

Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi

Gülseren Keskin*, Olcay Çam**

* Öğr. Gör. Ege Üniversitesi Atatürk Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu

** Doç. Dr. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu

Yazışma Adresi:

Dr. Gülseren Keskin

Ege Üniversitesi Atatürk Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İzmir

Tel: +902323393564

Faks: +902323393546

E-mail: unalgulseren@hotmail.com

ÖZET

Bu yazıda bağlanma kuramı, bağlanma süreci, ergen bağlanması, bağlanma ile ilgili psikopatolojik bozukluklar, yetişkin bağlanması ile ilgili araştırmalar gözden geçirilmiştir. "PubMed" ve "ScienceDirect" tıbbî arama motorları kullanılarak, özellikle 1985–2004 yılları arasında yayımlanan makaleler, öncelikli olarak değerlendirilmeye alınmıştır. Bağlanma ebeveyn ve çocuk arasında oluşan ilk ilişkinin en önemli odağıdır. Bağlanma kuramı bebek psikolojisini temel almasına rağmen ergenleri anlamak içinde kullanılmıştır. Ergenin gelişimsel periyodu içerisinde yaşamın tekrar gözden geçirilmesi ile kimliğin oluşturulması esnasında, bağlanma figürlerinin değişmesi ve ergende yeniden organize olması nedeni ile ergenlik bağlanma ilişkisinde pek çok dramatik değişimin yaşandığı bir dönemdir. Bu değişiklikler güvenli veya tehlike oluşturacak şekilde bağlanılan figürün partnere aktarılmasıyla yaşanır. Bağlanma olgusu âile içerisinde ebeveynin olumlu ya da olumsuz fonksiyonlarından etkilenir. Ebeveyne bağlanma ile ilgili bozukluklar çocuk ve ergende davranışsal problemler, eğitimsel zorlantılar ve düşük benlik saygısı şeklinde yaşanır. Erken dönem çocukluk deneyimleri bilinmeyen bir şekilde yetişkinlik döneminde de tekrarlanarak yaşanır ve yetişkin bağlanma stili önceki kognisyonlar, duygulanımlar ve davranışlarla gelişir. Böylece çocukluktaki bağlanma yetişkinlikteki romantik ilişkilerine ve akran ilişkilerine aktarılır. Sonuç olarak, bağlanma kuramı psikiyatrik yaklaşıma ve klinik uygulamalara farklı bir konsept çizer. Bu konsept doğumdan yetişkinlik sürecine kadar bireysel gelişim, bağlanma süreci, davranışsal gelişim sürecinin dikkate alınmasını gereğini vurgular. Böylece bu yaklaşımla bağlanma ile ilgili bozuklukların çözümüne olanak sağlanmış olur.

Anahtar Kelimeler: dezorganize bağlanma, bağlanma, ergen bağlanması, yetişkin bağlanması

ABSTRACT

Adolescence and Attachment Process: Review of The Literature in Terms of Mental Health.

This article reviews literature on attachment theory, process of attachment, adolescent attachment, attachment related psychopathological disorder, adult attachment. Articles, published in 1985-2004 and searched via "PubMed" and "ScienceDirect" medical search engines, are primarily included in the review. The attachment systems are at the heart of this crucial first relationship between child and parent. Attachment theory is central in infant psychology but is also more and more used to understand adolescent's vulnerability. Adolescence is a period of dramatic change in attachment relationships because of adolescence as a developmental period of change and reorganization might lead to changes in attachment representations by re-evaluating one's life experiences in the course of general identity development. These changes enable attached children to become attachment figures for their spouses and to live safely in a world characterized by both safety and danger. Attachment bond affected negative or positive parental functioning in family. Disordered parental attachment can commit children, adolescence to lives characterized by relationship difficulties, behavior problems, educational failure, and poor self-esteem. Early childhood patterns are unknowingly recreated in our adult relationships and adult attachment style is developmentally antecedent to cognitions, emotions and behaviors. So attachment in childhood was likely to be transferred to romantic and peer-relations. Hence attachment theory is drawing up a new concept to psychiatric approach and clinical practice. Indeed, this concept permits to take into account in a combined manner individual development, processes of attachment, and behavior adjustments, from birth throughout adulthood. So this approach gives permission to treatment of disorders related to attachment disorder.

Keywords: disorganized attachment, attachment, adolescent attachment, adult attachment

GİRİŞ

Bağlanma [attachment], yaşamın ilk günlerinde başlayan, çevreyle olan etkileşim sonucu gelişen ve duygusal yönü ağır basan bir durumdur. Aynı zamanda bağlanma, çocuk ve bakım veren kişi arasında gelişen; çocuğun bakım veren kişiyi arama ve yakınlık arayışı davranışları ile kendini gösteren, özellikle stres durumlarında belirginleşen, dayanıklı ve devamlılığı olan duygusal bir bağ olarak da tanımlanmaktadır (Ainsworth 1997). Bu gözden geçirme yazısında bağlanma teorisi ergen açısından irdelenmiştir.

Bağlanma Teorisi: Anne-bebek arasında bağlanma gebelikte başlamaktadır (Fuller ve ark. 1993). Gebelikte birlikte başlayan bağlanma süreci, doğum sonrası ilk ayları içeren, hâttâ bâzen ilk yıllara kadar uzayabilen bir süreci kapsar. Bu dönemde bebeğin bağlanma biçimi, annenin bebekliğindeki kendi bağlanma biçiminden etkilenir. Aynı zamanda annede gebelik ve loğusalık döneminde, kendisinin bebekken, annesine bağlanma geliştirdiği süreçte yaşadığı güçlük ve çatışmaları tekrar yaşayabilir (Bowlby 1988, Benoit ve ark 1987, Zeanah ve ark. 1997). Bağlanma sürecinde anne kendisi bebekken, annesine bağlanmasının yarattığı güçlükleri ve çatışmaları yaşamaya “imge bebek” kuramı denilmektedir (Atasoy ve ark. 1997).

Doğum sonrası anne ve çocuk arasında güvene dayanan bir ilişki yapılır. Anne-bebek arasındaki güvenli ilişki baba ve kardeşlerin katılımı ile güçlenmektedir. Bu sosyal desteğin niceliği ve niteliğiyle anne-bebek bağlanması arasında kuvvetli ilişkinin olduğu bildirilmektedir (Lowinger ve ark 1995). Bebekle ilişkide bu derin memnuniyet duyguları ebeveyn tarafından bebeği kabullenme durumunun en üst düzeye ulaşması için temeldir. Bebeğe, özel bir sevgi hissetmek ve anne/baba rolünün iyi bir şekilde yerine getirilmesi, bağlanmaya doğru duygusal bir atmosfer yaratır. Bebeğe yönelen annelik/babalık davranışları, bebeğin kendisine değer verme duygusunun gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Waters ve ark 2000, Troy 1995).

Bağlanmanın oluşabilmesi için, bebeğin anneyi diğerlerinden ayırt edebilmesi, nesne sürekliliğinin olması gerektiği ve sembolik oyun yetisinin [oyunda nesneleri ve kişileri simgesel olarak temsil edebilme] önemli olduğu düşünülmektedir (Pehlivan Türk 2004).

Bowlby (1988) ve Ainsworth’a (1997) göre güven duygusunu arttıran bakıcı çocuğu tehlike ve strese karşı korumada önemli bir yere sahiptir. Çocuğun primer bakıcısı veya bağlanma nesnesi yeterli düzeyde hassas, duyarlı ve uyumlu ise çocuk ileride güvenli bağlilik stili geliştirir. Bu güvenli bağlanma ile kişi kendi yeterliliğine, kişisel değerlerine [benliğin pozitif içsel çalışma modeli-

ne göre] gerçekçi ve geçerli olana güvenme modeli sergiler ve ileride partneri ile olumlu ilişkiler geliştirebilir [diğerlerine karşı pozitif içsel çalışma modeli]. Bu modeller kişisel yeterliliğe dayanır ve akranlarla olumlu ilişkiler geliştirilmesini sağlar (Bowlby 1988, Ainsworth 1997).

Bağlanma anne-çocuk arasındaki pek çok etkileşim ve farklı dinamiklerden etkilenir ve birey farklı bağlanma stili deneyimler. Bir veya birden fazla bağlilik figürü genellikle uyumu bozar yâhut duyarlılığı ortadan kaldırır ve çocuk güvensiz bağlanma şekli geliştirir. Bu stil kişinin ileride kendine ve partnerine karşı negatif içsel çalışma modeli geliştirmesine neden olur. İçsel çalışan modeller, birbirleriyle ilişkili olan iki farklı boyuttan oluşmaktadır: “Kendilik modeli” bireyin kendisini ne kadar değerli gördüğüne ve başkaları tarafından da ne oranda sevildiğine ilişkin algılarını, “diğeri modeli” ise, bireyin ihtiyacı olduğunda yakın çevresindeki insanlardan ne oranda yardım isteyebileceğine ve bu kişilerin güven vericiliğine ilişkin değerlendirmelerini yansıtmaktadır (Goldberg 2003, Green ve Goldwyn 2002).

Yapılan araştırmalar annenin gebelik sürecinin bebeğin bağlanmasında etkili olduğunu göstermiştir. Özellikle erken doğan bebeklerde, bağlanma bozukluğu görülmeye riskinin yüksek olduğu tesbit edilmiştir. Erken doğan bebeklerle zamanında doğan bebeklerin anneleriyle ikili ilişkilerinin farklı olduğu, erken doğan bebeklerin doğum haftalarına bağlı olarak uzun süre tıbbî gözlem altında tutulmaları ve bu nedenle de âilelerinden ayrı kalmaları nedeni ile erken doğan bebeklerin her durumda protesto davranışında bulundukları belirtilmiştir. Bu durum hem bebeği hem de âileyi olumsuz yönde etkilemiştir (Soysal ve ark 2000).

Ayrıca anne bebek bağlanmasının oluşumu ve anne bebek ilişkisinin gelişiminde, gebeliğin plânlanması, gebeliğin istenmesi, annenin güven duygusu, âilenin sosyoekonomik ve kültürel durumu, eş ilişkileri, eş desteği, kadının âilesiyle ve sosyal çevresiyle olan ilişkileri, doğum şekli, ilk günlerde yaşanan anksiyete, anne ve bebeğin sağlık durumu, çocuk bakımı bilgisi gibi faktörlerin etkili olduğu belirtilmektedir (Benoit ve ark. 1997, Fuller ve ark. 1993, Goldberg ve ark. 2003).

Ergende Bağlanma Süreci: Ergenlik, genellikle çocuk ve âilesinin yaşamında belirgin bir değişimin gözlemlendiği dönemdir. Sıklıkla ergen tarafından, kurallara karşı gelişmelerle karakterize ciddi fırtınaların koptuğu stresli bir yaşantı deneyimlenir (Allen ve ark. 1998, Lieberman ve ark. 1999).

Ergenlik, âilenin dışındaki ilişkilerin yoğunlaştığı, ebeveynenden bağımsızlaşmaya doğru yol alındığı, âile ile dürüst ve yakın ilişkilerin devam ettirilmeye çalışıldığı bir dönemdir. Ergenin ebeveyne güvenli bağlanma geliş-

tirmesi, kimliğin ve benliğin gelişimi için önemlidir. Ergen ebeveyninden ayrılmaya ve otonomi kazanmaya başlamasına rağmen bu otonomi ebeveynle güçlü bir ilişki kurmasına engel değildir. Bu güvenli bağlanma ergene benliğini oluşturmada ve geliştirmede, benlik saygısını arttırmada ve kimliğini yapılandırmada yardımcı olur (Allen ve ark. 1998, Kenny ve Gallagher 2002).

Ergenin bağlanmasıyla ilgilenen pek çok çalışmada ergenlik döneminde bağlanmanın ergenin inançları, hisleri, yakın arkadaşlıkları çevresinde şekillendiğini göstermiştir. Çocukluk döneminde temel bağlanma ögesi olan annenin ergenlik dönemine gelindiğinde bireyin üzerinde etkisinin azaldığı görülmektedir. Paterson ve arkadaşlarının (1995) yaptığı bir çalışmada geç ergenlik döneminde kız ergenlerin anneden gördükleri desteğin arttığını ifade etmelerine rağmen, erkek ergenlerin desteğin azaldığını söylemesi ilginçtir.

Ergenlik, bağlanma ilişkisinde belirgin bir değişimin yaşandığı dönemdir. Bu değişim hem güvenli hem de tehlikeli olan dünyada, güvenle yaşamak ve ileride kendi çocukları ve eşine karşı bağlanmanın oluşabilmesi için yaşanması gereken bir değişimdir. Ergenlik süreci, bireyin âilenin dışındaki yaşama hazırlanabilmesini sağlayan, çocukluk döneminin davranış ve düşüncelerinin şekillendiği bir dönemdir (Allen ve ark. 1998, Lieberman ve ark. 1999).

Bağlanma süreci ergenin âile işlevlerini etkiler. Ergen tarafından geliştirilen güvenli bağlanma örüntüsü âile işlevlerini olumlu yönde etkiler. Ebeveynle geliştirilen güvenli bağlanma ancak âile içerisinde işbirliğinin ve etkileşimin yoğun olduğu âile çevresinde geliştiği ortaya çıkmıştır. Güvensiz bağlanma geliştiren ergen âile içerisinde problemler yaşanmaya başlar. Çünkü güvensiz bağlanma geliştiren ergenlerin ebeveyn yapılarında çoğunlukla ergen tarafından bireyselliklerinin ellerinden alındığına dair bir düşünce gelişmiştir. Ayrıca güvensiz bağlanan ergen ebeveyni bireyselliğine yönelik tehdit olarak algıladığı için ebeveyni ile çatışma içerisine girer ve ebeveyn sık sık bu çatışmadan dolayı ergene yönelik bezginliğini dile getirir. Güvensiz bağlanan ergen çoğu zaman ebeveynlerini anlamaya ve duyumsamaya gerek duymadığından, kolaylıkla ebeveyn tarafından engellenir ve geri çevrilir (Kobak ve Sceery 1988, Allen ve Hauser 1996).

Joseph P. Allen ve Deborah Land'dan (1999) aktarıldığı üzere, ergenlik gibi geçiş dönemi boyunca, ergenler ebeveynlerine daha az bağımlı olmaya başlarlar. Ancak bu ebeveynlerin onların hayatında önemli olmadığını göstermez. Ergenler ebeveyne daha az bağlanmalarına rağmen, onlar ile daha fazla karşılıklı iletişim ve etkileşime girerler. Ergenin otonomisi ebeveyne bağlanmayı olumsuz etkiliyor gibi görünse de, aksine arka planda er-

genlik boyunca devam eden güvenli ilişkiler kurmaya yönelme şeklinde bağlanma şeklinde kendini gösterir (Land ve Allen 1999).

Bu açıdan bakıldığında, ergenlik bağlanma ihtiyacının ve davranışlarının terk edildiği bir dönem gibi görünmesine rağmen, zamanla etkisini arttırarak akranlara aktarılmaktadır. Bu geçiş akranlara karşı geliştirilen bağlanma ilişkilerinden, öncelikle ebeveynle karşı geliştirilen hiyerarşik bağlanma ilişkisine dönüşür.

Gerilimli kaçınan bağlanma geliştiren ergenlerinse, çevrelerindeki güvenemediklerinden genellikle kişileri kontrolleri altına alma eğiliminde oldukları ve öfkelerini doğrudan ifade edemedikleri, bütünlük duygusuna sâhip olamadıkları, özdeğer duygusunu sürdüremedikleri tespit edilmiştir. Bu kişilerin kimlik organizasyonlarında sorunlar yaşanır (Tyrrell ve Dozier 1999, Rosenstein ve Horovitz 1996).

Bağlanma ve Psikososyal Uyum: Bağlanma yaşamın ilk aylarında gelişmesine rağmen, yaşamın sonraki yıllarını pozitif veya negatif yönde etkileyerek, yaşam boyunca sosyal ilişkilerin gelişiminin temelinde yer alır. Ergenlikten önce, bağlanma çocuğun kendini tehlike altında yâhut rahatsız hissettiğinde kullandığı benliği koruma stratejilerini ifade eder. Daha sonra bağlanma ilişkiler, benliği koruma stratejileri üzerine şekillenir (Lapsey ve ark 2000).

Bağlanma ilişkisi ergende kognitif gelişimi etkiler. Örneğin şekli işlevsel düşünme kapasitesinin oluşması [özellikle zihinde hızla özetleyebilme kapasitesi] bir bakıma iyi bir bağlanma ilişkisinin geliştirilmesine bağlıdır. Benliğe aktarılacak farklılaşan bağlanma ilişkisi içsel süreçlerden etkilenir. İçsel çalışma modelinde çocuğun yaşı ve çocuk tarafından bakım verenlerin ilişkisinin algılanış şekli önemli olmasına rağmen, içsel çalışma modeli çocuğun kognitif gelişim sürecine göre, bireysel farklılıklar göstermesi de dikkate alınması gereken bir durumdur. İçsel çalışma modeline göre davranışsal süreç [yakınlık arama, baş etme] ve duygusal süreç [algılama, yorum, beklenti] bağlanma stillerinden etkilenir. Ergenlerde içsel çalışma modeli ise ergenin bağlanmayla ilgili zihinsel sürecini, kişiler arası ilişkilerini yansıtır ve yaşamı boyunca değişmeden kişi üzerinde etkinliğini sürdürür (Meeus ve ark 2002).

Ebeveyn ile geliştirilen sıcak, doyurucu bir ilişki, ileride ergenin akranlarıyla daha kaliteli bir ilişki kurmasına ve duygusal açıdan doyum sağlamasına yol açar. Olumsuz yaşantılar nedeniyle [travma, göç, annenin depresyonu] gelişen güvensiz bağlanma ise ilerde çocukta depresyon oluşmasına neden olur ve bu da ergenlik yıllarında daha fazla oranda davranış problemlerine yol açabilmektedir (Allen ve ark. 1998). Yine çocukluk çağı-

da annesi ile güvenli bir bağlanma geliştiren bireyler ergenlik döneminde yalnızlık çekmemektedirler (Kerns ve Stevens 1996).

Bağlanma davranışının ebeveynlerden akranlara çevrilmesi sırasında herkes olumlu şeyler yaşayabilir. Ailesi ile güvensiz bağlanma geliştiren ergenler bağlanma ihtiyacı ve otonomi arasında dengeyi kuramayabilir (Weiss 1982). Bu ergenlerde güven duygusu azalmıştır; bağlanma ilişkilerinde hep bir sonlanış, kararsızlık veya problem yaşarlar, böylece yeni bir sorun yaşamamak için ilişkiye girmekten sakınırlar. Oysa güvenli bağlanan ergenler, problemlerle karşı karşıya kaldıklarında hızla çözüme gidebilmektedirler. Kaçınma davranışı ile ilintili güvensiz bağlanma geliştiren ergenler bağlanma figürleriyle bir problem yaşadıklarında hızla depresyona girerler. Buradaki ergen depresyonu aslında ebeveyn güvensiz bağlanmasının uzantısıdır. Bu açıdan bakıldığında, ergenin ebeveynin desteğine ihtiyacı hiç bitmez ancak ergen dâima kendini ebeveynlerinden bağımsız bir birey olarak algılar (Seiffge-Krenke 1993).

Yine Finnegan ve arkadaşlarının(1999) yaptığı bir çalışmada güvensiz ve ambivalan bağlanma gelişen ilköğretim 3. ve 7. sınıf erkek öğrencilerinin stresle karşılaştıklarında immatür davranarak suçu, kurban olarak seçtikleri başka bir akranının üzerine attıkları ve sürekli tedirgin ve tereddütlü davranışlar sergiledikleri ortaya çıkmıştır (Finnegan ve ark. 1999).

Güvensiz, dezorganize bağlanma gelişmiş olan ergenlerde ise stres ile baş etmede organize bir davranış gösterememe, yabancı durum testinde stereotipik, asimetrik ve zamansız hareketlerin varlığı, donup kalma veya hareketlerde yavaşlama görülmektedir (Hall ve Geher 2003). Dezorganize bağlanma örüntüsünün altında yatan nedenin bakım veren tepkilerinde güven verici olmayan, tutarsız, kaba, benmerkezci veya zorbalığa dayanan bir tutum sergilemesi ve bireyin bakım verenden korkması olduğu belirtilmektedir (Cooper ve ark. 1998). Bu ergenlerin sıklıkla fiziksel şiddet uyguladıkları ve düzeni bozucu davranışlar sergiledikleri, kurallara düşünmeden karşı çıktıkları ve âniden öfkelenedikleri gözlenmiştir.

Bağlanma bozukluklarında cinsel suçların görülme olasılığı fazladır. Cinsel istismar davranışının etiyolojisinde dağınık bağlanma bozukluğunun yattığı düşünülür. Ayrıca, dağınık bağlanmış ergenlerde cinsel baş etme mekanizması olarak sık masturbasyon davranışı sergileme gözlenir. Bu kişiler mahremiyetlerini kaybettiklerini düşünürler, kendilerini yalnızlığa itilmiş hissederler ve bu kişilerin cinsel bozukluklarının temelinde gelişimsel stresörlerle birlikte düşük benlik saygısı, baş etme mekanizmalarının zayıflığına ve kişiler arası ilişkilerde bozulma yatar (Brown ve ark. 1999, Burk ve Burkhart 2003).

Bağlanma İlişkisi ve Sosyal Yeterlilik: Bağlanma bir sosyal davranış çeşididir. Bowlby bağlanmayı çocuk gelişiminin erken döneminde aramıştır (Bowlby 1988). Doğumdan yaklaşık dört ay sonra yetişkinlerden farklı olarak bebek güvenli bağlanma figürü olarak öncelikle anneyi tercih etmektedir. Üç yaşının başlarında güvenli bağlanan çocuk öğretmeninin ve diğer insanların yanında kendini rahat ifade etmeye başlar. Bu dönemde ikincil bağlanma figürü öğretmeni veya ona yakın olan bir başka kişi olmuştur.

Ergenin bağlanma süreci ergenin kurduğu sosyal ilişkilerin niteliğine göre, değerlendirilen içsel çalışma modeli üzerine kurulmuştur. Benliğin önceki bilinçli ve sonraki bilinçsiz ruhsal durumlarını temsil eden içsel çalışma modeli, bireylerin bağlanma figürlerinden etkilenir. Erken dönem bağlanma ilişkileri ergenin ebeveynle olan geçmişteki ilişkilerini ve ebeveynin verdiği tepkilerin kalitesini yansıtır (Allen ve ark. 1998).

Çocuklar, ergenlik dönemine geçtiğinde, geçişin ilk yıllarında ergenin ebeveynlerinden bağımsızlaşmasıyla birlikte akranlarıyla iletişimin ağırlıklı olduğu ilişkiler yaşamaya başlarlar. Ergenin akranlarıyla geliştirdiği her yeni ilişki, ergen için yeni bir güven kaynağı demektir. Akranlarla kurulan bu ilişkiler ergenin diğer ergenler ile düşüncelerini ve değerlerini karşılaştırmasını sağlar, ergen tek başına kaldığında ne yapacağını öğrenir ve bu şekilde ergenin kimlik gelişimine katkı sağlanmış olunur. Ebeveynle kurulan güçlü bağlanma, akranlarla geliştirilen bağlanma ile ilişkilidir. Ebeveynlere bağlanma yakınlıkla ilişkili değil, duygusal bağla ilişkilidir. Ebeveyne karşı geliştirilen bağlanma benlik saygısı, yaşam kalitesi, affektif durum, psikolojik iyilik hâli, kimlik ve okula karşı geliştirilen uyumla ilişkili bulunmuştur (Allen ve ark. 1998, Kuperminc ve ark. 1996).

Ergenlik dönemindeki bağlanma özellikleri bireysel farklılıklardan etkilenir. Ergen farklı stresörlerle karşı karşıya kaldığında stresle baş edebilmek için güvenli bağlanmanın bir göstergesi olarak farklı uyum mekanizmaları ortaya koyar. Ebeveynleri ile uygun olmayan, ebeveynleri tarafından tutarsız ambivalan veya tepkisiz kalma gibi yanıtlar verilmesi ile zarar veren bir ilişki ile ebeveyne güvensiz bağlanan çocuk distresle karşı karşıya kaldığında mahremiyetini yitirdiğini hisseder. Güvensiz bağlanan bu çocuklar, ergenlik dönemine geldiklerinde, çevrelerinde bulunan kişileri güvenilmez ve ilişkilerini de gereksiz bulmaya başlarlar. Güvensiz bağlanan ergen, bağlanmayla ilişkili deneyimlerinde tutarsızlık gösterir ve yakın arkadaşlıklarında zorluklar yaşar (Lieberman ve ark. 1999). Güvensiz bağlanma gösteren ergenlerde agresyon ve öfke davranışı gösterme sıklığı artmaktadır (Thompson 2002).

Son 10 yılda ergenlerde agresyon dramatik bir şekilde artış göstermiştir. Ergenlerdeki bu agresyon genelde tehlikeli antisosyal davranış gösterme, saldırgan davranışa engel koyamama şeklinde kendini gösteren dürtü denetim bozuklukları şeklinde ortaya çıkmıştır. Bowlby'nin çalışma modeline göre ebeveynle arasında güvensiz bağlanma geliştiren çocukta, kristalizasyon aşaması boyunca anne çocuk ilişkisinde dürüst olmayan, güvensiz, öfkeli ve kaosu egemen olduğu bir ilişki biçimi geliştirilir. Çalışma modeli sosyal kognisyonu kapsamaktadır. Sosyal kognisyon bireyin diğerlerini ve çevreyi algılama, onlar hakkında düşünme biçimini belirler. Çocuğun çalışma modeline göre ilişki biçimi güvensizlik içeriyorsa, çocuk diğer insanların davranışlarına karşı hep bir negatif beklenti içerine girer. Çoğu zaman akranlarına karşı belirsizlik içeren, manipülatif, provakatif davranışlar sergiler.

Ergen tarafından okul çevresinde antisosyal yıkıcı davranışlar şeklinde gösterilen agresyon, ebeveynlerin, çocuğun bağlanma sürecinde çocuğa karşı çekingen tavırlar sergilenmesi yahut ebeveyn tarafından çocuğun geri çevrilmesi sonucu ortaya çıkmaktadır (Waters ve ark 2000). Bu ergenler farklı gelişimsel alanlarda problemler yaşarlar; duygusal açıdan distres altındadırlar, ilerleyen yaşamlarında sosyal alanlarda sık sık problemlerle karşılaşır, sıklıkla da kişilik bozuklukları mevcuttur. Bu kişilik bozuklukları antisosyal, narsistik, paranoid kişilik özellikleri olarak kendini gösterir (Allen ve ark 1998, Kenny ve Gallagher 2002).

Bağlanma ilişkisinin, yaşamın karmaşık dönemlerinde anksiyete, depresyon ve duygusal distres oluşturabilecek zararlı sonuçlarının olabileceği ifade edilmiştir. Ergenlerdeki depresif yapı kişinin benliğine karşı negatif inançları, başkaları tarafından sevilmediği, başkalarına güvenilemeyeceğine dair düşüncelerinin bağlanma süreci ile ilişkisi vardır. Depresyonda meydana gelen incinilebilirliğin özünde güvensiz bağlanma yatmaktadır. Erken ergenlik dönemindeki karamsar yapı, sıklıkla ergenlik ilişkilerinde değişimin doğasından kaynaklanmaktadır ve bu geçiş döneminde ergen âilesinden bağımsızlaşmak için uğraşmaktadır. Kaçıngan [avoidant] ergenlerde korkulu bağlanma daha fazla gözlenmektedir. Bu kişiler genelde destekten yoksun, depresyona eğilimli bir yapı sergilerler (Brown ve ark. 1999, Mikulincer ve Nachshon 1991). Sonuç olarak, bağlanma ve bağlanma ilişkileri daha çok çocukluk dönemine özgü olarak açıklanmasına rağmen, ergenin yaşamında da önemini korumaktadır (Allen ve ark 1998, Lapsey ve ark 2000).

Ergenler gelişimsel olarak yaşamakta oldukları dönemin gereği ayrılmaya ve kaybetmeye karşı daha da duyarlıdır. Bu onların ayrılık anksiyetesini daha şiddetli ve derinden yaşamaları ile ilgilidir. Ayrılık anksiyetesi bü-

tün insanlarda olduğu gibi ergenlerde de kayıp psikolojisini ve bununla ilgili yas ve/veya depresif duyguları ortaya çıkarabilir. Böyle bir derin yaşantının sonucu yoğun anksiyete ve umutsuzluk gelişir ve ergenlerde bir çeşit yas reaksiyonu ortaya çıkar. Ergenlerin ebeveynleri ile bağlanma tarzı ambivalan özellikler taşıyorsa bu normal yas sürecini patolojik duruma dönüştürerek ortaya açık veya gizli depresyon tablosunun çıkmasına neden olabilmektedir. Böylece hayattan zevk alamama, isteksizlik, umutsuzluk, karamsarlık, aşırı duyarlılık ve alınganlıkla birlikte iştahsızlık, uyku düzensizlikleri ve kilo kaybı gibi belirtiler gözlenir (Kenny ve Gallagher 2002, Lapsey ve ark 2000).

Tepkisel bağlanma bozuklukları ergenlerde psikiyatrik bozukluklarla birlikte gözlenmektedir. Ciddi bağlanma problemleri yeme problemleri, aşırı kilo kaybı, istenmeyen agresif davranışlar veya içe kapanma ve sosyal izolasyon, sürekli kendini geri çevrilmiş ve stres altında hissetme, obsesyonların yoğunlaşması, ümitsizlik, kızgınlık şeklinde kendini gösterebilir. Tepkisel bağlanma bozukluklarının nedenleri arasında genetik yatkınlık, hamilelikte yaşanan maternal ambivalans, travmatik prenatal deneyimler, hamilelikte alkol kullanımı, doğum travması, seksüel veya fiziksel istismar yahut ihmâl, çocukluk döneminde anneden âniden ayrılma, kronik maternal depresyon sayılabilir (Burk ve Burkhart 2003, Lapsey ve ark 2000).

Akranlar ve öğretmenler ile ilişkisinin, ergenin okuldan memnuniyeti ve okulda gösterdiği performans üzerinde etkili olması nedeniyle, güvenli bağlanma ergenin okul sürecinde de önemli bir yere sahiptir. Özellikle ergenlik sürecinde gelişim dönemiyle ilişkili, içsel ve dışsal sorunlar bağlanmadan etkilenir ve bu sorunların ergenin okuldaki performans ve mutluluğunu etkilemesi de şaşırtıcı değildir. Sonuç olarak, bağlanma ergenin akranlarla ilişkisi ve akademik performansı üzerine etkilidir ve güvenli bağlanmayan birey kişiler arası ilişkilerde aşırı hassastır ve güçlükler yaşar, diğerleri ile etkileşime ve okul başarısına önem vermez (Kenny ve Gallagher 2002, Waters ve ark. 2000).

Ergende Sosyal Cinsiyet Rolü ve Bağlanma: Bağlanma davranışı ile sosyal cinsiyet rolünün gelişimi arasında ilişki olabileceği düşünülmektedir. Konuyla ilgili olarak yapılan çalışmalar, bebek-bakıcı arasındaki duygusal bağın, onun sosyal cinsiyet rol gelişimini etkilediğini belirtmektedir. Sosyal cinsiyet rolü, bireyin erkeksiliği ve kadınsılığı algılamasıdır. Sosyal cinsiyet rolü ile ilgili literatür gözden geçirildiğinde, bireylerin sosyal cinsiyet özellikleri açısından dört gruba ayrıldığı görülmektedir. Bunlar "erkeksi cinsiyet rolü", "kadınsı cinsiyet rolü", "androjenik cinsiyet rolü" ve "belirsiz cinsiyet rolüdür".

Geleneksel açıdan “erkeksi cinsiyet rolü” bilişsel ve sosyal olarak egemen bir şekilde davranma, amaç yönelimli olma ve hâkim olma gibi özellikleri içerirken, “kadınsı cinsiyet rolü” duygusal olarak duyarlı ve destekleyici olma gibi özellikleri içermektedir. Daha önceki yıllarda insanların sosyal cinsiyet rolü, bir ucu kadınsı özellikler [dişilik: femininity], diğer ucu ise erkeksi özellikler [erillik: masculinity] olan tek bir boyut üzerinde gösterilirken, 1970’li yıllarda yapılan araştırmalarda, kadınsılığın ve erkeksiliğin birbirinden bağımsız boyutlar olduğu öne sürülmüştür. Böylece bireyler sosyal cinsiyet açısından belli ölçülerde hem kadınsı hem de erkeksi özelliklere sâhip olabilmektedirler. Bu şekilde hem kadınsı hem de erkeksi özellikleri belli ölçülerin üzerinde kendinde taşıyan bireylere “androjenik” bireyler adı verilirken, altında taşıyan bireylere ise “belirsiz” cinsiyet rolüne sâhip bireyler adı verilmektedir (Juni ve ark. 1994).

Kadınsı ve androjen ergenlerin, erkeksi ve belirsiz sosyal cinsiyet rolüne sâhip olanlara göre ebeveynine daha fazla bağlanma geliştirmiş oldukları, bu bağlanmanın babadan daha fazla anneye olduğu, ayrıca kızların arkadaşlarına daha fazla bağlanma bildirdikleri belirtilmektedir. Ayrıca, sosyal cinsiyet gruplarındakilere oranla, androjen sosyal cinsiyet rol kimliğine sâhip kız ergenlerin babalarına, erkek ergenlerin ise annelerine daha yakın oldukları bildirilmektedir. Arkadaşa bağlanma açısından ise, Haigler ve arkadaşlarının (1995) bulgularının aksine, ergenler arasında cinsiyet açısından fark rapor edilmezken, sosyal cinsiyet açısından anlamlı farklılıklar belirtilmekte, androjen kızların diğer sosyal cinsiyet rollerine sâhip olanlara oranla arkadaşlarına daha fazla bağlandıkları bildirilmektedir (Haigler ve ark 1995).

Konuyu sosyal cinsiyet rol çatışmaları çerçevesinde inceleyen ve özellikle erkek ergenler üzerinde gerçekleştirilen araştırmaların sonucunda ise, sosyal cinsiyet rol çatışması ile ebeveyne bağlanma arasında olumsuz bir ilişki olduğu bildirilmektedir. Bir başka deyişle, erkek ergenlerin ebeveynine güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça, geleneksel sosyal cinsiyet rollerini benimseme oranları azalmakta, bunun tersine güvenli bağlanma düzeyleri azaldıkça, geleneksel sosyal cinsiyet rollerini benimseme oranları artmaktadır. Bunun nedeni olarak da ebeveyni ile çatışmalı ilişkisi olan erkek çocukların, kadınları bağımsızlıklarını gasp edici görmelerine yol açtığı belirtilmektedir. Oysaki çocuk ebeveyn ilişkisi olumlu olan ve özellikle babaya güvenli bağlanan erkek çocuklar duygularını anlatımda kendilerini rahat hissetmekte, sosyal cinsiyet rolü ile ilgili sıkıntı yaşamamaktadırlar (Lieberman ve ark 1999, Smyke ve ark. 2002).

Çocuklukta ve Ergenlikte Gelişen Bağlanmanın Yetişkinliğe Aktarılması: Bowlby’nin (1988) bağlanma ku-

ramının temel amacı, bebeklerin birincil bakıcılarına nasıl bağlandıklarını ve onlardan ayrıldıkları zaman yaşadıkları duygusal stresi açıklamak ve tanımlamaktır. Bowlby’nin (1988) bağlanma kuramı, bebeklerin ve çocukların birincil bakıcılarından [genellikle anne] belli sürelerle ayrı kalmaları sırasında gösterdikleri tepkilerin gözlenmesinden ortaya çıkmıştır.

Çocukluk döneminde ebeveyne karşı geliştirilen bağlanma ilişkisi uzun dönem etkisini sürdürebilecek olan romantik ilişkiye dönüşebilmektedir. Bu ilişki biçiminde bireysellik ön plânda gibi görünse de, ilişkinin uzun süre devam edebilmesi için bağlanmaya ihtiyaç duyulur. Romantik ilişkiler de doğurganlık, cinsel birleşme ön plânda ise de ilişki sürecinde sürekli ebeveyne çocuk ilişkisi yaşanmak istenir fakat kişi o dönemde ebeveynidir.

Bir çalışmada babaya karşı geliştirilen bağlanmanın ileriki ergenlik dönemi romantik ilişkilerinde aşırı hassasiyet göstermeyi engellediği ortaya çıkmıştır (Ho 2004).

Bağlanma, yalnızca çocukluk ile sınırlı olmayıp yaşam boyunca sürer. İlk temel ilişki olan anne çocuk ilişkisi, sonraki yaşam dönemlerindeki bağlanmalar için örnek olur. İnsanların bebeklik döneminde ebeveynleriyle [ağırlıklı olarak anne] kurdukları ilişki ile yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri çeşitli açılardan benzerlikler göstermektedir. Bir çocuğun, bağlanma figürü [anne] yanında olduğunda ve gereksinimlerine duyarlılık gösterildiğinde, kendisini güvende hissetmesi gibi yetişkinler de, eşleriyle birlikte olduklarında ve gereksinimlerine doyum bulduklarında kendilerini güvende ve rahat hissederek. Bu durumda, eş, bireyin, örneğin iş yaşamında yaratıcı projeler geliştirmesini [bebeklik dönemindeki çevreyi keşfetme sürecindeki gibi] sağlayan güvenli bir temel olma özelliği taşır (Bartholomew 1997). Birey kendisini, gergin, hasta veya tehlike içinde hissettiğinde eş güvenli, rahatlık ve koruma sağlar. Bir başka deyişle, aşk yaşantısı güvenlik duygusu sağlayan yetişkin bir eşle yaşanan duygusal bir bağdır. Bu noktada, bebeklik dönemi ile yetişkinlik dönemi bağlanma süreci arasındaki farklılıklara da değinilebilir. Bebek ile anne arasındaki bağ tek yönlüdür, bebek gereksinimlerinin karşılanması için rahatlık arar, anne de bu isteğe duyarlılık gösterir. Yetişkin romantik ilişkilerdeki bağlanma süreci ise, karşılıklıdır, her iki birey de hem bakım alan hem de bakım veren konumundadır [sevgi, şefkat, sıcaklık vb. almak ve vermek], ayrıca yetişkin bağlanma süreci cinsel ilişkide bulunma ve ortak amaçlara sahip olma gibi faktörleri de içermektedir. Dolayısıyla, yetişkin romantik bağlanma sürecinin, bağlanma, ebeveynlik [bakım] ve cinsel ilişki öğelerinin bir bileşimi olduğu söylenebilir (Brodsky ve Lichtenstein 1999).

Hazan ve Shaver (1987), Bowlby'nin zihinsel modeller ve bunun kişiliğe yansımaları ve Ainsworth'un bağlanma türlerine ilişkin görüşlerini romantik aşka uyarlamaya çalışmışlardır. Onlara göre bütün önemli sevgi ilişkileri Bowlby'nin ifade ettiği anlamda bağlanmalardır. Ayrıca, bağlanma türleriyle romantik aşkı ilişkilendirerek bunların kişilerin âşık oldukları kişilerle ilişkilerini belirlediğini savunmuşlardır. Bu görüşe göre, güvenli âşıklar başkalarına yaklaşmaktan ve başkalarının kendilerine yaklaşmasına izin vermekten rahatsız olmazlar ve terk edilme korkusu duymazlar. Kaçınan âşıklar, başkalarına fazla yakın olmaktan rahatsız olurlar. Başkalarına bağlanmak ve güvenmek onlar için güçtür. Kaygılı çelişkili âşıklar ise âşıklarının kendilerini yeterince sevmediğini düşünürler (Hortacsu ve ark 1993).

SONUÇ

Bağlanma, ilk temel ilişki olan anne çocuk ilişkisi ile başlayan, ancak sonraki yaşam dönemlerindeki bağlanmalar üzerinde de etkisi olan önemli bir süreçtir. Bireyin kişisel yeterlilik duygusuna ve olumlu benlik değerine sahip olması, güvenli bağlanma geliştirmesine dayanır. Güvenli bağlanma sağlıklı duygusal ve sosyal gelişimi sağlar, bireyi stres yaratan koşullardan koruyabilir. Güvenli bağlanmanın gelişmesi sürecinde ebeveynin rolü büyüktür. Bireyin güven duygusunu kazandığı süreçte ebeveynin bireye olumsuz yaklaşımlar sergilemesi, bu bireyin farklı bağlanma stilleri ortaya çıkarmasına neden olur. Bu farklı bağlanma örüntüleri, dönemlere göre farklı şekillere bürünerek, bireyin yaşantısına yön verir. İleride partneri, akranları ile olumlu ya da olumsuz ilişkiler, geliştirmesinde etkili olur. Tüm bu süreçler göz önüne alındığında bağlanma bireyin ruhsal sürecini değerlendirirken dikkate alınması ve üzerinde durulması gereken önemli bir yapıdır.

KAYNAKLAR

- Ainsworth MS (1997) The personal origins of attachment theory. An interview with Mary Salter Ainsworth. Interview by Peter L. Rudnytsky. *Psychoanal Study Child*; 52: 386-405.
- Allen JP, Hauser ST (1996) Autonomy and relatedness in adolescent-family interactions as predictors of young adults' states of mind regarding attachment. *Develop Psychopathol*; 8: 793-809.
- Allen JP, Moore CM, Kuperminc G, Bell K (1998) Attachment and adolescent psychosocial functioning. *Child Development*; 69: 1406-1419.
- Allen JP, Land D (1999). Attachment in Adolescence. Cassidy J, Shaver PR, editors. *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. New York: Guilford Press, 319-335.
- Atasoy Z, Ertürk D, Şener Ş (1997). Altı ve on iki aylık bebekler-

- de bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi* 8: 110-115.
- Bartholomew K (1997) Adult attachment processes: individual and couple perspectives. *Br J Med Psychol*; 70: 249-263.
- Benoit D, Parker KC, Zeanah CH (1997) Mothers representations of their infants assessed prenatally: stability and association with infants' attachment classifications. *J Child Psychol Psychiatry*; 38: 307-313.
- Bowlby J (1998) Developmental psychiatry comes of age. *Am J Psychiatry*; 145: 1-10.
- Brodsky SI, Lichtenstein B (1999) Don't ask questions: a psychotherapeutic strategy for treatment of involuntary clients. *Am J Psychotherapy*; 3: 215-220.
- Brown J, Cohen P, Johnson JG, Smâiles EM (1999) Childhood abuse and neglect: specificity of effects on adolescent and young adult depression and suicidality. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*; 2: 1490-1496.
- Burk LR, Burkhart BR (2003) Disorganized attachment as a diathesis for sexual deviance developmental experience and the motivation for sexual offending. *Aggression Violent Behav*; 3: 487-511.
- Cooper MI, Shaver PR, Collins NI (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *J Personality Social Psychol*; 74: 1380-1397.
- Finnegan RA, Hodges EVE, Perry DG (1996) Preoccupied and avoidant coping during middle childhood. *Child Develop*; 67: 1318-1328.
- Fuller SG, Moore LR, Lester JW (1993) Influence of family functioning on maternal-fetal attachment. *J Perinatol*; 13: 453-460.
- Goldberg S, Benoit D, Blokland K, Madigan S (2003) Atypical maternal behavior, maternal representations, and infant disorganized attachment. *Dev Psychopathol*; 15: 239-257.
- Green J, Goldwyn R (2002) Annotation: attachment disorganization and psychopathology: new findings in attachment research and their potential implications for developmental psychopathology in childhood. *J Child Psychol Psychiatry*; 43: 835-846.
- Haigler VF, Day HD, Marshall DD (1995) Paternal attachment and gender role identity. *Sex Roles*; 3: 203-221.
- Hall SE, Geher G (2003) Behavioral and personality characteristics of children with reactive attachment disorder. *J Psychol*; 137: 145-162.
- Hazan C, Shaver P (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *J Pers Soc Psychol*; 52: 511-524.
- Ho MJ (2004) Adolescent attachment to parents: predicting later adolescent rejection sensitivity. Erişim Adresi: www.People.Virginia.Edu/~Psykliff/Pubs/Presentations/Sra%202004/Ho.Pp, Erişim Tarihi: 06.07.2006.
- Hortacsu N, Cesur S, Oral A (1993) Relationships between depression and attachment styles in parent- and institution-reared Turkish children. *J Genet Psychol*; 154: 329-337.
- Juni S, Grimm DW (1994) Sex roles as factors in defense mechanisms and object relations. *J Genet Psychol*; 155: 99-106.
- Kenny EM, Gallagher LA (2002) Instrumental and social/relational correlates of perceived maternal and paternal attachment in adolescence. *J Adolesc*; 25: 203-219.
- Kerns KA, Stevens AC (1996) Parent-child attachment in late adolescence: links to social relations and personality. *J Youth*

- Adolesc; 25: 323-342.
- Kobak R, Sceery A (1988) Attachment in late adolescence: working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Develop*; 59: 135-146.
- Kuperminc GP, Allen JP, Arthur MW (1996) Autonomy, relatedness and male adolescent delinquency: toward a multi-dimensional view of social competence. *J Adolesc Res*; 11: 397-420.
- Lapsey D, Varshney N, Aalsma M (2000) Pathological attachment and attachment style in late adolescence. *J Adolesc*; 23: 137-155.
- Lieberman M, Doyle A, Markeiwicz D (1999) Developmental patterns in security of attachment to mothers and fathers in late childhood and early adolescence: associations with peer relations. *Child Develop*; 70: 202-213.
- Lowinger S, Dimitrovsky L, Strauss H, Mogilner C (1995) Maternal social and physical contact: links to early infant attachment behaviors. *J Genet Psychol*; 156: 461-476.
- Mikulincer M, Nachshon O (1991) Attachment styles and patterns of self-disclosure. *J Pers Soc Psychol*; 2: 321-331.
- Meeus W, Oosterwege A, Vollebergh W (2002) Parental and peer attachment and identity development in adolescence. *J Adolesc*; 25: 93-106.
- Paterson J, Pryor J, Field J (1995) Adolescent attachment to parents and friends in relation to aspects of self-esteem. *J Youth Adolesc*; 24: 365-376.
- Pehlivan Türk B (2004) Otistik bozukluğu olan çocuklarda bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*; 15: 56-63.
- Rosenstein DS, Horowitz HA (1996) Adolescent attachment and psychopathology. *J Consult Clin Psychol*; 64: 244-253.
- Seiffge-Krenke I (1993) Close Friendship and Imaginary Companions in Adolescence. Laursen B, editor. *Close Friendships in Adolescence*. San Francisco: Jossey-Bass, 73-87.
- Smyke AT, Dumitrescu A, Zeanah CH (2002) Attachment disturbances in young children I: the continuum of caretaking casualty. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*; 41: 983-989.
- Soysal Ş, Öktem F, Ergenekon E, Erdoğan E (2000) Doğum türü değişkeninin bağlanma örüntüsü üzerindeki etkilerinin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*; 3: 75-85.
- Thompson C (2002) The disposables: our treatment of violent adolescents. *Am J Psychoanal*; 62: 273-284.
- Troy NW (1995) The time of first holding of the infant and maternal self-esteem related to feelings of maternal attachment. *Women Health*; 22: 59-72.
- Tyrrell C, Dozier M (1999) Foster parents; understanding of children's problematic attachment strategies: the need for therapeutic responsiveness. *Adoption Quarterly*; 2: 49-64.
- Weiss RS (1982) Attachment in Adult Life. Parkes CM, Stevenson-Hinde J, editors. *The Place of Attachment in Human Behavior*. New York: Basic Books, 171-184.
- Waters E, Hamilton CE, Weinfield NS (2000) The Stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: general introduction. *Child Dev*; 71: 678-683.
- Zeanah CH, Boris NW, Larrieu JA (1997) Infant development and developmental risk: a review of the past 10 years. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*; 36: 165-178.