları “fizyolojik”, “biyolojik”, “kalıtsal” ve “sosyal”. Depresyonun meydana gelmesinde ki faktörler iki ana grupta incelenir. Birinci grup "predispozan faktörler"(hazırlayıcı faktörler) dir; miras, kişilik, aile yapısı, genel kültür ve eğitim düzeyi, ikinci grup ise "predisponan faktörler" (tetikleyici açığa vuran faktörler) dir; bunlar tüm psikososyal stres faktörleridir (Güleç, 2009).

### **6. YÖNTEM**

#### **6.1. Araştırmanın Amacı**

Aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanmanın, ortaokul son sınıf öğrencilerinde benlik algısı, sosyal anksiyete, depresif belirtiler arasında bir ilişki olup olmadığını saptamaya çalışmaktır.

#### **6.2. Araştırmanın Önemi**

Kişi, hayatın başlangıcından beri yaşama devam etmek için öncelikli olarak yakın ve samimi ilişkiler kurma ihtiyacı hissetmiştir. Yakın ilişkiler erken çocukluk döneminde önemli olduğu gibi yaşamın her döneminde önemini devam ettirmektedir. Hayatı boyunca kişi kendisiyle, yakın çevresiyle ve üyesi

olduğu toplumla olumlu ilişkiler geliştirerek pozitif bir gelişim süreci yaşar. Bu mecburiyet, kişilerin birlikte yaşamalarını ihtiyaç haline getirmektedir ve bağlanma gereksinimine cevap vermektedir. Orta çocukluk yaşantıları çocuğun gelişimsel sürecinin bir sonucu olarak diğer çocukluk dönemleri ile yetişkinlik dönemlerine göre bazı değişiklikler göstermektedir. Aile ile çocuk arasındaki güvensiz bağlanmanın, ortaokul son sınıf öğrencilerinde benlik algısı, sosyal anksiyete, depresif belirtiler arasında bir ilişki olup olmadığının yordaması ve bu konuda hem sosyal hem de bireysel bir farkındalık oluşturmayı amaç edinmiş olması bakımından önem arz etmektedir. Ortaokul son sınıf öğrencilerinde karşılaşılan sorunlarla daha etkin başa çıkma ve davranış modelleri geliştirebilmeleri açısından problemlerin nedenleri üzerinde durulmuştur. Böylece bu dönem çocuğu için başa çıkmada daha etkin davranış ve tutum geliştirebilmeleri konusunda çocuklarla çalışan tüm ruh sağlığı çalışanlarına, müdahale planı hazırlama ve müdahalede bulunma sürecinde özellikle hangi faktörler üzerinde çalışılması gerektiği konusunda önemli ipuçları sağlayacağı düşünülmektedir.

### 6.3. Araştırmanın Problemi

Aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanmanın, ortaokul son sınıf öğrencilerinde benlik algısı, sosyal anksiyete, depresif belirtiler arasında bir ilişki var mıdır?

### 6.4. Hipotezler

H1. Aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanma ile ortaokul son sınıf öğrencilerinde benlik algısı arasında bir ilişki vardır.

H2. Aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanma ortaokul son sınıf öğrencilerinde sosyal anksiyete arasında bir ilişki vardır.

H3. Aile ve çocuk arasındaki güvensiz bağlanma ile ortaokul son sınıf öğrencilerinde depresif belirtiler arasında bir ilişki vardır.

### 6.5. Araştırmanın Örnekleme

Bu araştırmanın örnekleme; İstanbul iline bağlı Bakırköy, Beyoğlu, Başakşehir ilçelerindeki 8.sınıfa giden öğrenci bireylerdir.

### 6.6. Araştırmanın Modeli

İlişkisel tarama modeli olarak tasarlanan bu araştırma; iki veya daha çok değişken arasında paralel değişim varlığını ve/veya seviyesini saptamayı amaçlamaktadır.

### 6.7. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veriler Kişisel Bilgi Formu, Aile İçi Yakın İlişkilerde Deneyimler Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Profili, Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ile toplanmıştır.

#### 6.7.1. Aile İçi Yakın İlişkilerde Deneyimler Ölçeği

Ölçeğin kısa formu oluşturulmadan önceki özgün form, 36 maddelik bir çocuğun ebeveynine bağlanma ölçütlerini ortaya koyan bir özdeğerlendirme ölçütüdür. Bu ölçek 7li <likert tipte bir ölçektir. Bağlanma kaygısı ile ilgili 18 madde (örneğin, ailemin gerçekten beni sevmediğinden endişe ederim) ve 18 madde bağlanmamakla ilgilidir. (Örneğin, aileme duygularını derinden anlatmayı tercih etmiyorum). Ölçeğin kısa formunu oluştururken bağlanma kaygısı ve bağlanmadan kaçınılması öğelerinden en yüksek faktör yükü olan 6 madde seçildi.

#### 6.7.2. Çocuklar İçin Benlik Algısı Profili

Çocuğun öz-algılamasını çeşitli alt boyutlarla ele alan ve çocuğun kendine has raporuna dayanan Çocukların Öz Algılama Profili, Şekercioğlu (2009) tarafından uyarlanmıştır. Toplam 36 maddeden oluşan ölçek, “Eğitsel Yeterlilik”, “Fiziksel Görünüm”, “Atletik Yeterlilik”, “Davranışsal Yönetim” ve “Sosyal Kabul” olmak üzere beş alt ölçekten oluşmaktadır. Cronbach Alfa katsayısı “Eğitsel Yeterlilik” alt ölçeği için 60, “Atletik Yeterlilik” alt ölçeği için 71, “Fiziksel Görünüm” alt ölçeği için 79, “Davranışsal Yönetim” alt ölçeği için 72, “Genel Öz Değer” alt ölçeği için ise 75, olarak hesaplanmıştır.



Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği çalışmasında, alt ölçek puanlarına ait kararlılık katsayılarının 71-77 arasında olduğu görülmüştür (Susan, 1988).

### 6.7.3. Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği

1988 yılında La Greca ve arkadaşları tarafından geliştirilen öz bildirim dayalı 10 sorudan oluşan bu ölçek 1993 yılında yeniden oluşturulmuş ve 18 soruluk yeni bir ölçek haline dönüşmüştür. Yazarlar, maddenin hazırlanmasında toplumsal kaygının iki bileşenini ellerinde bulunduklarını belirttiler: Olumsuz değerlendirme korkusu ve sosyal ortamlardaki rahatsızlık / rahatsızlık korkusu. Ölçeğinin 10 sorusunun ilk formundaki tüm sorular ikinci sırada bulunmaktadır. İlk biçimde üç tane seçenek bulunmaktadır. İkinci biçimde beşli likert tipi tercih edilmiştir. Ölçekten alınabilecek puanlar 18-90 arasındadır (La Greca vd., 1988; La Greca & Stone, 1993).

### 6.7.4. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği

Çocukların depresyon düzeyleri ÇDÖ ile değerlendirilmiştir. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği, 6-17 yaş arası çocuklar için uygulanabilir bir özdeğerlendirme ölçütüdür. Ölçek çocuğa okunarak ya da çocuk tarafından okunarak doldurulur. Ölçek 27 maddeden oluşmaktadır. Her madde belirtinin şiddetine göre 0, 1 ya da 2 puan alır. Maksimum puan 54'tür. Alınan puan ne kadar yüksekse, depresyon o kadar ağır demektir. Kesim puanı 19 olarak önerilir (Kovacs, 1981).

## 6.8. Verilerin Analizi

Veri toplama ölçekleri ile elde edilen veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (spss 18) kullanılarak istatistiksel sonuçlara dönüştürülmüştür.

Analizlere başlamadan önce veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. 8. Sınıflardan oluşan grubun bağımlı değişken Aile içi Yakın İlişkilerde Deneyimler Ölçeği düzeyleri Shapiro-Wilk testinin de (S-W= .938, df= 200, p=.00), Çocuklar için Sosyal Anksiyete Ölçeği düzeyleri Shapiro-Wilk testinin de (S-W= .976, df= 200, p=.001), Depresyon Ölçeği düzeylerinin Shapiro-Wilk testinin de (S-W= .953, df= 200, p=.000) , Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği düzeylerinin Shapiro-Wilk testinin de (S-W= .918, df= 200, p=.000) normal dağılım göstermediği görülmüştür.

## 7. BULGULAR

Bu bölümde Aile içi Yakın İlişkilerde Deneyimler, Çocuklar için Sosyal Anksiyete, Depresyon ve Çocuklar için Benlik Algısı ölçeklerinden elde edilen bilgiler ile araştırmacı tarafından hazırlanan genel bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır.

Araştırmaya katılan kişilerin demografik değişkenlere göre dağılımları Tablo 4.1'de verilmiştir.

**Tablo 4.1:** Araştırmaya Katılan Kişilerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=200)

Yaş	N	(Yüzdellik)
13 yaş	108	54,0
14 yaş	92	46,0
Cinsiyet	N	(Yüzdellik)
Kız	93	46,5
Erkek	107	53,5
Doğum Tarihi	N	(Yüzdellik)
2003	92	54,0
2004	108	46,0

Araştırma kapsamında kişisel bilgi formundaki soruları yanıtlayan 200 8.Sınıf öğrencisinden 108'i (%54) 13 Yaş yani 2004 doğum tarihli, 92'si (%46) 14 Yaş yani 2003 doğum tarihli, 93'ü (%46.5) Kızlardan, 107'si (%53.5) Erkek olduğu görülmüştür.

**Tablo 4.2:** Aile İçi Yakın İlişkilerde Deneyimler, Çocuklar için Sosyal Anksiyete, Depresyon ve Çocuklar için Benlik Algısı Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri

	Ölçekler	Ortalama	Standart Sapma	Minimum	Maksimum
Aile içi Yakın İlişkilerde Deneyimler	Bağlanma kaygısı	8,94	6,07	6,00	42,00
	Bağlanma kaçınması	20,25	6,49	6,00	42,00
	Sosyal Anksiyete	37,93	11,10	18,00	70,00
	Depresyon	11,39	8,66	,00	43,00
	Eğitsel Yeterlilik	16,72	3,61	9,00	24,00
	Sosyal Kabul	16,61	3,63	9,00	24,00
Benlik Algısı	Atletik Yeterlilik	16,10	3,22	9,00	24,00
	Fiziksel Görünüm	16,31	3,92	6,00	24,00
	Davranışsal Yönetim	16,95	3,96	7,00	24,00

**Bağlanma kaygısı** alt boyutunda ,sonuçlara göre değerlerin ortalaması ( $x=8.94$ ) en üst değeri (42), en alt değeri (6) standart sapması (6.077), **Bağlanma Kaçınması** Alt Boyutunda değerlerin ortalaması ( $x=20,25$ ), en üst değeri (42), en alt değeri (6), standart sapması (6,49) şeklinde görülmüştür.

**Sosyal Anksiyete** değerlerinin ortalaması ( $x=37,93$ ), en üst değeri (70), en alt değeri (18), standart sapması (11,10) şeklinde görülmüştür.

**Depresyon** değerlerinin ortalaması ( $x=11,39$ ), en üst değer (43), en alt değer (0), standart sapması (8,66) olarak görülmüştür.

**Eğitsel Yeterlilik** Alt Boyutunda değerlerin ortalaması ( $x=16,72$ ), en üst değeri (24), en alt değeri (9), standart sapması (3,61), sosyal kabul alt boyutunda değerlerin ortalaması ( $x=16,61$ ), en üst değer (24), en alt değer (9), standart sapması (3,63), **Atletik Yeterlilik** Alt Boyutunda değerlerin ortalaması ( $x=16,10$ ), en üst değeri (24), en alt değeri (6), standart sapması (3,92), **Davranışsal Yönetim** Alt Boyutunda değerlerin ortalaması ( $x=16,95$ ), en üst değer (24), en alt değer (6), standart sapması (3,96) şeklinde görülmüştür.

**Tablo 4.3:** Yaş Durumuna Göre Aile İçi Yakın İlişkilerde Deneyimler Alt Boyutlarının Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Bağlanma Kaygısı	13	108	105,10	11351,00	4471,000	-1,347	,178
	14	92	95,10	8749,00			
Bağlanma Kaçınması	13	108	106,77	11531,50	4290,500	-1,668	,095
	14	92	93,14	8568,50			

\* $p < .05$

Bağlanma Kaygısı ve Bağlanma Kaçınması arasında yaş durumuna göre ilişki yoktur ( $p > .05$ )

**Tablo 4.4:** Yaş Durumuna Göre Sosyal Anksiyete Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Sosyal Anksiyete	13	108	104,62	11299,00	4523,000	-1,091	,275
	14	92	95,66	8801,00			

\*p&lt;.05

Yaş durumu ile Sosyal Anksiyete ile arasında ilişki yoktur (p&gt;.05).

**Tablo 4.5:** Yaş Durumuna Göre Depresyon Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Depresyon	13	108	90,66	9791,00	3905,000	-2,609	,009*
	14	92	112,05	10309,00			

\*p&lt;.05

Yaş seviyesi ile depresyon anlamlı fark tespit edilmiştir.

14 yaşındaki çocuklarda Depresyon 13 yaşındakilerden daha yüksek çıkmıştır.

**Tablo 4.6:** Yaş Durumuna Göre Benlik Algısı Alt Boyutlarının Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	P
Eğitsel Yeterlilik	13	108	107,15	11572,50	4249,500	-1,769	,077
	14	92	92,69	8527,50			
Sosyal Kabul	13	108	94,99	10258,50	4372,500	-1,466	,143
	14	92	106,97	9841,50			
Atletik Yeterlilik	13	108	102,53	11073,00	4749,000	-,540	,589
	14	92	98,12	9027,00			
Fiziksel Görünüm	13	108	104,24	11258,00	4564,000	-,994	,320
	14	92	96,11	8842,00			
Davranışsal Yönetim	13	108	102,13	11029,50	4792,500	-,432	,666
	14	92	98,59	9070,50			

\*p&lt;.05

Yaş Durumu ile Eğitsel Yeterlilik, Sosyal Kabul, Atletik Yeterlilik, Fiziksel Görünüm, Davranışsal Yönetim arasında ilişki yoktur (p&gt;.05)

**Tablo 4.7:** Cinsiyetlerine Göre Aile İçi Yakın İlişkilerde Deneyimler Alt Boyutlarının Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	P
Bağlanma Kaygısı	Kız	93	100,22	9320,00	4949,000	-,072	,943
	Erkek	107	100,75	10780,00			
Bağlanma Kaçınması	Kız	93	97,26	9045,00	4674,000	-,742	,458
	Erkek	107	103,32	11055,00			

\*p&lt;.05

Cinsiyetler ile Bağlanma Kaygısı ve Bağlanma Kaçınma arasında ilişki yoktur (p&gt;.05)



**Tablo 4.8:** Cinsiyet Durumuna Göre Sosyal Anksiyete Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	P
Sosyal Anksiyete	Kız	93	91,69	8527,00	4156,000	-2,009	,045*
	Erkek	107	108,16	11573,00			

\*p&lt;.05

Cinsiyetlerine oranla anlamlı bir değişiklik olup olmadığını ortaya koymak için gerçekleştirilen Mann Whitney-U testi sonucunda cinsiyet durumuna göre, Sosyal Anksiyete anlamlı değişiklik tespit edilmiştir. (U=4156.00,p>05), Erkeklerde sosyal anksiyete, kızlara oranla yüksek çıkmıştır.

**Tablo 4.9:** Cinsiyet Durumuna Göre Depresyon Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	P
Depresyon	Kız	93	104,76	9742,50	4579,500	-,971	,331
	Erkek	107	96,80	10357,50			

\*p&lt;.05

Cinsiyet ile Depresyon arasında bir ilişki yoktur (p>.05).

**Tablo 4.10:** Cinsiyet Durumuna Göre Benlik Algısı Alt Boyutlarının Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	P
Eğitsel Yeterlilik	Kız	93	102,70	9551,00	4771,000	-,503	,615
	Erkek	107	98,59	10549,00			
Sosyal Kabul	Kız	93	102,41	9524,00	4798,000	-,437	,662
	Erkek	107	98,84	10576,00			
Atletik Yeterlilik	Kız	93	91,13	8475,50	4104,500	-2,146	,032*
	Erkek	107	108,64	11624,50			
Fiziksel Görünüm	Kız	93	102,12	9497,50	4824,500	-,371	,710
	Erkek	107	99,09	10602,50			
Davranışsal Yönetim	Kız	93	100,88	9381,50	4940,500	-,086	,931
	Erkek	107	100,17	10718,50			

\*p&lt;.05

Cinsiyet ile Eğitsel Yeterlilik, Sosyal Kabul, Fiziksel Görünüm, Davranışsal Yönetim arasında bir ilişki yoktur (p>.05)

Erkeklerde Atletik Yeterlilik Kızlara oranla yüksektir.

**Tablo4.11:** Aile içi Yakın İlişkilerde Deneyimler ve Sosyal Anksiyete Düzeyleri Korelasyon Sonuçları

	Bağlanma Kaygısı	Bağlanma Kaçınması
Sosyal Anksiyete	r	,127
	p	,073

Bağlanma Kaygısı ve Sosyal Anksiyete derecesi arasındaki bağlantıyı değerlendirmek maksadı ile spearman korelasyon sonucunda pozitif yönde anlamlı bağlantı tespit edilmiştir. (r=.209,p<005). Bağlanma Kaygısı artarken Sosyal Anksiyete de artmaktadır.. Bağlanma Kaygısı ile Sosyal Anksiyete arasında çok zayıf ve doğru orantılı bağlantı vardır. Bağlanma Kaçınması ile Sosyal Anksiyete arasında bir ilişki yoktur (r= .127, p>.005).

**Tablo 4.12:** Aile içi Yakın İlişkilerde Deneyimler ve Depresyon Düzeyleri Korelasyon Sonuçları

		Bağlanma Kaygısı	Bağlanma Kaçınması
<b>Depresyon</b>	r	,267	-,084
	p	,000	,236

Bağlanma Kaygısı ile Depresyon değerleri arasındaki bağlantıyı tespit etmek amacıyla spearman korelasyon sonucunda pozitif yönde anlamlı bağlantı tespit edilmiştir. ( $r = .267$ ,  $p < .005$ ). Bağlanma Kaygısı artarken Depresyon da artmaktadır. Bağlanma Kaygısı ile Sosyal Anksiyete arasında çok zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır.

Bağlanma Kaçınması ile Depresyon arasında bir ilişki yoktur ( $r = -.084$ ,  $p > .005$ ).

**Tablo 4.13.** Aile içi Yakın İlişkilerde Deneyimler ve Benlik Algısı Alt Düzeyleri Korelasyon Sonuçları

		Bağlanma Kaygısı	Bağlanma Kaçınması
<b>Eğitsel Yeterlilik</b>	r	-,194	,107
	p	,006	,133
<i>Sosyal Kabul</i>	r	-,288	,026
	p	,000	,713
<b>Benlik Algısı</b>	<i>Atletik Yeterlilik</i>	r	-,098
	p	,167	,240
<i>Fiziksel Görünüm</i>	r	-,159	,103
	p	,025	,148
<i>Davranışsal Yönetim</i>	r	-,297	,075
	p	,000	,289

Bağlanma Kaygısı artarken Eğitsel Yeterlilik azalmaktadır. Bağlanma kaygısı ile eğitsel yeterlilik arasında çok zayıf ters orantılı bir ilişki vardır.

Bağlanma Kaygısı artarken Sosyal Kabul azalmaktadır. Bağlanma Kaygısı ile Sosyal Kabul arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Bağlanma Kaygısı artarken Fiziksel Görünüm azalmaktadır. Bağlanma Kaygısı ile Fiziksel Görünüm arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Bağlanma Kaygısı artarken Davranışsal Yönetim azalmaktadır. Bağlanma Kaygısı ile Davranışsal Yönetim arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

**Tablo4.14:** Sosyal Anksiyete ve Depresyon Düzeyleri Korelasyon Sonuçları

		Sosyal Anksiyete
<b>Depresyon</b>	r	,332
	p	,000

Depresyon artarken Sosyal Anksiyete artmaktadır. Depresyon ile Sosyal Anksiyete arasında zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır.

**Tablo 4.15:** Sosyal Anksiyete ve Benlik Algısı Alt Boyutlarının Düzeyleri Korelasyon Sonuçları

		Sosyal Anksiyete	
<b>Eğitsel Yeterlilik</b>	r	-,248	
	p	,006	
<i>Sosyal Kabul</i>	r	-,249	
	p	,000	
<b>Benlik Algısı</b>	<i>Atletik Yeterlilik</i>	r	-,081
	p	,256	
<i>Fiziksel Görünüm</i>	r	-,142	
	p	,044	
<i>Davranışsal Yönetim</i>	r	-,133	
	p	,061	

Sosyal Anksiyete artarken Eğitsel Yeterlilik azalmaktadır. Sosyal Anksiyete ile Eğitsel Yeterlilik arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Sosyal Anksiyete artarken Sosyal Kabul azalmaktadır. Sosyal Anksiyete ile Sosyal Kabul arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Sosyal Anksiyete artarken Fiziksel Görünüm azalmaktadır. Sosyal Anksiyete ile Fiziksel Görünüm arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Sosyal Anksiyete ile Davranışsal Yönetim puanı arasında ilişki bulunmamıştır ( $r = -.133$ ,  $p > .005$ ).

Sosyal Anksiyete ile Atletik Yeterlilik puanı arasında ilişki bulunmamıştır ( $r = -.081$ ,  $p > .005$ ).

**Tablo 4.16:** Depresyon ve Benlik Algısı Alt Boyutlarının Düzeyleri Korelasyon Sonuçları

		Depresyon	
Benlik Algısı	Eğitsel Yeterlilik	r	-,335
		p	,000
	Sosyal Kabul	r	-,224
		p	,001
	Atletik Yeterlilik	r	-,204
		p	,004
	Fiziksel Görünüm	r	-,312
		p	,000
	Davranışsal Yönetim	r	-,324
		p	,000

Depresyon artarken Eğitsel Yeterlilik azalmaktadır. Depresyon ile Eğitsel Yeterlilik arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Depresyon artarken Sosyal Kabul azalmaktadır. Depresyon ile Sosyal Kabul arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Depresyon artarken Atletik Yeterlilik azalmaktadır. Depresyon ile Atletik Yeterlilik arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Depresyon artarken Fiziksel Görünüm azalmaktadır. Depresyon ile Fiziksel Görünüm arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Depresyon artarken Davranışsal Yönetim azalmaktadır. Depresyon ile Davranışsal Yönetim arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

**Tablo.4.17:** Bağlanma Kaygısı İle Sosyal Anksiyete, Depresyon ve Benlik Algısı Alt Düzeylerinin Puanları Regresyon Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	T	p	F	Model (p)	R2
Bağlanma Kaygısı	Sabit		3,261	,001	6,065	,000	,181
	Sosyal Anksiyete	,115	1,604	,110			
	Depresyon	,259	3,458	,001			
	Eğitsel Yeterlilik	-,017	-,226	,822			
	Sosyal Kabul	-,117	-1,403	,162			
	Atletik Yeterlilik	-,059	-,802	,423			
	Fiziksel Görünüm	,035	,433	,666			
	Davranışsal Yönetim	-,083	-1,013	,312			

Başlanma Kaygısı ile Sosyal Anksiyete, Depresyon, Eğitsel Yeterlilik, Sosyal Kabul, Atletik Yeterlilik, Fiziksel Görünüm, Davranışsal Yönetim Alt Boyutları arasında anlamlı ilişkiler göstermektedir ( $R^2 = .181$ ,  $p < .05$ ). Adı geçen değişkenler birlikte Başlanma Kaygısı varyansın sadece %

18'ini açıklamaktadır. Bağlanma Kaygısı Sosyal Anksiyete, Depresyon, Eğitsel Yeterlilik, Sosyal Kabul, Atletik Yeterlilik, Fiziksel Görünüm, Davranışsal Yönetim Alt Boyutları yordamaktadır.

**Tablo.4.18:** Bağlanma Kaçınması İle Sosyal Anksiyete, Depresyon ve Benlik Algısı Alt Düzeylerinin Puanları Regresyon Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	T	p	F	Model (p)	R2
Bağlanma Kaçınması	Sabit		2,710	,007			
	Sosyal Anksiyete	,228	2,966	,003			
	Depresyon	-,039	-,483	,630			
	Eğitsel Yeterlilik	,059	,710	,479	1,588	,141	,055
	Sosyal Kabul	-,024	-,262	,794			
	Atletik Yeterlilik	,052	,651	,516			
	Fiziksel Görünüm	,057	,659	,511			
	Davranışsal Yönetim	,016	,178	,859			

Bağlanma Kaçınması ile Sosyal Anksiyete, Depresyon, Eğitsel Yeterlilik, Sosyal Kabul, Atletik Yeterlilik, Fiziksel Görünüm, Davranışsal Yönetim Alt Boyutları arasında anlamlı ilişkiler göstermemektedir ( $R^2=.141$ ,  $p>.05$ ).

Bağlanma Kaçınması Sosyal Anksiyete, Depresyon, Eğitsel Yeterlilik, Sosyal Kabul, Atletik Yeterlilik, Fiziksel Görünüm, Davranışsal Yönetim Alt Boyutları yordamamaktadır.

## 8. TARTIŞMA VE YORUM

Bağlanma kaygısı ile sosyal anksiyete puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma kaygısı artarken sosyal anksiyete artmaktadır. Sosyal anksiyetenin oluşmasında birçok faktör olabilir. Bağlanma kaygısı ise bu faktörlerin içinde yer almaktadır. Bağlanma kaygısı olan bireyler aile ve yakın çevreden yaşadıklarından dolayı bağlanmayla ilgili bir takım karmaşa içerisinde olabilirler., Bakım verenle yaşamış olduğu olumsuz deneyimler,anneden uzun süreli ayrı kalma, annenin kaygılı mizacı, tehlikeleri abartılı bir şekilde anlatarak dış dünyayı yaşanılmaz ,insanların zarar verebileceğiyle ilgili inancın oluşturulması, ,takdirin yersiz verilmesi,eleştirinin çok kullanılması, dış çevrenin güvenilir olmadığı ile ilgili bir biliş oluşmasına katkı sağlamış olma ihtimali yüksektir. Ayrıca reddedilme korkusu, aşağılanma korkusu vb. korkular bu durumun oluşmasında önemli etkenlerde sosyal kaygının oluşmasında önemli bir yer tutmaktadırlar.

Bağlanma kaygısı ile eğitsel yeterlilik puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki görülmüştür. Bağlanma kaygısı artarken eğitsel yeterlilik azalmaktadır. Bağlanma kaygısı ile sosyal kabul puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma kaygısı artarken sosyal kabul azalmaktadır. Bağlanma kaygısı ile fiziksel görünüm puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma kaygısı artarken fiziksel görünüm puanı azalmaktadır. Bağlanma kaygısı ile davranışsal yönetim puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma kaygısı artarken davranışsal yönetim azalmaktadır. Bağlanma kaygısı meydana gelirken beraberinde birçok etki de oluşmuş olur. Güvensiz bağlanan çocukların kendileriyle ilgili benlik algıları ilk bakım verenle bağlı olarak gelişmekte, bakım almanın, ihtiyaçlarının karşılanmasının gecikmesi, sık uyarılma, kendi yapabileceği işlerle ilgili sorumluluk vermeme nitelikli birlikteliği kesintisiz yaşayamaması ile olumsuz benlik algısı oluşturmaktadır. Bu etkiler sosyal kabul görme, fiziksel görünümde yeterli olma ve davranışsal yönetimde yetersizlik duygularını yaşamasına neden olmaktadır. 13-14 yaş grubundaki bireylerin bir gruba dâhil olma isteğindedirler. Ve bu dahil olma isteğiyle birlikte kişiler davranışlarını, fiziksel görünümlemlerini bu gruba göre şekillendirip kendilerini kabul ettirme çabasındaırlar. Ancak erken çocuklukta yaşamış olduğu bağlanma kaygısı ile kaygının getirdiği stres, kişinin gruplarda tutunamamasını sağlamaktadır.

Depresyon ile sosyal anksiyete puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Depresyon artarken sosyal anksiyete artmaktadır. Depresyon ve anksiyete genellikle birlikte görülebilir. Sosyal anksiyeteye sahip çocuk akranlarıyla ilişki kurmakta güçlük yaşamakta reddedilme, beğenilmeme, yanlış yapma, eleştirilme korkusuyla kendini geri çekmekte bu da sıklık, can sıkıntısı, bulunduğu durumdan çıkabilecek yolları görememe, bunlarla baş etmede yetersizlik ve güçsüzlük ve daha da geri çekilmekten başka çözüm bulamamaktadır. Sürekli sıkın hali akranları tarafından dahada dışlanmasına bu çocukta artık çaresiz şekilde kalmasına hiçbir şeyden keyif alamayan bir çocuk olmasına katkı sağlamaktadır.

Çocuğun içinde bulunduğu depresyon onun olumlu yeni deneyimlerde bulunabilmesinin önünde büyük engel teskil etmekte, riski göze alamadığından bu durumu kabullenmektedir. Bu iki durumun birbirini etkilemekte ve çoğu zaman birarada görülmektedir. Kişinin içinde bulunduğu depresif süreç kişiyi daha çok kaygı içerisinde sokabilir ya da kişi kaygılı bir süreç geçiriyorsa bu kişiyi daha çok depresif bir ruh hali içerisine sokabilir.

Sosyal anksiyete ile eğitsel yeterlilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal anksiyete artarken eğitsel yeterlilik azalmaktadır. Sosyal anksiyete ile sosyal kabul puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal anksiyete artarken sosyal kabul azalmaktadır. Sosyal anksiyete ile fiziksel görünüm puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal anksiyete artarken fiziksel görünüm puanı azalmaktadır. Sosyal anksiyete ile fiziksel görünüm puanları arasında çok zayıf ve ters orantılı ilişki vardır. Kişilerin benlik algısı sosyal kaygının oluşmasında önemli olan etkenlerden biri olduğunu söyleyebiliriz. Benlik algısı kişinin kendi ile ilgili oluşturduğu olumlu veya olumsuz düşüncelerdir. Kişi bu düşüncelerle kendini sosyal bir ortama aitlik hissi oluşturabilir veya tam tersi kendini o sosyal ortamdan uzaklaşmasına ve kaygının meydana gelmesinde de sebep olabilir. Kişilerin benlik algısının oluşumunda fiziksel görünüm, eğitim ve davranışlar önemli bir yer tutmaktadır. Bu davranış ve tutumlar sonucunda kişi kendini sosyal ortamda kabul görme çabası içerisine girebilir. Veya sahip olduğu sosyal kaygı neticesinde çekinik kalarak varolan becerilerini göstermekte onay almakta geri planda kalabilir.

Depresyon ile eğitsel yeterlilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Depresyon artarken eğitsel yeterlilik azalmaktadır. Depresyon ile sosyal kabul puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Depresyon artarken sosyal kabul azalmaktadır. Depresyon ile atletik yeterlilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Depresyon artarken atletik yeterlilik azalmaktadır. Depresyon ile fiziksel görünüm puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Depresyon artarken fiziksel görünüm azalmaktadır. Depresyon ile davranışsal yönetim puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Depresyon artarken Davranışsal Yönetim azalmaktadır. Depresyonu kişilerin olumsuz benlik algılarının sonucu meydana gelen bir durum olarak değerlendirebiliriz. Çocuğun fiziksel veya duygusal olarak istismar veya ihmal edildiği ortamda bu tip bir benlik algısının oluşmasını bekleyebiliriz. O yaş döneminde ki çocukların artık fiziksel görünümüyle ilgili de değişiklikler meydana geldiğinden dolayı bu da çocukların depresyon seviyelerini etkilediğini düşünebiliriz. Bu durum çocuklar üzerinde umutsuz, negatif ve depresif bir hal içine sokabilir.

Bağlanma kaygısı ile sosyal anksiyete, depresyon, eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler göstermektedir. Bağlanma kaygısı sosyal anksiyete, depresyon, eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim alt boyutları yordamaktadır. Bağlanma kaygısı olan bireylerde sosyal anksiyete, depresyon gibi durumları beraberinde görebiliriz. Çevresel veya ailesel faktörler sonucu oluşan olumsuz benlik algısı sonucunda kişilerde bağlanma kaygısı meydana gelebilir. Bunun yanı sıra bağlanma kaygısı sonucu kişi kendini sosyal ortamdan uzaklaştırabilir ve sosyal anksiyetenin oluşmasına zemin hazırlamış olur. Bunun sonucunda kişiler depresif bir durum içerisinde olabilirler.

Yaş durumuna göre bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınması alt boyutları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Kişilerin yalnızlık düzeyleri bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınması üzerinde oldukça etkili olabileceğini söyleyebiliriz. Kişiler ne kadar yalnız kalırlarsa sosyal ortamlardan kaçınmaya başlar ve bu durumda kişilerarası iletişim kurmakta da problemler oluşmaya başlar. Bu durumda kişiler de bağlanma kaygısı ve bağlanmada kaçınma meydana gelebilir. Ancak bu durum 13-14 yaş grubunda ki

ergenlik döneminde ki bireylerde farklılık gösterebilir. O yaşta ki çocuklar genellikle kimlik arayışı içinde olduklarından bir grup içerisinde yer alma hissi duyarlar. Bu gruplar genelde arkadaş çevresinden oluşsa da yakın akrabalarından da meydana gelebilir. Kendini ispatlama çabasında olan bu yaş grubundaki gençler gruba bağlı kalmak için kendilerini gösterme ihtiyacı hissederler. Bundan dolayı 13-14 yaş grubu aynı ergenlik dönemi içerisinde bulunduğundan o dönemdeki bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınma özelliklerini paylaşmaktadırlar. Bundan dolayı sonuçların bir birlerine yakın çıktığını düşünebiliriz.

Yaş durumu ile sosyal anksiyete arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Sosyal anksiyete kişilerin sosyal ortama girmekten kaçınması, girdiği anda ise yoğun kaygı hissetmesi durumunda meydana gelen bir durumdur. 13-14 yaş grubundaki çocukların aynı seviyede sosyal kaygıya sahip olmanın sebeplerinden biri yaş farkının fazla olmaması olarak gösterebiliriz. Yani 13-14 yaş grubunun aynı ergenlik döneminde olmasının da etkisiyle sahip olabilecekleri sosyal ortamlarında benzer olabileceğini düşünebiliriz. Bu durumda bu yaş grubundaki bireyler arasında sosyal anksiyete farklılığının bir birine yakın olabileceğini söyleyebiliriz. Ayrıca o yaş grubunun benzer arkadaş ortamına sahip olması, yakın kaygı düzeyine sahip olmasında etkili olduğunu düşünebiliriz.

Yaş Durumuna göre eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. 13-14 yaş grubundaki öğrenciler ortak özelliklerinden biri de kendilerini bir gruba ait hissetmesidir. Gruba dâhil olmak için dış görünüşlerini değiştirebilir, davranışlarını ve konuşma biçimlerini gruba göre şekillendirebilirler. Burada kişiler sosyal kabul arayışındadırlar. Sosyal kabul ararken atletik yeterlilik, fiziksel görünüm ve davranışsal boyutlar önemli birer etkidirler.

Yaş durumuna göre depresyon da anlamlı farklılık bulunmuştur. 14 yaşındaki çocuklarda depresyon 13 yaşındakilerden yüksek çıkmıştır. Değişen eğitim sistemiyle beraber öğrenciler bir belirsizlik içerisinde. Ayrıca bu yaşlar ortaöğretimden liseye geçiş süreci olduğundan bu dönemde kişilerin karşılaşacakları problemler, farklı bir eğitim ortamına girecek olmaları, lise yerleştirme sınavlarına hazırlanıyor olmaları, öğrenciler üzerinde bazı olumsuz etkilere sebep olabilir. Bunlardan yaygın olanlardan biride depresyondur. Öğrencilerin bu belirsizlik ile beraber kaygılı bir süreç içerisinde girmeleri, depresyonun meydana gelme olasılığını artırabilir, hatta şiddeti üzerinde bile etkisi olabilir.

Ayrıca yakın ilişkilerinde kaygılı bağlanma tarzı gösteren bireylerde depresyon ve kaygı belirtileri daha yüksek oranda bulunduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Aktay yaptığı çalışmada güvensiz bağlanma stiline yüksek depresyon düzeyleriyle ilişkili olduğu belirtilmiştir. Ergenler üzerinde yapılan çalışmada ergenlerin yaklaşık dörtte biri (%27,1) güvensiz bağlanmaya sahiptir. Güvenli bağlanan ergenlerde anksiyete ve depresyon puanları düşükken, kaygılı (saplantılı) bağlananların ise anksiyete ve depresyon puanları yüksek bulunmuştur.

## 9. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmalarında gösterdiği gibi bağlanma teorisi bize anne/bakım veren çocuk arasındaki ilişkinin mahiyetinin bireyin kendini ve çevreyi nasıl değerlendireceğiyle ilgili temel oluşturduğunu göstermektedir. Erken çocukluk dönemindeki yaşantılar bireyin gelecekle ilgili yaşantıların tümünü etkilemektedir. Ailenin bu bakımı en nitelikli şekilde vermesiyle ilgili yeterli derecede hazırlıklı olmama, birtakım sınırlayıcı etkenler kendi ve çevreyle ilgili algılarını negatif etkilemekte, güvensiz ortamda büyüyen çocukların yaşamla ilgili baş etme becerileri düşük olmakta buna bağlı olarak ortaokul son sınıf öğrencileri çeşitli psikopatolojilere sahip olabilmektedirler. 0-2 yaş arasındaki bağlanmadaki kaygılı bağlanma stilleri gelecek yaşamda da benlik algılarını düşürmekte, sosyal anksiyete oluşturmakta, depresyona neden olabilmektedir.

Bundan sonraki araştırmalarda; güvenli bağlanmanın önemine binaen daha sonra çıkan semptomları tedavi yerine önleyici çalışmalara ağırlık verilebilir. Çocuk sahibi olmak isteyen bireyler için kontrollerinin yapıldığı hastane veya polikliniklerde ilgili profesyonelce güvenli bağlanma eğitimleri verilebilir, atölyeler yapılabilir. Erken çocukluk döneminde çocuktan veya aileden kaynaklı güçlüklerde güvenli bağlanmayı engelleyen durumların tesbitinde anaokulu ilkököl ve sonrasında okuldaki pedagoğ veya psikoloğların aileye sağlıklı bağlanmayla ilgili yönlendirme veya bilgilendirme yapılabilir. Erken çocukluk döneminde güvenli bağlanmanın temeli olan tutarlılık konusunda görsel yayın organları daha etkin kullanılmak için seminerler yerine flaş görseller, kamu spotları kullanılabilir. Okula başlangıçta



yeterince donanımlı olabilmesi için ilave hazırlık çalışmalar yapılabilir. Okul öğrencilere başarı duygusunu hissettiren, kendilerini sosyal, sportif, kültürel gibi farklı alanlarda da ifade etme imkânı veren bir yer olmalıdır. Öğretmenler öğrencilerini, destekleyerek, cesaretlendirerek başarı duygusunu tatmaları için olanaklar sunabilir. Özellikle çalışan anneler için; sık bakıcı değiştiren ailelerde bu durumun kaygılı bağlanmaya neden olma ihtimaline bağlı olarak anne adaylarının çocuğun kritik evrelerinde çocuğuna bakabilmesi için teşvik edici yollar geliştirilebilir.

#### KAYNAKÇA

- Bal, F. (2018a). Sosyal grup yanlılığının cinsiyet farklılığına göre belirlenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 11(58):431-447.
- Bal, F. (2018b). Tinnitus ile depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*. 2(4): 373-379.
- Beck, A. (1972). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Hoeber Medical Division.
- Beck, A., Emery, G. & Greenberg, R. L.(1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Berman, R. & Schneier, F. (2004). 'Symptomatology and diagnosis of social anxiety disorder'. *Social anxiety disorder*. B. Bandelow & D. J. Stein (Ed.). New York: Marcel Dekker.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2, Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother, *The International Journal of Psycho-Analysis*. 39: 350-373.
- Clifford, M. (1991). *Psikolojiye giriş: Ders kitabı* Ankara: Meteksan.
- Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N., Özdemir, D., Demir, Ö. F. ve Sümer, H. (2006). Sivas il merkezinde sosyoekonomik düzeyi farklı üç ilköğretim okulu öğrencilerinin benlik saygısı düzeyi. *Klinik Psikiyatri*. 9(3): 116-122
- Dwyer, K. (2005). The meaning and measurement of attachment in middle and late childhood. *Human Development*. 48(3):155-182.
- Güleç, C. (2009). *Psikiyatri'nin ABC'si*. İstanbul: Say Yayınları.
- Fehm, L., Pelissolo, A., Furmark, T. & Wittchen, H. U. (2005). Size and burden of social phobia in Europe. *European Neuro Psychopharmacology*. 15(4):453-62.
- Gordon, J. & Hen, R. (2004). Genetic approaches to the study of anxiety. *Annual Review of Neuroscience*. 27: 193-222.
- Kenneth, R., LeMare, L. & Lollis, S. (1998). Social withdrawal in adolescents. *Adolescent Development*. 63: 350-365.
- Kovacs, M. (1981). Rating scales to assess depression in school-aged children. *Acta Paedopsychiatrica: International Journal of Child & Adolescent Psychiatry*. 46(5-6):305-315.
- La Greca, A. & Stone, W. L. (1993). Social anxiety scale for children-revised: Factor structure and concurrent validity. *Journal of Clinical Child Psychology*. 22(1):17-27.
- La Greca, A., Dandes, S. K., Wick, P., Shaw, K. & Wendy, S. (1988). Development of the social anxiety scale for children: Reliability and concurrent validity. *Journal of Clinical Child Psychology*. 17(1): 84-91.
- Sümer, N. ve Anafarta, M. Ş., (2009). Attachment to parents during middle childhood, self-perceptions, and anxiety. *Türk Psikoloji Dergisi*. 24 (63), 86-101

- Şekercioğlu, G. (2009). Çocuklar için benlik algısı profilinin uyarlanması ve faktör yapısının farklı değişkenlere göre eşitliğinin test edilmesi. Ankara: Ankara Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Wittchen, H. U., Stein, M. & Kessler, R. (1999). Social fears and social phobia in a community sample of adolescents and young adults: prevalence, risk factors and co-morbidity. *Psychological Medicine*. 29: 309–323.
- Yörükoğlu, A. (1985). *Gençlik çağı*. Ankara: Tisa Matbaası.