

**T.C.
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA
STİLLERİ İLE YAŞAM KALİTESİ ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Betül HAYTA

**Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji**

Tez Danışmanı: Dr. Öğrt. Üyesi Selçuk ASLAN

AĞUSTOS - 2021

T.C.
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA
STİLLERİ İLE YAŞAM KALİTESİ ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Betül HAYTA

ORCID ID: 0000 0003 4661 0640

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

“Bu tez 12/08/2021 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA
Prof. Dr. Abdullah IŞIKLAR	<i>Başarılı</i>	
Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN	<i>Başarılı</i>	
Doç Dr. Ahmet Umut HACİFEVZİOĞLU	<i>Başarılı</i>	

Enstitü Müdürü
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet ALTUNTAŞ

BEYAN

“Ortaokul Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiler” isimli tez çalışmamın her aşamasında bilimsel ahlak ilkelerine uyulduğunu, başka kaynaklardan yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun atıfta bulunulduğunu, tezin tamamının ya da herhangi bir bölümünün bir üniversitede tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Betül HAYTA

12.08.2021



ÖNSÖZ

Bu tezin yazılmasında ve araştırmamın her aşamasında özveriyle yanımda olan, desteğini esirgemeyen danışmanım Dr. Öğrt. Üyesi Selçuk Aslan’a katkılarından dolayı içtenlikle teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Tez yazım sürecinde bana destek olan aileme ve arkadaşlarıma da çok teşekkür ederim.

Betül HAYTA

12.08.2021



İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	iii
TABLO LİSTESİ	iv
ŞEKİL LİSTESİ	v
ÖZET	vi
ABSTACT	vii
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	8
1.1. Bağlanma Stilleri	8
1.1.1. Bağlanma Kavramı ve Bağlanma Stilleri	8
1.1.2. Bağlanma Stillerini Etkileyen Etmenler	11
1.1.3. Kuramsal Yaklaşımlar	12
1.1.3.1. Ainsworth'un Bağlanma Kuramı	12
1.1.3.2. Lorenz'in Bağlanma Teorisi	13
1.1.3.3. Freud'un Teorisi	13
1.1.3.4. Harlow'un Bağlanma Teorisi	14
1.1.3.5. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı	14
1.1.4. Ergenlik Döneminde Bağlanma	15
1.1.5. Bağlanma Konusunda Yurt İçi ve Yurt Dışı Çalışmalar	17
1.2. Yaşam Kalitesi	20
1.2.1. Yaşam Kalitesi Kavramı	20
1.2.2. Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler	24
1.2.3. Yaşam Kalitesine Kuramsal Yaklaşımlar	28
1.2.4. Yaşam Kalitesi ile İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışı Çalışmalar	30
1.3. Bağlanma Stilleri ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiler	32
BÖLÜM 2: YÖNTEM	34
2.1. Araştırmanın Modeli	34
2.2. Evren ve Örneklem	34
2.3. Veri Toplama Araçları	34
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	34
2.3.2. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)	34
2.3.3. Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇİYKO)	35
2.4. Verilerin Toplanması	36
2.5. Verilerin Analizi	37
BÖLÜM 3: BULGULAR.....	38

3.1. Betimsel İstatistikler.....	38
3.2. Kolerasyon Analizi Bulguları.....	39
3.3. Gruplar Arası Karşılaştırma Bulguları.....	40
3.4. Regresyon Analizi Bulguları	54
BÖLÜM 4: SONUÇ VE ÖNERİLER	58
KAYNAKÇA	68
EKLER.....	77



KISALTMALAR

WHOQOL: Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Değerlendirme Anketi

DEHB : Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

ÜBBSÖ : Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

ÇİYKO : Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği

MEB : Milli Eğitim Bakanlığı



TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Dağılımları	38
Tablo 2: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yaşam Kalitelerine İlişkin Kolerasyon Analizi Sonuçları	40
Tablo 3: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Analiz Sonuçları.....	41
Tablo 4: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Yaş Değişkenine Göre T Testi Analiz Sonuçları.....	42
Tablo 5: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları	44
Tablo 6: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin İçe-Dışa Dönük Olma Değişkenine Göre T Testi Analiz Sonuçları	45
Tablo 7: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları	46
Tablo 8: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları	49
Tablo 9 : Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Başarı Algısı Değişkenine Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları	52
Tablo 10: Fiziksel Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	54
Tablo 11: Duygusal Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	55
Tablo 12: Sosyal Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	56
Tablo 13: Okul Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	57

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: Biyopsikososyal Model	24
--------------------------------------	----



Tezin Başlığı: Ortaokul Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri İle Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiler	
Tezin Yazarı: Betül HAYTA	Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN
Kabul Tarihi: 12.08.2021	Sayfa Sayısı: vii (Önkısım) + 76 (Tez) + 5 (Ek)
Anabilim Dalı: Psikoloji	Bilim Dalı: Psikoloji
Bu araştırmada ortaokul dönemindeki ergenlerin bağlanma stilleri ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda bağlanma stilleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki incelenmiş ve bu iki değişkenin sosyo-demografik özellikler temelinde oluşturulan gruplar (cinsiyet, yaş, ailenin gelir düzeyi, içe dönüklük-dışa dönüklük, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, akademik başarı algısı) arasında farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Ayrıca ortaokul öğrencilerinde bağlanma stiliyle yaşam kalitesini yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu İstanbul ili Bahçelievler ilçesindeki ortaokullarda 7. ve 8. sınıf düzeyinde öğrenim gören 182'si kız 123'ü erkek toplam 305 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla "Kişisel Bilgi Formu", bağlanma stillerini ortaya koymak için "Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği", yaşam kalitelerini belirlemek amacıyla "Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada yapılan çoklu karşılaştırma analizlerinde, veri seti iki olan grup analizleri için t testi, üç veya daha fazla veri seti arasındaki karşılaştırma için ise F testi kullanılmıştır. Farklılıkların anlamlılık testi için Tukey analizi yapılmıştır. Araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerde güvenli bağlanma ile fiziksel, sosyal, duygusal ve okul yaşam kalitesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki, kaçınan bağlanma ile fiziksel, duygusal, sosyal ve okul yaşam kalitesi arasında negatif yönde anlamlı ilişki çıkmıştır. Cinsiyet değişkenine göre bağlanma stili ve yaşam kalitesinin alt boyutlarında farklılaşma görülürken, aile gelir düzeyi değişkenine göre sadece okul yaşam kalitesi puanlarında farklılaşma tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular literatür ile ele alınarak tartışılmış, araştırmacılara öneriler sunulmuştur.	
Anahtar Kelimeler: Ergen, Ortaokul Öğrencileri, Bağlanma Stilleri, Yaşam Kalitesi.	

Title of the Thesis: The Relationships Between Attachment Styles and Quality of Life in Secondary School Student	
Author: Betül HAYTA	Supervisor: Asist. Prof. Dr. Selçuk ASLAN
Date: 12.08.2021	Nu. of Pages: vii(pre text) + 76(main body) + 5(app.)
Department: Psychology	Subfield: Psychology
In the present study, the relationships between attachment styles and quality of life of secondary school adolescents were investigated. For this purpose, the relationship between attachment styles and quality of life was examined and whether these two variables differed between groups formed on the basis of socio-demographic characteristics (gender, age, family income level, introversion-extraversion, mother's education level, father's education level, perception of academic achievement) was also explored. In addition, whether attachment style predicted quality of life in secondary school students was investigated. Participants of the study consists of a total of 305 students, studying at secondary schools in the Bahçelievler district of Istanbul at the 7th and 8th grade levels. While 182 of them were girls, 123 of the participants were boys. “Personal Information Form” was used to determine the personal information of the participants, “Three-Dimensional Attachment Styles Scale” was used to reveal attachment styles, and “Quality of Life Scale for Children” was used to determine their quality of life. Relational survey method, one of the quantitative research methods, was used in the study. In the multiple comparison analyzes employed in the study, the t test was used for group analysis with two data sets, and the F test was used for the comparison between three or more data sets. In order to test the significance of the differences, Tukey analysis was performed. Finally, Pearson correlation analysis was used to find out the relationships between the variables of the study. The results showed that there was a positive and significant relationship between secure attachment and physical, social, emotional and school life quality in adolescents, and a negative significant relationship between avoidant attachment and physical, emotional, social and school life quality. While there were differences in the sub-dimensions of attachment style and quality of life with regard to the gender variable, only the school life quality scores differed based on the family income level variable. The findings were discussed in the light of relevant literature, and suggestions were made for future research.	
Keywords: adolescent, secondary school students, attachment styles, quality of life.	

GİRİŞ

Aile, bireyin hayatında doğum öncesinden başlayarak hayatının sona ermesine kadar geçen sürede etkin bir rol oynamaktadır (Yavuzer, 1996). Çocuğun doğumuyla beraber annesiyle arasında bir etkileşim yaşanmaya başlamaktadır, bu süreç başlangıçta çocuğun biyolojik ihtiyaçlarını karşılamak şeklinde gerçekleşirken, daha sonra daha geniş bir açıdan çocuğun hayatını etkilemeye başlamaktadır (Hamarta, 2004). Yani çocukluk döneminde ebeveynlerin çocukları ile kurdukları ilişki çocukların gelişimlerini etkilediği gibi ilerleyen dönemlerde onların sosyal ilişkilerini ve psikolojilerini de etkileyeceği öngörülmektedir. Bu durumun kanıtı niteliğindeki ilk bilimsel araştırmalar Bowlby tarafından 1907-1990 yılları arasında yapılmıştır. Bağlanma; bireylerin kendilerine yakın hissettikleri kişiler ile aralarında geliştirdikleri duygu içeren kuvvetli bir bağıdır (Bowlby, 1982).

Ebeveyn-bebek ilişkisi sadece bakım ihtiyacının karşılanmasından ibaret değildir, aynı zamanda duygusal gereksinimleri de içermektedir. Bebeğin doğumuyla birlikte ona ilk bakımı sağlayan genellikle anne olduğundan, bebek ilk ilişkilerini anne ile kurmakta ve böylelikle ilk yakınlık duygusu oluşmaktadır. Bebek emme, ağlama, arama, tutma gibi davranışları gösterirken çevreyle ilk sosyal ilişkilerini kurmaktadır. Kurulan bu sosyal ilişkinin bireyin ilerleyen hayatında başkalarıyla kuracağı ilişkileri etkileyip etkilemediği konusu bağlanma üzerine araştırmalar yapılmasına öncülük etmiştir (Sosyal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005).

Bağlanma, bebeğin kendisine bakım veren kişiye fiziksel ve duygusal ihtiyaçları olduğu zamanlar başta olmak üzere iletişim kurması ve yakınlık duygusunu hissetmesi olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma figürü ile yakınlığı destekleyen davranışlar, bağlanma davranışlarıdır. Bağlanma, bireylerde temel üç görevi üstlenmektedir. Bunlar; bebeğin dış dünyayı keşfederken geri döndüğünde kendisini güvende hissetmesini sağlama, hayata dair kendini güvende hissetme duygusunun oluşumu ve son olarak fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasıdır (Bowlby, 2012).

Bebeğin bağlanma figürü ile kurduğu iletişim, bağlanma davranışını şekillendirmektedir. Bebeğin ihtiyaçlarının nasıl karşılandığı, hissettiği özen ve yakınlık duygusu oluşan bağlanma davranışının temelini oluşturmaktadır. Bebek tarafından bağlanma figürü ihtiyaçları uygun bir şekilde karşılayan, yakınlık duygusunu hissettiren ve özenli bir kişi olarak algılanırsa bebek kendini güvende hisseder. Bunun aksine bebek tarafından

bağlanma figürü ihtiyaçları uygun bir şekilde karşılayan, yakınlık duygusunu veren ve özenli bir kişi olarak algılanmazsa bebek bulunduğu ortamda kendini güvensiz hissetmekte, huzursuzluk, kaygı, endişe ve üzüntü duygularını yaşayabilmektedir (Fraley ve Spieker, 2003).

Bebekğin bağlanma figürü ile kurduğu ilişki çerçevesinde oluşan bağlanma davranışının temelinde içsel çalışan modeller vardır. Bebekğin kendisine bakım veren kişi ile kurduğu ilk sosyal ilişkiler içselleştirilmekte ve içsel çalışan modeller oluşturmaktadır. Bireyin yaşamı boyunca kuracağı sosyal ilişkilerin temelinde, bu içsel çalışan modeller yatmaktadır (Bowlby, 2012).

Bağlanma davranışı yaşamın ilk yıllarında şekillenmek ile birlikte, yaşam boyu gelişen bir yapıya sahiptir. Bireyin kuracağı sosyal ilişkilere yön veren içsel çalışan modeller, birbirini izleyen gelişim dönemleri boyunca değişim ve gelişim göstererek aktarılırlar. Bebeklik ve çocukluk döneminden sonra bireyin hayatında gelişimsel açıdan ergenlik dönemi başlamaktadır. Ergenlik çok yönlü gelişim ve değişimlerin yaşandığı, çocukluktan yetişkinliğe geçiş evresidir. Ergenlik döneminde, geçmişte oluşan bağlanma örüntüleri arkadaşlara ve sosyal çevreye doğru bir yönelim gösterir ve sosyal ilişkiler önemli hale gelir. Kurulan sosyal ilişkilerin niteliği ergenin yaşam doyumu üzerinde önemli bir belirleyicidir. Bireyin kurduğu yakınlık içeren ilişkiler, sosyal çevresi ve arkadaşlarıyla etkileşim derecesinin yaşam doyumunu, dolayısıyla yaşam kalitesini etkilediği düşünülmektedir (Kabasakal ve Uz Baş, 2013).

Ortaokul eğitim süreci, ergenlik döneminin başlangıcı olan erenlik dönemini yani ergenliğe giriş sürecini içerdiğinden dolayı kritik bir öneme sahiptir. Ericson'a göre ergenlik dönemi, bireylerin kimlik kazanmaya çalıştığı en önemli evredir. Bandura ise ergenlik döneminde çevreyi model almanın önemine vurgu yapmaktadır. Bireyler bu dönemde fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak önemli değişimler göstermektedir (Yavuzer, 2011). Ergenlik dönemine giren bireyler, kendilerini ortaya koyacak, kimliklerini geliştirecek, kendilerini ifade edecek faaliyetlerde bulunurlar.

Ergenlik dönemi gelişim ve kazanımlarını etkileyen bebeklik ve çocukluk döneminden gelen birçok sosyal ve psikolojik faktör vardır. Bireyin doğumuyla başlayan yaşam serüveninde anne-baba ile kurduğu iletişim ve aradaki bağ yaşamın ilerleyen yılları için oldukça kıymetlidir. Ergenin güvenli bağlanma davranışı geliştirmiş olması, sorunlarla başa çıkma becerisini olumlu yönde etkiler. Bebeklik döneminde yoğun bir şekilde

görülen bağlanma davranışı, kazanılan yeterliliklere bağlı olarak ergenlik döneminde yoğunluğu azalarak devam etmektedir. Bebeklikte yoğun bir şekilde ebeveynlerin üzerinde olan ilgi, ergenliğe girilmesiyle arkadaşlara ve sosyal çevreye doğru yön değiştirmektedir (Allen ve Land, 1999).

Ergenlikte bağlanma davranışı fiziksel ihtiyaçların ötesine geçerek bağlanılan kişi ile korku, kaygı, mutluluk gibi duyguların paylaşımı ile kendini göstermektedir (Damarlı, 2006). Bu dönemde, ergenlerin ana-babaya olan ilgisi sosyal ortam ve arkadaşlara doğru kaymaktadır. Ancak bu yönelim, erken dönemlerde kazanılan bağlanma stillerinin önemsiz olduğu anlamına gelmez. Bireyin hayatı boyunca kurduğu ve kuracağı ilişkilerde erken dönem bağlanma kazanımları önemini korumaktadır. Erken dönemde güvenli bağlanmayı gerçekleştirmiş bireylerden, ergenlik döneminde sağlıklı yakın ilişkiler kurabiliyor olması beklenmektedir (Allen ve Land, 1999). Güvensiz bağlanma gerçekleşmiş çocukların ise ergenlik döneminde kuracağı sosyal ilişkilerde, daha fazla sorun yaşayacakları öngörülmektedir. Ayrıca güvensiz bağlanma stiline sahip ergenlerde suça karışma, zararlı alışkanlıklar edinme, toplum tarafından onaylanmayan sosyal gruplara dâhil olma gibi olumsuz tutum ve davranışlara yatkınlık daha fazladır (Ünlü, 2015).

Gelişim sürecinde bağlanma stillerinin yanı sıra etkili olan etmenlerden biri de yaşam kalitesi olarak ele alınmaktadır. Birey, yaşamı boyunca daha iyi hayat standartlarını elde etmek için çabalar. İnsan sadece somut ihtiyaçların karşılanması ile hayatını sürdürmekten ibaret bir canlı değildir. Soyut birtakım ihtiyaçların karşılanması, belirli amaçların gerçekleştirilmesi ve olumlu deneyimler temelinde doyuma ulaşılmasının insan hayatında önemli bir yeri vardır. İnsanların hayat boyu yakalamaya çalıştıkları şey aslında yaşam kalitesidir. Son zamanlarda psikoloji alanında önemli bir yer tutan yaklaşımlardan birisi de pozitif psikolojidir. Pozitif psikoloji mutlu olma, duygular, öznel iyi oluş ve yaşam doyumu gibi konular ile yakından ilgilenmektedir (Shultz ve Schultz, 2007). Pozitif psikolojinin ilgilendiği bu konular, yaşam kalitesi ile doğrudan ilişkilidir.

Bireyin hayatında olumluya odaklanma, olumlu duyguları yüceltme, yaşamın akışına değer verme, iyi ilişkiler kurma ve bunları sürdürme gibi konular yaşam kalitesi ile de yakından ilişkili görülmektedir. Yaşam kalitesi, bireyin algılayış biçimine göre değişiklik gösteren öznel öğelerden oluşmaktadır. Bu durum, yaşam kalitesi kavramını bireyin kendini değerlendirişi ile ölçülebilecek bir kavram haline getirmektedir. Bireyin kendini

iyi hissetmesi yani iyi oluğu ve yaşam doyumunu yaşam kalitesini önemli derecede etkiler. Ergen bireyin sahip olduğu bağlanma örüntüsünün çevresiyle kuracağı sosyal ilişkileri üzerinde etkili olduğu düşünölmektedir. Ergenin bebeklikten itibaren geliştirdiği bağlanma stilleri temelinde çevresiyle etkileşiminin ve kurduğu sosyal ilişkilerinin, iyi oluğu ve yaşam doyumunu etkilerken yaşam kalitesine de etki edeceği düşünölmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırma ortaokul dönemindeki ergenlerin bağlanma stilleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaç doğrultusunda bağlanma stilleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki incelenecek ve bu iki değişkenin sosyo-demografik özellikler temelinde oluşturulan gruplar (cinsiyet, yař, ailenin gelir düzeyi, iče dönöklük-dışa dönöklük, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, akademik başarı algısı) arasında farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılacaktır. Ayrıca ortaokul öğrencilerinde bağlanma stilinin yaşam kalitesini yordayıp yordamadığı incelenecektir.

Hipotezler/Alt Problemler

Araştırmanın amacına uygun olarak alt problemler aşağıdaki gibi belirlenmiştir.

- Ortaokul öğrencilerinde bağlanma stilleri (güvenli-güvensiz-kaçınan) ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Ortaokul öğrencilerinde güvenli bağlanma stili ile yaşam kalitesi arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki, diğer bağlanma stilleri ile yaşam kalitesi arasında olumsuz ilişkiler beklenmektedir.

- Kız öğrenciler ile erkek öğrenciler, bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılaşmakta mıdır?

Kız öğrenciler ile erkek öğrencilerin, bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılaşması beklenmektedir.

- Ortaokul öğrencileri yaş temelinde oluşturulan gruplara göre bağımlı değişken düzeyleri bakımından farklılaşmakta mıdır?

Ortaokul öğrencilerinin yaş gruplarına göre bağımlı değişken düzeyleri bakımından farklılaşmayacağı düşünölmektedir.

- Ailenin aylık gelir düzeyi temelinde oluşturulan gruplar (düşük-orta-yüksek) arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı bir farklılık var mıdır?

Gelir düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi

bakımından farklılaşma olması beklenmektedir.

- Kendini içedönük algılayanlarla dışadönük algılayanlar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Kendini içedönük algılayanlarla dışadönük algılayanlar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık olduğu düşünülmektedir. Dışadönüklerin yaşam kalitesi düzeylerinin daha yüksek olması beklenmektedir.

- Anne eğitim düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Anne eğitim düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılaşma olması beklenmektedir.

- Baba eğitim düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Baba eğitim düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılaşma görülmesi beklenmektedir.

- Akademik başarı algısı temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Akademik başarı algısı temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılaşma olması beklenmektedir.

- Bağlanma stilleri, yaşam kalitesini yordamakta mıdır?

Bağlanma stillerinden güvenli bağlanmanın yaşam kalitesini olumlu, diğer bağlanma stillerinin ise olumsuz yordayacağı beklenmektedir.

Araştırmanın Önemi

Ergenlerde yaşam kalitesi üzerine yapılan araştırmalara bakıldığında, araştırmaların genellikle özel bir grup (hastalık ya da engel grubu) üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Bu araştırmalar genellikle geleneksel psikolojide ele alınan hastalık modeli temelinde gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmanın pozitif psikolojinin temel aldığı sağlık modeline uygun olarak tasarlanmış olması nedeniyle, bu alana yapacağı katkının önemli olduğu düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri ile yaşam kalitesinin birlikte ele alındığı çalışmalara bakıldığında ergenler üzerinde veya spesifik olarak ortaokul öğrencileri üzerinde yapılmış herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu yönüyle alandaki az sayıda bulunan araştırmalara bir yenisi eklenecek ve alan yazına katkıda bulunulmuş olacaktır.

Araştırmada ergenlerde kimlik oluşumunu etkileyen bağlanma stillerinin yaşam kalitesini yordayıp yordamadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan alan taraması neticesinde ortaokul öğrencilerinde bağlanma stilleri ile yaşam kalitesinin bazı değişkenler açısından ele alınmasının ilk kez çalışılacak bir konu olması nedeniyle literatüre ilave katkı sağlayacağı umulmaktadır.

Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin ölçekleri doldururken içtenlikle ve samimiyetle, objektif bir şekilde doldurdıkları varsayılmaktadır.

Veri toplama sürecinde katılımcıların veri toplanan özellikleri üzerinde etkili olabilecek bir bozucu ya da karıştırıcı değişkene maruz kalmadığı varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Ortaokul öğrencilerinde bağlanma stilleri ile ilgili veriler “3 Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği”nden, yaşam kalitesine ilişkin veriler “Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği”nden ve ortaokul öğrencilerinin kişisel bilgileri, hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”ndan elde edilen veriler ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında İstanbul ilinin Bahçelievler ilçesindeki ortaokullarda öğrenim gören 305 öğrencinin yanıtlarıyla sınırlıdır.

Tanımlar

Ergenlik: Ergenlik hızlı ve sürekli bir gelişimin görüldüğü evredir (Yavuzer, 2011). Ergenlik döneminde çok yönlü bir gelişim ve değişim gözlenir. Büyümenin ve cinsel değişimlerin hızla yaşandığı bu dönemde bilişsel, psikolojik gelişim ve kimlik kazanımı gerçekleşir. Sosyal yönden gelişim gösteren ergen, aynı zamanda erişkin rollerini de öğrenir (Derman, 2008).

Bağlanma: İnsan dünyaya geldiği andan itibaren yaşayabilmek için başka canlılara ihtiyaç duyan bir varlıktır. Bu ihtiyaç ile dünyaya gelen bebek doğduğu ilk günden itibaren ilişki kurmaya başlar ve bu ilişkilerde güven duygusunu arar. Bağlanma, bebeğin kendisine ilk bakımı sağlayan bağlanma figürü ile kurduğu duygusal yakınlık sonucu ortaya çıkan duygudur ve temelinde güvende hissetme arayışı vardır (Güneş, 2014).

Yaşam Kalitesi: Yaşam kalitesi, bireyin yaşamının farklı birçok yönünü kapsadığı için tanımı da çeşitlilik göstermektedir. Literatüre bakıldığında yaşam kalitesi ile ilgili çok

sayıda tanım olduğu gör÷lür. Genel geçerliliği olan bir tanım olarak Dünya Sağlık Örgüt÷nün yaşam kalitesi tanımını ele alabiliriz. Dünya Sağlık Örgüt÷ne göre yaşam kalitesi “bireyin içinde yaşadığı toplumun değeri yargıları ve kültürü içerisinde kendi hayat standartları, hayattan beklentileri ve hedefleri ile bunlara ulaşma düzeyini algılama şekli” dir (Whoqol, 1995).



BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Bağlanma Stilleri

1.1.1. Bağlanma Kavramı ve Bağlanma Stilleri

Bağlanma, bebeğin dünyaya geldiği an çevresiyle kurduğu ilk ilişkilerle başlayıp duygusallık içeren bu ilişkilerin zamanla genişlediği, yaşam boyu sürdürülen güçlü bir bağ olarak ele alınmaktadır (Ainsworth, 1985; Arslan, 2008; Özer, Yıldırım ve Erkoç, 2015). Bağlanma çalışmaları genel olarak Bowlby'nin bağlanma kuramı çerçevesinde ele alınmaktadır. Gözleme elverişli oluşturulan deney ortamında küçük çocukların bağlanma figüründen ayrılıp yabancı bir birey ile karşı karşıya getirilmesi sonucu çocuğun davranışları ve sonrasında bağlanma figürüne karşı geliştirdiği tepkilerin gözlenmesi ile bağlanma kuramının temelleri atılmıştır. Bağlanma kuramı, birçok kuram ile etkileşim halinde gelişim göstermiştir. Bu kuramların başında nesne ilişkileri kuramı, bilişsel psikoloji kuramı ve evrim kuramı gelmektedir (Bowlby, 2014).

Bebeğin bağlanma figürüne karşı davranış biçimi bağlanma davranışı olarak adlandırılır. Bağlanma davranışı, bireyin ilişkilerinde yakınlık elde edip bunu koruması ve sürdürmesinde ona yardımcı olan davranış biçimidir. Bowlby' ye göre bağlanma davranışı birey için hayati bir öneme sahiptir. Bağlanma davranışı bebeğin bağlanma figürüne gösterdiği gülümseme, ağlama, bağırma, yapışma, emme ve izleme tepkileri ile ortaya çıkmaktadır. Bağlanma davranışının oluşumunda ilk aşama bağlanma figürünün bebekten uzaklaşması ve bebeğin izleme-ağlama tepkilerini vermesi, ikinci aşama bağlanma figürü tekrar bebeğe yakınlaştığında bebeğin ona yakınlık içeren tepkiler göstermesidir. Bu durum, bağlanmanın gerçekleştiği bebeğin, bağlanma figürünün yokluğuna ve varlığına verdiği tepkileri içermektedir. Annesi yanında iken kendini güvende ve huzurlu hisseden bebek, annesinin yokluğunda kaygı ve endişe duymaktadır (Bowlby, 2012).

Bebek doğumundan yaklaşık bir ay sonra gözle görülür bağlanma davranışları sergilemeye başlar. İlk aydan itibaren bebek, uyarıcılara karşılık sosyal tepkiler oluşturur. Bebeğin farklı yüzleri ayırt etmesi bu tepkilerin oluşmasında önemli bir aşamadır. Bağlanma, bebek bir yaşına gelene kadar gelişimini tamamlamaktadır. Bir yaşına geldiğinde bebek artık bir bağlanma figürüne bağlanmıştır ve bağlanma figürünü kendine diğer insanlardan daha yakın görecektir (Yıldız Bıçakçı, 2015). Bağlanma davranışının

içselleştirilmesi ile bireyin ilerleyen hayatında kuracağı ilişkilerin temeli atılmış olur. Bebeklikte oluşan bağlanma davranışının ilerleyen yıllara aktarılmasını sağlayan, içsel çalışan modelleridir.

Bağlanma stilleri tanımını ilk yapan kişi Ainsworth'dur. Bowlby nin bağlanma kuramı üzerine yürüttüğü çalışmalardan esinlenen Ainsworth, arkadaşlarıyla birlikte yabancı ortam tekniğini kullanarak laboratuvar ortamında anneler ve bebeklerinin (12-18 aylık) davranışlarını gözlemledi. Yapılan gözlem neticesinde bebeğin annesine verdiği tepkiler sınıflandırılmış ve üç tür bağlanma stili ortaya konmuştur. Bunlar; güvenli bağlanma, kaygılı/kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma stilidir (Eken, 2010).

Güvenli Bağlanma: Yabancı ortam tekniği kullanılarak yapılan gözlemde anne bebeğinden uzaklaştığında bebek huzursuzluk yaşar. Anne geri geldiğinde ise sakinleşir, neşeli ve huzurlu bir bebek olur. Bebeğin bu tepkileri onun güvenli bağlanma stiline sahip olduğunu gösterir. Güvenli bağlanmaya sahip bebekler anneleri onların yanından uzaklaşsa da terkedildiklerini düşünmezler, annelerinin geri döneceğini ve istediklerinde ona ulaşabileceklerini bilirler. Bu bebekler korktuklarında ya da kaygılandıklarında bağlanma figüründen destek alırlar. Güvenli bağlanma gerçekleşmiş anne-bebek ilişkisinde anne, bebeğin ihtiyaçlarını ve bakımını zamanında ve yeterli düzeyde karşılar, bebeği ile vakit geçirir, ona sevgisini gösterir ve onunla oyunlar oynar.

Kaygılı/Kararsız Bağlanma: Anne-bebek arasında kaygılı bağlanmanın gerçekleştiği durumda bebek anneden ayrıldığında kaygı, korku ve stres yaşar. Anne tekrar yanına geldiğinde bebek sakinleşmez, hırçınlaşır ve yaşadığı olumsuz duygu durum etkisini sürdürür. Bu durumda bebeği sakinleştirmek oldukça zordur. Bağlanma figürünün bebeğin ihtiyaçlarını karşılarlarken sergilediği tutarsız davranışlar sonucu kaygılı/kararsız bağlanma gerçekleşir. Bu bağlanma stilinde bebek ihtiyacı olduğu her zaman anneye ulaşamaz. Bu bağlanma stiline göre gerçekleştiği bebekler yabancı kişiler karşısında şüphe ve endişe duyarlar. Yaşamın ilerleyen dönemlerinde ise kurulan sosyal ilişkilerde karşı tarafa bağımlı, kendi kararlarını kendisi vermekte zorlanan, kolay yönlendirilebilen ve başkalarının fikirlerinden çabuk etkilenen bireyler olurlar.

Kaçınan Bağlanma: Kaçınan bağlanmanın gerçekleştiği anne-bebek ilişkisinde bebeğin anneye olan duygusal yoğunluğu düşük seviyededir ve bebek samimi bir ilişki ihtiyacı duymaz. Bu bağlanma stilinde anne bebeğinin ihtiyaçları karşısında yeterince duyarlı değildir. Kaçınan bağlanma stilinde bebek annesinden ayrıldığında kaygılanmaz, annesi

geri geldiğinde ise ona ilgi göstermez. Yani bu durum karşısında tepkisizdir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bebeklerin fiziksel ve duygusal ihtiyaçları ihmal edilmiştir. Fiziksel ve duygusal olarak istismar edilmiş bebeklerin kaçınan bağlanma gerçekleştireceği söylenebilir. Bu bağlanma stiline sahip bireyler yaşamın ilerleyen yıllarında ebeveyn desteği ve ilgisine ihtiyaç duymazlar. Yakın ilişkiler geliştirmekten kaçınırlar ve var olan ilişkilerinde duygusallığı geri planda tutarlar. Yakın ilişkilerden kaçmanın temelinde reddedilme korkusu yatar. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler biten ilişkiler sonrasında üzüntü, mutsuzluk gibi duygular hissetmezler, çevrelerinde bu duyguları yaşayan insanlar olduğunda onları anlamakta güçlük çekerler (Sümer ve Güngör, 1999).

Dörtlü Bağlanma Modeli

Bowlby'nin bağlanma üzerine yürüttüğü çalışmaları temel alan Bartholomew ve Horowitz (1991) üçlü bağlanma modelinden farklı olarak dörtlü bağlanma modelini oluşturmuşlardır. Kişinin benlik algısı ve diğer insanlarla ilgili olumlu veya olumsuz değerlendirmeleri bir araya gelerek dörtlü bağlanma modelini oluşturur. Bireyin kendisini olumlu veya olumsuz değerlendirmesi ile başkalarını olumlu veya olumsuz değerlendirmesinin birleşiminden dört çeşit bağlanma stili ortaya çıkar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Güvenli bağlanma: Bu bağlanma modelinde kişinin benlik algısı ve başkalarıyla ilgili algısı olumludur. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini değerli hissederler, yakın ilişkiler kurmakta zorlanmazlar ve bu ilişkilerini sağlıklı bir şekilde yürütürler.

Kayıtsız bağlanma: Kişinin benlik algısı olumlu, başkalarıyla ilgili algısı ise olumsuzdur. Bu bağlanma stiline sahip bireyler olumsuz beklentilere sahip olduklarından, yakın ilişkilerden kaçarlar ve böylelikle yaşanacak hayal kırıklıklarından kendilerini korurlar. Diğer taraftan bu bireyler, içlerinde kendilerine yönelik sevgi ve değer hissini barındırırlar.

Saplantılı bağlanma: Olumsuz benlik algısı ile olumlu başkaları algısının bir araya gelmesi ile saplantılı bağlanma modeli oluşur. Kişinin sosyal ilişkilerinde güven sorunu ve kabul görme kaygısı yaşaması saplantılı bağlanmayı işaret eder. Saplantılı bağlanmada birey başkalarının kendisi ile ilgili olumlu değerlendirmeleri karşısında değersizlik hissi yaşar ve ilişkilerinde değerlilik ile yeterlilik hissini elde etmek için çabalar.

Korkulu bağlanma: Kişinin hem kendi benlik algısının hem de başkalarıyla ilgili algısının olumsuz olduğu bağlanma biçimidir. Bu bağlanma modelinde kişi kendisini sevmeye değer görmez ve değersizlik hissi yaşar. Başkaları tarafından reddedilmemek için yakın ilişkiler kurmaktan kaçınırlar.

1.1.2. Bağlanma Stillerini Etkileyen Etmenler

Bağlanma stilleri üzerinde etkili olan cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve gelir düzeyi değişkenlerinin bağlanma stilleri ile ilişkisini ele alan araştırma bulguları aşağıdaki gibidir.

Morsünbül (2005) yaptığı çalışmada bağlanma stillerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasında korkulu bağlanma stilinde cinsiyete göre farklılaşma olduğu sonucuna ulaşmıştır. Diğer bağlanma stilleri olan güvenli, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinde ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Cinsiyete göre kızların korkulu bağlanma stili puanları, erkeklerin korkulu bağlanma stili puanından daha yüksek çıkmıştır. Bu durum kızlarda, erkeklere göre korkulu bağlanma stilinin daha yüksek oranda görüldüğü anlamına gelir. Bekiroğlu (1996) yürüttüğü çalışmasında bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını saptamıştır.

Gençoğlu (2019) yaptığı çalışmada kaçınmacı ve kaygılı bağlanmanın yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Araştırmada 18-30, 31-59, 60 ve üzeri olmak üzere üç yaş grubu oluşturulmuştur. Araştırma bulgularında kaçınmacı bağlanma stilinde oluşturulan üç yaş grubunda da anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Kaygılı bağlanma stilinin ise yaşa göre farklılaştığı görülmüştür. Kaygılı bağlanma stilinin en yüksek oranda olduğu yaş grubu 60 ve üzeri, en düşük oranda olduğu yaş grubu da 31-59 olarak saptanmıştır. Bu durum kaygılı bağlanma stilinin farklı yaş gruplarına göre değiştiği sonucunu gösterir. Yazıcıoğlu'nun (2011) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada bağlanma stilleri ile yaş arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır. West'in (2018) yürüttüğü çalışmada bağlanma stillerinin yaş değişkenine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularına göre saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin yaş ortalamalarının, korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin yaş ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Küçük (2016) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında bağlanma stillerinin ebeveyn eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmıştır. Araştırma

bulgularına göre bağlanma stilleri anne eğitim düzeyine göre farklılaşmazken, baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan korkulu bağlanma stili puanının, baba eğitim düzeyi arttıkça anlamlı düzeyde düştüğü görülmüştür. Çetinkaya'nın (2005) yürüttüğü çalışmada bağlanma stilleri ile ebeveyn eğitim düzeyi arasında anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularında anne eğitim düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili puanı, anne eğitim düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili puanına göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Onur (2006) yürüttüğü çalışmasında ergenlerde bağlanma ile sosyo-ekonomik durum arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma bulgularında ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyo-ekonomik düzey arttıkça güvenli bağlanma stili lehine sonuçlara ulaşılmıştır. Elde edilen verilerde üst sosyo-ekonomik düzey ve orta sosyo-ekonomik düzeyde güvenli bağlanma stili de anlamlı düzeyde artmaktadır. Ayberk (2011) üniversite öğrencilerinde yürüttüğü çalışmasında bağlanma stilleri ile sosyo-ekonomik düzey arasında bağlanma stilleri ile ilişkili sosyal ilişki özellikleri açısından anlamlı bulgular elde etmiştir. Araştırma bulgularında sosyo-ekonomik düzeyi düşük öğrencilerde eleştirilme kaygısı ve değersizlik hissi puanları, sosyo-ekonomik düzeyi yüksek öğrencilerin eleştirilme kaygısı ve değersizlik hissi puanlarına göre yüksek çıkmıştır. Sonuçlar düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerde eleştirilme kaygısının yüksek olmasından ötürü kaçınma davranışlarının daha yüksek olduğu ve bu öğrencilerin sosyal ortamlarda kendilerini değersiz hissetmeye daha yatkın olduklarını göstermiştir.

1.1.3. Kuramsal Yaklaşımlar

Bağlanma ile ilgili başlıca teoriler ve kuramlar aşağıda ele alınmıştır.

1.1.3.1. Ainsworth'un Bağlanma Kuramı

Ainsworth, çocukların bağlanma figürü olan annelerinden ayrıldıktan sonra deneyimledikleri ilişkiler ve farklı hayatlar neticesinde farklı bağlanma stilleri geliştirdiklerini öne sürmüştür. Ainsworth'un kuramı, çocuklar üzerinde yaptığı gözleme dayalıdır. Uganda'nın Ganda kabilesi üzerinde çalışmalarını yürüten Ainsworth, burada

yaşayan 25 çalışan anne ve onlara ait 27 çocuğun davranışlarını gözlemlemiştir. Ainsworth 6-9 aylık bebeklerin annesi ile yoğun bir bağlanma sürecinde olduğunu, bu bağlanmanın anneyi görünce heyecanlanma, ağlama, gülme gibi farklı bedensel ve duygusal tepkileri içerdiğini görmüştür (Ainsworth, 1967).

Ainsworth, kendi geliştirdiği “Yabancı Durum Testi” ile çocukların davranışlarını incelemiştir. Bu testte bebekler annelerinden ayrılarak tanımadıkları bir kişi ile yabancı bir ortama sokulmuşlardır. Bebeğin yabancı kişinin yaklaşma çabasına karşın nasıl tepki verdiği ve kaygı ile nasıl başa çıktığı gözlenmiştir. Annesinden ayrı kalan bebeğin annesini tekrar gördüğünde sergilediği tutum neticesinde üç tür bağlanma stili ortaya çıkmıştır. Bu bağlanma stilleri güvenli, kaçınmacı ve kaygılı/kararsız bağlanma stilidir (Ainsworth, 1979).

1.1.3.2. Lorenz’in Bağlanma Teorisi

Lorenz teorisini, kuşların yumurtadan çıktığı an gördüğü hareket eden ilk nesneyi takip etmesi üzerine oluşturmuştur. Lorenz bağlanma üzerine ilk çalışmalarını kazlar ile yürütmüştür. Kaz civcivleri yumurtadan çıktığı an ilk gördükleri kişi Lorenz olmuştur ve Lorenz yürüdüğünde kaz civcivleri de onu takip etmiştir. Sonrasında anne kaz civcivlerin yanına gelse de civcivler Lorenz’i takip etmeye devam etmiştir. Bu takibin güçlü olmasında zamanlama önemlidir. Civcivlerin dünyaya gelişinden 13-16. Saatler arasındaki üç saatte civcivler bir nesneyi takip ederse bu takip davranışı en üst düzeyde pekişmiş olur. Bu zaman dilimi sonrasında civcivlerin takip etme davranışının gitgide azaldığı görülmüştür. Bu dönem, kritik dönem olarak adlandırılmıştır (Hess, 1972, Akt. Cüceloğlu, 1998).

1.1.3.3. Freud’un Teorisi

Freud’a göre bağlanmanın temelinde bebeğin ihtiyaçlarının karşılanması yatmaktadır. Bebeğin temel ihtiyaçları anne tarafından giderilirken, bebek anneye karşı bağlanma davranışı gösterir. Freud’un teorisinde bebeğin kendisine ilk bakımı sağlayan kişi ile kurduğu bağ, ilerleyen yıllara aktarılır ve bebeğin ilerleyen yaşamında kuracağı ilişkilerin temelini oluşturur. Freud, anneyi, bebek için eşi benzeri olmayan en önemli sevgi objesi ve tüm ilişkilere yansıtacak ilk ilişkinin temelindeki varlık olarak görmüştür (Ainsworth, 1969). Freud’un, bebeğin anneye karşı geliştirdiği bağlanma davranışının ilerideki

ilişkilerin temelini oluşturduğu teorisi nesne kuramcılarının fikirlerine temel oluşturmuştur. Freud'un teorisinden yola çıkan nesne kuramcılarına göre bireyin ailede kurduğu ilk ilişkiler, yaşamın ilerleyen zamanlarındaki sosyal ilişkiler ve yakın ilişkilerin temelini oluşturur.

1.1.3.4. Harlow'un Bağlanma Teorisi

Harlow'un bağlanma teorisi maymunlar üzerinde yaptığı deneyler sonucu oluşmuştur. Yeni doğmuş yavru maymunları doğumdan hemen sonra annelerinden ayıran Harlow, anne figürü olarak gerçek annelerin yerine yapay anne kullanmıştır. Yavru maymunların kafesinde iki tür yapay anne kullanılmıştır. Bunlardan birisi süt şişesi olan telden yapılmış anne, bir diğeri ise ısıtılmış sıcak ve yumuşak kumaştan yapılmış annedir. Yavru maymunların davranışları gözlemlendiğinde, bu maymunların kumaştan yapılmış ve ısıtılmış anneyi daha çok benimsedikleri görülmüştür. Yavru maymunlar korktuğunda ya da ürktüğünde kumaş anneye sarılmışlardır. Bu durum bizlere bağlanma davranışının gelişmesinde beslenme ihtiyacının karşılanmasının yeterli bir unsur olmadığını göstermiştir. Ayrıca bu yavru maymunların gerçek annelerinden yoksun yapay anne figürleri ile büyümelerinden ötürü ilerleyen zamanlarda kendilerinden beklenen bazı davranışları sergilemede zorlandıkları görülmüştür. Elde edilen bulgular, Bowlby'nin ilk bağlanma davranışlarının sonraki ilişkiler üzerinde etkili olacağı yönündeki fikirlerini desteklemiştir (İlaslan, 2009).

1.1.3.5. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

Bowlby'nin çalışma hayatında karşılaştığı çocuklar üzerindeki gözlemleri bağlanma üzerine yürüteceği çalışmaların temelini oluşturmuştur. Bowlby' e göre çocukların sadece zihinsel dünyasıyla ilgilenmek yetersizdi ve onların somut davranışları ile de ilgilenmek gerekiyordu. Bowlby'e göre bebek, pasif ve sadece etrafındaki alıcılarla sınırlandırılabilir bir varlık olarak görülemez. Aksine bebeklerin meraklı, araştırmacı ve keşfetmeye istekli olduklarını düşünmüştür (Waters, Crowell, Elliot, Corcoran ve Treboux, 2002). Bowlby Çocuk Danışma Kliniği'ndeki çalışma tecrübelerinde, çocukların kişilik gelişiminde ebeveynleriyle olan etkileşiminin ne kadar önemli olduğunu görmüştür ve 1948 yılında kendi fikirlerini destekleyecek çalışmalarını yürütmeye başlamıştır. Ayrıca İkinci Dünya Savaşı sonrasında anne-babasını kaybeden çocukların durumlarının incelenmesini isteyen Dünya Sağlık Örgütü'nün talebi üzerine

bu çocuklar ile de çalışmıştır. Çalışmalarında bebeklerin somut yaşantılarına odaklanmış, bebek ile anne arasındaki ayrılma davranışının üzerinde durmuştur. Bowlby çalışmalarını 1-4 yaş aralığında annesinden ayrılmış çocukları gözlemleyerek yürütmüştür. İlk olarak bebeklerde ayrılma ve sonrasında bir araya gelme davranışlarını gözlemleyen Bowlby, ayrılma ve bir araya gelme davranışları ile bebeğin bu davranışlara tepkisinin açıklanmasında psikanalitik yaklaşımın yetersiz kaldığını görmüş ve etolojik yaklaşımı benimsemiştir. Harlow'un yavru maymunlar ile yürüttüğü bağlanma çalışmalarından etkilenen Bowlby, bebek ile anne arasındaki ilişkinin sadece besin ihtiyacının karşılanmasından ibaret olmadığı, fiziksel temasın da son derece önemli olduğu düşüncesini benimsemiştir (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Bowlby bağlanmayı korunma ile güvenlik ve rahatlık hissini içeren duygusal bir örüntü olarak görmüştür. Bowlby'e göre insanın doğasında yakınlık ihtiyacı, yardıma ihtiyaç duyma vardır ve bu sebeple insan, bağlanma için gerekli donanım ile dünyaya gelir. Bağlanma, bebek ile anneyi birbirine duygusal olarak yakınlaştıran emme tutma gibi refleksler ile var olmaktadır (Bretherton, 1992). Bowlby'nin bağlanma teorisinde bebek, annesi yanından uzaklaştığında üç tür tepki gösterir. Bunlardan ilki ağlayarak annenin gidişini protesto etmek, ikincisi annenin gitmesi üzerine umutsuzluğa kapılarak yas tepkisi gösterme, üçüncüsü ise oluşan bağın kopmasıdır. Bowlby (1982) bağlanmanın bebekler için üç önemli işlevi olduğunu söylemiştir. Bunlar; yakınlık ihtiyacının karşılanması(ilk bakımı veren kişi ile), bebek etrafı keşfederken yeni girişimleri için ona destek olan bir annenin varlığı ve bebeğin her daim kendini güvende hissettiği sığınılacak bir liman olarak annenin varlığıdır.

Bowlby'nin bağlanma kuramının temelini içsel çalışma modelleri oluşturur. Bowlby'nin kuramında çocuk, kendisine bakım veren kişi ile ilişkisini içselleştirerek kendileri ve başkalarına yönelik içsel çalışan modeller geliştirirler. Bu modeller sayesinde kişi, başkalarının tutumlarını öngörerek davranışlarını bu çerçevede geliştirir. Yeni bir durumla karşılaşıldığı zaman bu durumları yeniden değerlendirmeye ihtiyaç olmaz, içsel çalışan modeller sayesinde kişi nasıl davranacağına karar verebilir (Bretherton ve Munholland, 1999).

1.1.4. Ergenlik Döneminde Bağlanma

İnsanoğlu, yaşam boyu farklı evreler ve dönemlerden geçerek değişim ve gelişim gösterir. Değişim ve gelişim evreleri içerisinde ergenlik, kritik bir öneme sahiptir (Yavuzer, 2011). Ergenlik; fiziksel, duygusal, mental birçok gelişim ve değişimin yaşandığı önemli bir geçiş dönemidir. Sosyal çevreyle kurulan ilişkilerin önem kazandığı bu dönemde ebeveyn ile kurulan bağ örüntülerinde birtakım dönüşümler gerçekleşebilir. Ergenlik, bağlanma davranışlarının tekrar düzenlendiği bir dönemdir. Bağlanma davranışı, bireyin yaşamı boyunca devam eden bir süreçtir. Bebeklikte oluşan bağlanma davranışı, ergenlikte aile dışına daha çok arkadaş çevresine yönelerek kendisini gösterir. Bebeklik döneminde kurulan yakınlık ile oluşan bağlanma stili, yaşamın ilerleyen dönemlerindeki yeni bağlanma figürlerinin seçimi üzerinde etkilidir (Raja, 1991).

Yaşamın ilk yıllarında bağlanma figürüne yoğun bir şekilde bağlılık söz konusudur. Ergenliğe girildiğinde ise bu yoğun bağı azaltma ve bağımsız hissetme çabası vardır. Çocukluk döneminde kurulan ilk bağlanma ilişkileri genellikle tek yönlü iken ergenlik dönemine gelindiğinde karşılıklı bağlanma ilişkileri kendisini gösterir (Kaplan ve Aksel, 2013).

Ergenlik, akran gruplarına ve kişinin kendini yakın hissettiği bazı sosyal gruplara dâhil olma ve aitlik hissinin arandığı bir dönemdir. Ait olma hissi bireyin dış dünyayı, kendisini ve yaşamını anlamlandırabilmesi için önemlidir. Ergenlik döneminde bağlanma davranışları kişilere karşı oluşmasının yanında sosyal gruplara ve topluluklara karşı da gelişebilir. Ebeveynleri ile sağlıklı bir bağlanma örüntüsü gerçekleştirmiş ergen, özerkliğini kazanmaya yönelik davranışlar sergilediğinde ebeveynlerinden olumlu tepki alır (Bowlby, 2012).

Bağlanma davranışı kalıcı olarak az sayıda, sınırlı kişiye karşı gelişir. Buna karşın ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde birey bağlanma davranışlarını farklı birçok kişiye karşı geliştirir. Sağlıklı bir birey, kalıcı ve geçici bağlanma davranışı gösterdiği kişileri ayırt edebilir. Birey, eğer bu kişileri ayırt edemezse ilişkilerinde problemler yaşar. Yetişkinlikte bağlanma davranışları bebeklik dönemine göre daha az yoğundur ancak birey kendisini iyi hissetmediği durumlarda tıpkı bebeklik döneminde olduğu gibi ilgi ve sevgi arar (Bowlby, 2014).

Bebeklikten ergenliğe geçişle birlikte ebeveynle olan bağlanmada değişiklikler görülebilir. Bazı ergenler ilgilerini karşı cinse yönelterek ebeveynlerinden uzaklaşırken,

bazı ergenler başkalarına bağlanma davranışı gösterme konusunda isteksiz ya da başarısız olurlar. Bazı ergenler ise ebeveynlerine yoğun bir şekilde bağlanmayı devam ettirirler. Bunların yanı sıra ebeveynlerine bağlanma davranışını sağlıklı bir noktada tutabilirken başkalarına da bağlanma davranışı geliştirebilen ergenler vardır (Bowlby, 2012).

Ergenin ebeveyne bağlanma stili, kurduğu ilişkilerin ve genel ruhsal durumunun sağlıklı olması açısından önemlidir. Güvenli bağlanma stili geliştirmiş ergenler özgüveni yerinde olan, benlik algısı yüksek, sosyal ilişkileri daha sağlıklı, daha az çatışma yaşayan ve akademik başarısı daha yüksek olan bireylerdir. Bu ergenlerin akademik, sosyal ya da ruhsal alanda sağlıklı bir birey olmalarında ebeveynlerinin aracı rolü fazladır. Ebeveynleriyle güvensiz bağlanma stili gerçekleştirmiş ergenlerde ise düşük benlik algısı, sosyal ilişkilerde problem yaşama ve ruhsal çatışmalar yaşama olasılığı yüksektir. Bu ergenler yaşadıkları problemler karşısında ebeveynlerine karşı suçlayıcıdırlar ve sıklıkla ebeveynleriyle çatışma yaşarlar (Çetin ve Alkan-Ersoy, 2017).

Ergenlerin ebeveynleriyle ilişkileri üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında bu çalışmaların ergen-ebeveyn çatışmaları üzerinde yoğunlaştığı görülür. Ergenlik döneminde ebeveyn ile kurulan ilişkiler tümüyle çatışmalara dayalı değildir. Ebeveynler ergen çocuklarının hayatı üzerinde özellikle belirli alanlarda daha etkilidirler. Akademik konular ve gelecek ile ilgili sorumluluk gerektiren meselelerde aile daha etkili iken, sosyal aktiviteler, vakit geçirme ve ilişkiler konusunda arkadaşlar ergenin hayatında ön plandadır. Karadağ'a (2009) göre ebeveynler çocuklarına ilişkilerinde destek olur ve onların sosyal ilişki becerilerini geliştirme yönünde katkı sağlarlarsa ergenlerde akranları ile sağlıklı ilişkiler geliştirirler.

1.1.5. Bağlanma Konusunda Yurt İçi ve Yurt Dışı Çalışmalar

İlaslan (2009) çocuklarda cinsiyet, anne bağlanma stilleri, anne eğitim düzeyi, anne çalışıp çalışmama durumu ve bakım veren kişi değişkenlerine göre bağlanma davranışlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığı üzerine bir araştırma yürütmüştür. Çalışmanın örneklemini 2-5 yaş arasındaki, 20 erkek 37 kız toplam 57 çocuk ve annelerinden oluşturulmuştur. Araştırma bulgularına bakıldığında çocuklarda bağlanma davranışı ile bakım veren kişi, anne çalışma durumu ve cinsiyet değişkeni yönünden anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Çocukların bağlanma davranışı ile anne bağlanma stilleri arasında ise anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna varılmıştır.

Shaver ve Brennan (1992) yürüttüğü çalışmada bağlanma stillerinin bireylerin kişilik özellikleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularında güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin sıcak ve dışa dönük kişilik özelliği puanlarının güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin sıcak ve dışa dönük kişilik özelliği puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca güvenli bağlanan bireylerde, güvensiz bağlanan bireylere göre nörotiklik ve kaygı düzeyi puanları daha düşük çıkmıştır.

Suri, Garg ve Tholia (2019) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, algılanan sosyal destek ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 256 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma bulgularında cinsiyet değişkeni ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Güvenli bağlanma stili ile yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki, kaçınan ve kararsız bağlanma stilleri ile yalnızlık arasında ise pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Regresyon analizi sonucunda ise kaçınan ve kararsız bağlanma stillerinin yalnızlığı güçlü derecede yordadığı görülmüştür.

Hamarta (2004) yürüttüğü çalışmasında üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki benlik saygısı, saplantılı düşünme ve depresyon gibi bazı değişkenlerin bağlanma stilleri ile ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 571 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Çalışmanın bulgularında bağlanma stiline sahip bireylerin benlik saygısı ve depresyon değişkenlerini yordadığı görülmüştür. Ayrıca saplantılı, korkulu ve kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin depresyon puanı, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin depresyon puanı ile karşılaştırıldığında anlamlı derecede yüksek çıkmıştır.

Öztürk ve Mutlu (2010) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, öznel iyi oluş, sosyal kaygı ve mutluluk arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma Eskişehir Osmangazi Üniversitesi'nde öğrenim gören 305 öğrenci ile yürütülmüştür. Çalışmadan elde edilen bulgular öznel iyi oluş ile mutluluk arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Korkulu ve kayıtsız bağlanan öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin, güvenli bağlanan öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca sosyal kaygı düzeyi ile öznel iyi oluş arasında negatif yönlü anlamlı ilişki ortaya çıkmıştır.

Yerlioğlu (2010) çocuklarda bağlanma davranışı, denetleme becerisi, sosyal yetkinlik ve anne duyarlılığı arasındaki ilişki üzerine bir çalışma yürütmüştür. Araştırmanın örneklemini 76 okul öncesi dönemde Türk çocuğu ve bu çocukların anneleri ile öğretmenleri oluşturmaktadır. Araştırma bulgularında anne duyarlılığı düzeyinin, bağlanma davranışı ve denetleme becerisi arasındaki ilişki üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Çocuklarda bağlanma davranışı ile kendini denetleme becerisinin sosyo-duygusal uyuma anlamlı düzeyde etki ettiği saptanmıştır. Buna karşın çocuğun bağlanma davranışı ile öğretmen ya da annenin sosyo-duygusal uyum değerlendirmeleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Denetleme becerisi ve bağlanma davranışı puanı yüksek olan çocuklar için yapılan öğretmen yorumları beklenenin aksine duygusal değişim eğilimi negatif, çekingen ve endişeli şeklinde yapılmıştır.

Park ve Waters (1989) okul öncesi dönemindeki çocuklarda anneye bağlanmanın, kurulan arkadaşlıkların kalitesiyle ilişkisini ortaya koyan bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmaya 4 yaş grubundan 33 çocuk ve bu çocukların 49 en iyi arkadaşı katılmıştır. Öncelikle anne-çocuk bağlanma güvenliği verileri toplanmıştır. Toplanan veriler doğrultusunda arkadaş çiftleri güvenli-güvenli ve güvenli-güvensiz şeklinde iki gruba ayrılmıştır. En iyi arkadaş çiftleri bir saatlik oyun seansına alınarak gözlem yapılmıştır. Yapılan gözlem sonucunda güvenli-güvenli arkadaş çiftlerinin, güvenli-güvensiz arkadaş çiftlerine göre daha mutlu ve uyumlu, daha az kontrolcü oldukları sonucuna varılmıştır.

Bartholomew ve Horowitz (1991) genç yetişkinlerin bağlanma stillerini ele alan bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışma bulgularında ailelerinin verdiği sosyal desteği yüksek düzeyde algılayan ve bu desteği yeterli gören genç yetişkinlerde problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu ve bunu hayatlarında uygulayabildikleri sonucuna varılmıştır. Ayrıca genç yetişkinlerin aileye bağlanma derecesinin, kurulan sosyal ilişkilerde akrana bağlanma stili üzerinde aracı rolü olduğu görülmüştür.

Freeman ve Brown (2001), ergenlerde ebeveynlere ve akranlara bağlanma üzerine araştırmalarını yürütmüşlerdir. Araştırmaya 11. ve 12. Sınıf düzeyinde 99 öğrenci katılmıştır. Katılımcılar birincil bağlanma figürlerini aday göstererek annelerinden, babalarından ve en yakın arkadaşlarından aldıkları bağlanma desteği düzeyini derecelendirmişlerdir. Anne-baba ve yakın arkadaşlar neredeyse aynı derecede birincil bağlanma figürü olarak tanımlanmıştır. Burada ergenlerin bireysel tercihlerinin bağlanma stilleri ile yakından ilişkili olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma stiline sahip ergenler

yakın arkadaş ve babalara karşın annelerini yüksek oranda bağlanma desteği olarak göstermişlerdir. Romantik ilişkiye sahip güvenli bağlanan ergenler bağlanma desteği konusunda ilk anneyi tercih etmese de hiçbirisi öncelikle arkadaştan yana seçimini kullanmamıştır. Diğer taraftan güvensiz bağlanma stiline sahip ergenler bağlanma desteği konusunda romantik ilişki partneri ve yakın arkadaşları öncelikli olarak seçmişlerdir.

1.2. Yaşam Kalitesi

1.2.1. Yaşam Kalitesi Kavramı

Farklı bilimsel yaklaşımların varlığı ve yaşam kalitesinin farklı açılardan ele alınması, yaşam kalitesi kavramı üzerinde anlaşılmış tek bir tanımın olmasını güçleştirmektedir. Zamanla değişen toplumsal yapı ve bu yapının bireylerin hayatına getirdiği değişiklikler ise zaman içerisinde tanımların değişimini ve çeşitliliğini getirmiştir.

Yaşam kalitesi Havighurst'a (1963) göre kişinin yaşamı üzerine öznel değerlendirmelerini içeren iç faktörler ile sosyal aktiviteler gibi ölçülebilir davranış ve durumları içeren dış faktörleri kapsar. Rustoen ve arkadaşlarına (1999) göre ise yaşam kalitesi, bireyin kendisi için önem arz eden yaşamsal olaylarda mutlu ya da mutsuz olmasından ötürü kendini ne derece iyi hissettiğidir.

Hournquist'e göre yaşam kalitesi bireyin hayatındaki olgular ve olaylardan ne derece doyum aldığı ile ilgilidir. Fayos'a göre bireyin hayatından duyduğu memnuniyetin düzeyi, hayatından ne kadar doyum aldığını gösterir. Patrick ve Ericson yaşam kalitesini sadece ölçülebilir kavramlarla açıklanabilir olarak görmüş, yaşamın işlevsel yönlerinin bireyin kendi bakış açısından değerlendirilmesi olarak tanımlamışlardır. Cella ise yaşam kalitesini bireyin iyi olma hali olarak görmüştür (Perim, 2007).

Yaşam kalitesi terimi ilk olarak tıp alanında karşımıza çıkmış olup, sonrasında psikiyatristler tarafından kullanılmaya başlanmıştır. Psikiyatrinin ilerlemesi ile tüm dünyada önem kazanmaya başlayan ruh sağlığı gün geçtikçe yaşam kalitesi terimi ile ilişkili hale gelmiştir. İlk olarak, psikiyatrik tedavi gören bireylerden bu tedaviyi kliniklerde yatılı olarak ve yatılı olmayan şekilde alan bireyler arasındaki yaşam kalitesi farkının incelenmek istenmesiyle bu terim ruh sağlığı alanında kullanılmaya başlanmıştır (Kaiser ve ark 1997).

Yaşam kalitesi, genel çerçevede kişinin iyi olma halinin ne düzeyde olduğu ile ilgilidir. Yaşam kalitesi kavramı içerisinde farklı birçok bileşen bulundurmasından ötürü kabul görmüş tek bir tanıma sahip değildir. Bu bileşenlerin çokluğu farklı tanımları da beraberinde getirmektedir. Yaşam kalitesinin tanımı yapılırken bireyin sosyal yönünü açıklayan işlevsel yetenekler, yaşadığı çevre ile etkileşimi ve bu etkileşimin kalitesi, fiziksel sağlık, ruhsal sağlık, bireyin kendi yaşamını değerlendirmesi gibi farklı öğeler bir araya gelir (Öksüz ve Malhan, 2005).

Yaşam kalitesi bireyin yaşadığı toplumun normları ve kültüründen etkilenen, farklı birçok bileşenin meydana getirdiği bir kavramdır. Yaşam kalitesini etkileyen öğelerin başında sağlık, beslenme, güvende hissetme, eğitim hizmetleri, sahip olunan haklar ve özgürlük gelir. Bireyin kendisi ile ilgili faktörlere bakıldığında sosyal çevre ve ilişkileri ile psikolojik iyi oluşun yaşam kalitesi üzerinde etkisi olduğu görülür.

Bireyin kendi hayatına bakış açısı, hayatını ne düzeyde olumlu ya da olumsuz değerlendirdiği yaşam kalitesi ile yakından alakalıdır. Buradan yola çıkarak bireyin kendi yaşamı hakkında ne derecede olumlu duygu ve düşüncelere sahip olduğunun yaşam kalitesini gösteren en önemli unsur olduğunu söyleyebiliriz. Bireyin kendi hayatını yönetebiliyor olması, sosyal yönden sağlıklı olup yakın ilişkiler kurabiliyor olması, geleceğe dair umut içerisinde olması ve şu anki yaşamında amaç ve hedefler belirleyip bunlar için bir şeyler yapabiliyor olması genel olarak yaşam kalitesini yüksek algılamasını sağlar (Tel ve Sarı, 2016).

Yaşam kalitesinin ele alındığı çalışmalar, kullanım alanlarının yaygınlaşması sonucu giderek artış göstermektedir. Yaşam kalitesinin tanımlanmasında yaşam olayları, sosyal ve psikolojik öğeler birlikte kullanılmış ve böylelikle yaşam kalitesinin sınırları da çizilmeye çalışılmıştır (Yancar, 2005). Bunların yanında bireysel bakış açısına göre farklılık gösteren kavramları da içermektedir. Sosyal aktivitelere katılım ve bu aktivitelerden doyum sağlama, manevi tatmin, maddi açıdan iyi olma, fiziksel memnuniyet, arkadaş ilişkilerinde doyum, aile ilişkilerinin değerlendirilmesi ve boş zaman aktivitelerine sahip olma gibi faktörler kişinin algılayış biçiminden, içinde bulunduğu toplumun norm ve değerlerinden doğrudan etkilenir (Kayıhan, 2007).

Sağlıkla ilgili olarak yaşam kalitesi, bireyin kendi sağlık durumunu nasıl gördüğü ile ilişkilidir. Bireyin kendini iyi hissetmesi temel kriterlerdendir. Yaşam kalitesinin sağlıkla

ilişkisi sadece hasta olmamaktan ibaret değildir. Bireyin hayata aktif katılabiliyor olması, bedenen iyi olmanın yanında psikolojik ve sosyal yönden iyi olma, yaşam doyumu ve memnuniyeti de önemlidir. Bireyin günlük rutin aktiviteler olan yeme-içme, giyinme, öz bakım, temizlik, sosyal ortamlara dahil olabilmek, alışveriş işlerini yapabilme gibi işlevleri yerine getirebilmesi fonksiyonel kapasite ile ilgilidir. Yaşam kalitesi bahsedilen birçok kavram ile özdeşleştirilmekte ve birbirinin yerine kullanılabilmektedir. Literatürde yaşam kalitesi ile özdeşleştirilen kavramların başında mutluluk, sağlıklı olma, iyi olma ve fonksiyonel kapasite gösterilebilir (Kayıhan, 2007).

Yaşam kalitesi denilince akla ilk gelen kavramlardan birisi olan mutluluk yaşam kalitesi ile sıkça özdeşleştirilir. Mutluluk ve yaşam kalitesi farklı anlamlara karşılık gelen kavramlardır. Yaşam kalitesi bireyin mutluluk düzeyinin ötesinde genel yaşamını nasıl değerlendirdiğiyle ilgilidir. Mutluluk, hayatın belirli anlarında fazlaca iniş-çıkış gösterebilirken yaşam kalitesi anlık duygu değişimlerinin ötesinde genel bir duygu durum değerlendirmesini içerir (Demir ve Murat, 2017). Mutluluk ile yaşam kalitesi arasındaki farkları açacak olursak mutluluğun daha kısa süreli hissedilen bir duygu olduğunu söyleyebiliriz. Mutluluk hissinin tek başına doyumu yüksek bir hayat sağlaması zordur. Yaşam kalitesi ise daha uzun vadede ve kalıcı unsurların birleşiminden oluşan bir ögedir ve yaşam doyumuna büyük ölçüde etki eder. Yaşam kalitesini mutluluktan ayıran bir diğer farklılıkta değerlendirmesinin daha öznel oluşudur. Araştırmacılar tarafından belirlenen genel geçer kriterlerin ötesinde bireyin kendi öznel değerlendirmeleri ile ölçülebilir.

Yaşam kalitesi bireyin hayattan beklentileri, hayalleri, yaşadığı hayal kırıklıkları, sahip olduğu meslek ya da ekonomik olarak güvende hissetmesi, fiziksel rahatsızlıkları, beden algısı, yaşadığı çevrenin fiziki koşulları ve sosyal ilişkileri gibi farklı boyutlarda birçok içsel ve dışsal öğelerin etkisi altındadır (McInerney, 2015). Literatürde yaşam kalitesi düzeyini etkileyen unsurların ne olduğu üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında cinsiyet etkisi (kadın olmak), medeni durumun boşanmış ya da dul olması, ilerlemiş bir yaşa sahip olma, gelir düzeyinin düşük olması, kronik bir rahatsızlığa sahip olma, sosyal ilişkilerin zayıflığı, yaşanılan evin fiziki koşullarının kötü olması, düzenli bir boş zaman aktivitesine sahip olmama ve eğitim seviyesinin düşük olması unsurlarının yaşam kalitesi düzeyini büyük ölçüde düşürdüğü görülmüştür (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016).

Sürücü (2016)'ya göre yaşam kalitesi genel çerçevede deneyimler, olaylar, yaşam fırsatları ve yaşam değerlendirmesinden etkilenmektedir. Bu kavramlardan kısaca bahsedecek olursak:

Deneyimler: Bireyin geçmiş yaşantılarında tecrübe ettiği olay ya da olgular karşısında ne hissettiği ile ilgilidir. Kaygı, korku, güvensizlik, mutluluk, kabullenilme ya da reddedilme gibi deneyimleri içerir. Bu deneyimler bazen kişinin kendisinden, bazen ise dış dünyadan kaynaklıdır.

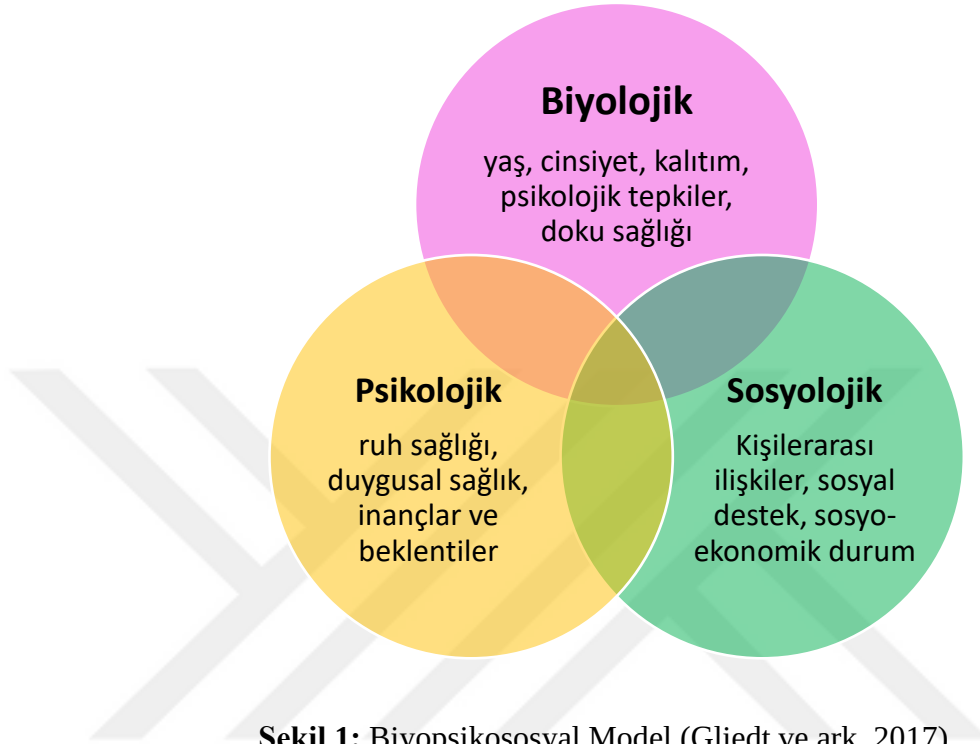
Olaylar: Hayatın seyrini değiştirecek göç, savaş, suça karışma, özgür olma ya da olmama gibi büyük çaplı olaylar ve günlük hayatta karşılaşılabileceğimiz zorluklar, elde edilen başarılar, hayatın rutini ya da hayata heyecan katan farklılıklar yaşam kalitesini etkileyen olaylara örnek gösterilebilir.

Yaşam Fırsatları: Yaşam fırsatlarını içinde yaşanan toplumun getirdiği ve kişinin kendi elde ettiği fırsatlar olarak gruplandırabiliriz. Kaynağı toplumsal olan fırsatlara sosyal haklar, özgürlük, refah seviyesi, eşitlik, adalet, güvenlik ve eğitimde fırsat eşitliği örnek gösterilebilir. Bireysel kaynaklar olarak aile, toplumsal statü, kurulan ilişkiler ve maddiyat ele alınabilir. Bunların yanında bireyin doğuştan getirdiği kişilik özellikleri ve sahip olduğu karakter de yaşam kalitesi için gerekli olan birtakım fırsatların elde edilmesini etkiler.

Yaşam Değerlendirmesi: Kişinin kendi hayatına baktığında, yaşamını genel olarak nasıl değerlendirdiği ile ilgilidir. Bu değerlendirmenin genel-geçer kriterleri yoktur, bireyin öznel algılayışı ile ilgilidir. Kişi bu değerlendirmeyi mevcut durumda yaşadığı hayat ve idealindeki yaşamak istediği hayatı karşılaştırarak yapar. Bu karşılaştırmada aradaki farkın az olması yaşam kalitesinin yüksek olduğunu gösterir.

Sağlık kavramı biyomedikal model ile biyolojik olarak iyi olmayı içerirken, Dünya Sağlık Örgütü'nün 1940'larda sağlığı fiziksel, sosyal ve ruhsal açıdan iyi olma olarak tanımlamasıyla biyopsikososyal model ile ele alınmaya başlanmıştır (Frazier, 2020). Biyopsikososyal model George Engel tarafından kuram haline getirilmiştir. Biyopsikososyal model adından da anlaşılacağı üzere biyolojik, psikolojik ve sosyal unsurların insan sağlığı üzerinde birlikte etkili olduklarını vurgular. Yaşam kalitesi sağlık odaklı ele alındığında biyopsikososyal model ile yakından ilişkilidir. Sağlık odaklı yaşam

kalitesinde sağlık tek başına biyolojik olarak iyi olmanın ötesinde zihinsel olarak iyilik algısını da içerir. Kişinin kendisini ne düzeyde sağlıklı algıladığı, yaşam kalitesinin de ne düzeyde yüksek olduğunu gösterir (Durmuş, 2017).



Şekil 1: Biyopsikososyal Model (Gliedt ve ark. 2017).

Yaşam kalitesi, yapılan çalışmalarda araştırmanın konusuna göre farklı boyutlarda ele alınmaktadır. Bu durum yaşam kalitesi üzerine farklı yaklaşımların oluşmasını da beraberinde getirmiştir.

1.2.2. Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler

Yapılan literatür taramasında cinsiyet, yaş, eğitim, gelir düzeyi, medeni durum, boş zamanı değerlendirme, yaşanan konut, sağlık, iş yaşamı ve sosyal destek faktörlerinin yaşam kalitesini etkilediği sonucuna varılmıştır (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016). Aşağıda bu faktörler sırasıyla ele alınmıştır.

Yapılan araştırmalarda cinsiyetin yaşam kalitesi üzerinde etkili olduğu görölmüştür. Cinsiyetin yaşam kalitesine etkisi gelişmemiş ve gelişmekte olan toplumlarda daha fazladır. Bu toplumlarda kadınların ekonomik özgürlüğe sahip olma oranı düşüktür ve ekonomik olarak kadının bir başkasına bağımlı olması yaşam kalitesi düzeyini düşüren bir durumdur. Ayrıca bu toplumlarda çalışan kadın olmanın da yaşam kalitesi düzeyini düşürdüğü görölmüştür. İş hayatı ile ev sorumluluklarını bir arada yürütme zorunluluğu

kadınlara ekstra yük yüklemekte ve kadınlar için hayatı zor ve yorucu hale getirmektedir (Torlak Evinç ve Savaş Yavuzçehre, 2008).

Yaşam kalitesinde etkili olan bir etmen de yaştır. Birey yaşı itibariyle bulunduğu gelişim dönemi problemleri ve karmaşalarıyla mücadele halindedir. Bu problemler ve aşılması gereken durumlar yaşam kalitesi üzerinde etkilidir. Yaşamın ilk dönemlerinde başlayan çatışmalar yıllar içerisinde değişime uğrayarak varlığını sürdürür. Hayatın her dönemi, yerine getirilmesi gereken sorumlulukları ve gelişim görevlerini içinde barındırır. Birtakım gelişim görevlerini tamamlayıp okul çağına gelen çocuk bu dönemde başarıma ihtiyacını gidermelidir. Çocukluktan ergenliğe geçiş ile bireyden kimlik gelişimini tamamlaması beklenir. Yetişkinlik döneminde ise bireyin iş ve eş seçimini sağlıklı bir şekilde yapması gerekmektedir (Düzgün, 2002). Her dönemin karmaşası ve yerine getirilmesi gereken sorumlulukları, farklı düzeylerde yaşam kalitesi ile ilişki içerisinde. Farklı gelişim dönemlerindeki bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri üzerine yapılan araştırmalara bakıldığında, yaşı yaşam kalitesi ile en çok ilişkili olduğu dönemin yaşlılık olduğu ve yaşam kalitesi araştırmalarının yaşlılar üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Yaşlanmayla birlikte yakınlık içeren ilişkilerin azalması, gelir düzeyindeki azalma, günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmekte zorlanma ve boş zamanı değerlendirme gibi karşılaşılan güçlükler yaşam kalitesi düzeyini düşürmektedir (Ercan Şahin ve Emiroğlu, 2014).

Bireylerin eğitim düzeyleri de yaşam kalitelerini etkilemektedir. Eğitim seviyesi, sahip olunan meslek ve bu mesleğin çalışma şartları ile ilişkilidir. Eğitim seviyesinin yüksek olması genellikle sosyal statü, çalışma şartlarının konforlu olması, sağlık imkânlarından yararlanabilme ve sosyal yaşam imkânlarından daha çok faydalanabilme fırsatlarını da beraberinde getirir. Diğer taraftan çalışma şartlarının zor olduğu işlerde istihdam edilen bireylerin eğitim seviyesine bakıldığında genellikle düşük düzey eğitime sahip oldukları görülmüştür. Ağır ve sağlıksız şartlarda çalışmak, bireyleri fiziksel olarak zorlayarak yaşam kalitesini düşürür. Buradan yola çıkarak eğitim seviyesinin yüksek olmasının bireylere konfor ve sağlık-sosyal imkânlar açısından iyi şartlarda iş olanakları sunarak yaşam kalitesi düzeyini artırdığı söylenebilir (Torlak Evinç ve Savaş Yavuzçehre, 2008).

Kaliteli bir yaşam algısında bireylerin gelir düzeyleri de etkili olmaktadır. Yaşamsal ihtiyaçların karşılanması ve toplum içerisinde yaşamın sürdürülebilmesi için maddi bir kaynağın olması gerekmektedir. Literatüre bakıldığında, gelir düzeyi ile yaşam kalitesi

arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülür. Gelir düzeyinin düşük olması yaşam kalitesi düzeyini düşürmektedir (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016). Maddi koşullar temel ihtiyaçların karşılanmasından, daha iyi yaşamsal şartlara (yaşanılan ev, faydalanılan sağlık imkânları, sosyal aktiviteler, eğitim fırsatları, yaşanılan bölgede sosyo-ekonomik düzey) kadar birçok faktörle ilişkili olarak yaşam kalitesini etkiler. Maddi gelirin düşük olması durumunda ihtiyaçların karşılanmasında güçlük çekme, sağlık imkânlarından yeterli düzeyde yararlanamama, sosyal ve kültürel aktivitelere katılamama, yaşanılan evin koşullarının iyi olmaması gibi yaşam kalitesini düşürecek olumsuzluklarla karşılaşılma oranı yüksektir.

Yaşam kalitesini etkileyen unsurlardan birisi de bireylerin medeni halidir. Medeni durumun yaşam kalitesi üzerine etkisi özellikle gelişmemiş ve gelişmekte olan toplumlarda kendisini göstermektedir. Bu toplumlarda dul veya boşanmış kadın olmak, toplum tarafından kabullenilmeyi zorlaştırmaktadır. Bu durum yaşam kalitesinin düşüşüne neden olur. Medeni durumun yaşam kalitesi üzerine olumsuz etkisi erkekler üzerinde kadınlara göre daha azdır. Gelişmemiş ve az gelişmiş toplumlarda kadınların namus kavramı ile özdeşleştirilmesi ve genel olarak toplumsal cinsiyet eşitsizliği, dul ve boşanmış kadınlarda toplum tarafından dışlanma, daha fazla sorumluluk üstlenme, ekonomik ve sosyal açıdan zorluklara maruz kalmaya neden olur (Özar ve Yakut-Çakar, 2013). Boşanmış veya dul olmak yaşam kalitesine cinsiyet açısından etki ederken, ilerleyen yaş gruplarına bakıldığında cinsiyet fark etmeksizin etki ettiği görülmüştür. Yaşlılarda boşanmış veya dul olmak, kadın ve erkeklerde aynı düzeyde yaşam kalitesini önemli ölçüde düşürmektedir (Bakar, 2012). Medeni durumu evli veya bekâr olan bireylerin yaşam kalitesi düzeyi karşılaştırıldığında ise evli bireylerde yaşam kalitesinin bekârlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır (Perim, 2007).

Bireylerin çalışma ve sorumluluklarla geçen zaman dışında kendi istekleri doğrultusunda geçirdikleri zaman dilimi yani boş zamanı değerlendirme yaşam kalitesiyle ilişki bir diğer etmendir. Boş zamanda yapılan faaliyetlerin türü, yaşam kalitesi üzerinde etkilidir. Birey bu zamanı dinlenerek, sanatsal ya da sportif faaliyetlerle geçirebilir. Bu noktada kişisel istekler devreye girer. Boş zamanın kendini yenileyebilme ve keşfedebilmeye yönelik uğraşlarla geçirilmesi yaşam kalitesi düzeyini ciddi oranda artırır (Aslan ve Arslan Cansever, 2012). Boş zamanın hangi aktiviteler ile geçirildiği yaşanılan coğrafyanın kültürü ve sosyo-ekonomik şartları ile ilişki içerisindedir. Gelir düzeyi ve yaşamsal şartların iyiliği, boş zaman aktivitelerinin çeşitlendirilmesine katkı sağlayarak yaşam

kalitesi düzeyine etki eder. Yapılan araştırmalara bakıldığında, ülkemizdeki ergenlerin boş zamanını en çok internet ve bilgisayar kullanarak geçirdiği, en az ise kitap okumaya vakit ayırdıkları görölmüştür (Aksaçoğlu ve Yılmaz, 2007).

Yaşanılan evin fiziki şartları ve özellikleri yaşam kalitesi üzerinde etkilidir. Yaşanılan evin çevresi, konumunun ve ulaşım imkânlarının iyi olması, bireylere yeterli alan ve konfor sağlaması, yeterli ışık alıyor ve ısınıyor olması gibi özellikler iyi bir konutun bireylere sağlaması beklenen özelliklerdir. Yaşanılan konutun olumlu özellikleri ve bireye sağladığı konfor, yaşam kalitesi düzeyini artırır. Hollar'ın (2003) yürüttüğü çalışmada yaşanılan konutun güvenli ve bireyler için fonksiyonel olmasının yaşam kalitesine etki ettiği sonucuna varılmıştır. Torlak ve Yavuzçehre (2008) tarafından yürütölen çalışmada ise yaşanılan evin fiziki koşullarının yanı sıra konut sahibi olma, yaşanılan evin kendine ait olması ve içerisinde istenilen değişikliklerin yapılabilmesi, evsiz kalma kaygısının yaşanmaması unsurlarının yaşam kalitesi ile ilişki içerisinde olduğu görölmüştür. Bu araştırmada konut sahibi olmanın yaşam kalitesi düzeyini büyük oranda artırdığı sonucuna varılmıştır.

Bireyin sağlığı da yaşam kalitesiyle ilişkili olarak incelenen önemli bir değişkendir. Sağlık kavramını tanımlamaya ilişkin yapılan çalışmalara bakıldığında sağlığın göstergelerinin genel olarak fiziksel, psikolojik ve sosyal alt boyutlarda toplandığı görölmüştür. Bireyin bedenlen sağlıklı olması, ruhsal açıdan iyi hissetmesi ve sosyal işlevlerini yerine getirilebiliyor olması yaşam kalitesi için gerekli ve önemlidir. Yapıcı (2006) tarafından yapılan araştırmada bireylerin günlük hayatı sürdürmede ihtiyaç duyduğu yürüme, koşma, eğilme-doğrulma, merdiven çıkma gibi sağlığın fiziksel alt boyutuyla ilişkili olan fiziksel hareketlerin, yaşam kalitesinin en önemli göstergeleri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca bireyin kendi öz bakımını yerine getirebilecek düzeyde fiziksel yeterliliğe sahip olması da yaşam kalitesi açısından önemlidir. Yaşam kalitesi ile sağlık arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalara bakıldığında bireyin psikolojik ve sosyal açıdan kendisini nasıl değerlendirdiğinin, yaşam kalitesi üzerinde etkili olan öznel göstergelerden olduğu görölmüştür. Ruhsal sağlık ve sağlıklı sosyal ilişkiler genel iyi olma hali ve mutluluk düzeyini etkileyerek yaşam kalitesine de etki eder.

İş hayatı, bireylerin yaşamında günlük vaktin önemli bir kısmını aldığından yaşam kalitesi üzerinde etkili olmaktadır. Günlük zamanın büyük bölümünün geçirildiği iş ortamının uygun fiziksel şartları taşınması yaşam kalitesi için önemlidir. Fiziksel

koşulların yanı sıra yapılan işin sevilmesi ve iş ortamında kurulan sosyal ilişkilerin olumlu nitelikte olması gibi pozitif özellikler de yaşam kalitesini olumlu yönde etkiler. Bireyin yaptığı işten mesleki doyum sağlayamaması, stresli bir iş hayatı, sağlıksız iş ilişkileri ve adaletsizliklere maruz kalma gibi olumsuz durumlar iş hayatını olumsuz etkilerken aynı zamanda sosyal hayatı ve psikolojik sağlığı da olumsuz etkileyerek yaşam kalitesini düşürür (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016).

İnsan, doğası gereği sosyal bir varlıktır. Doğduğu andan itibaren aileden başlayarak genişleyen bir sosyal çevre ile etkileşim içerisinde yaşamını sürdürür. Yaşam kalitesini etkileyen unsurlardan birisi de sosyal çevre ve kurulan ilişkilerdir. Sosyal ilişkilerin ilk kaynağı olan aile ilerleyen dönemlerde kurulacak ilişkilerin temellerinin atıldığı yerdir. Birey ait olma, sevmeye ve sevilme gibi duyguları ilk olarak ailede tadar. Yaşamın ilk yıllarında aile ile başlayan sosyal ilişkiler ağı, yaş ilerledikçe akrabalar ve arkadaş ile genişler. Bireyin aileden başlayarak akraba ve arkadaş çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurması, sosyal aktivitelerde bulunması, birlikte vakit geçirebilmesi, aidiyet duygusunu hissetmesi gibi gereksinimlerinin karşılanması genel olarak sosyal desteği oluşturur. Sağlanan sosyal destek bireylerin sosyal ve ruhsal yönden iyi olmalarını sağlayarak yaşam kalitesine de olumlu etki eder.

1.2.3. Yaşam Kalitesine Kuramsal Yaklaşımlar

Yaşam kalitesinin temellerini oluşturan ilk fikirler bireysel haz ve doyumun merkeze alındığı teorilerdir. Aristippos'un hazcılık üzerine düşünceleri ve Aristoteles'in ahlak ile ilgili fikirleri bu teorilerin kaynağıdır. Aristo, ortaya attığı felsefi çalışmalarında mutluluk kavramının üzerinde durmuştur. Mutluluğun, kişinin yaşamı boyunca ulaşmaya çalıştığı bir hedef olduğunu düşünmüş ve mutluluğu bir gereksinim olarak görmüştür. Aristo'ya ulaşılması gereken mutluluğun formülü iyiliktir (Işık ve Meriç, 2010).

Haz merkezli faydacı yaklaşımı eleştiren Amartya Sen, faydacılığa karşı kapasite yaklaşımını geliştirmiştir. Faydacı yaklaşımda bireysel farklılıkları dikkate almadan her bireyi eşit kapasitede ve tek tip değerlendirme durumu varken kapasite yaklaşımında bireysel farklılıklar ve öznel değerlendirmeler önemlidir. Buradan yola çıkarak kapasite yaklaşımında yaşam kalitesinin sadece somut kavramlarla değerlendirilemeyecek olduğunu söyleyebiliriz. Sel'e göre yaşam kalitesi nicel ve nitel kavramlar bir arada, kişinin kendi algılayış biçimi ile değerlendirilmelidir (Karaçay Çakmak, 2008).

Tüketim merkezli yaklaşım perspektifinden yaşam kalitesi kavramını ele aldığımızda Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi karşımıza çıkar. Yaşamsal gereksinimlerin karşılanmasını temel alan tüketim merkezli yaklaşımda Maslow'un teorisi önemli bir yere sahiptir. Maslow, bireylerin farklı ihtiyaçlarını ve bu ihtiyaçlara hangi durumlarda gereksinim duyduklarını inceleyerek yola çıkmış ve ihtiyaçlar hiyerarşisini oluşturmuştur. Bu ihtiyaçlar hiyerarşisi önem seviyesine göre sıralanmış bir piramit şeklindedir. En önemliden az önemliye doğru piramidin basamaklarını sıralayacak olursak; 1-fizyolojik ihtiyaçlar, 2-güvenlik ihtiyacı, 3-sevgi, ait olma ihtiyacı, 4-saygınlık ihtiyacı ve 5-kendini gerçekleştirir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde kişi bu ihtiyaçlarını karşılamak için ihtiyaçların önem derecesine göre çaba gösterir (Parıltı, 1999). İnsanlar piramidin ilk basamaklarında olan daha önemli ihtiyaçlarını gidermeden üst basamaklardaki ihtiyaçlarla ilgilenmezler. Ancak bu durum genel iyilik hali için üst basamaklardaki ihtiyaçların önemsiz olduğu anlamına gelmez (Sarı ve Kındap, 2018).

Yaşam kalitesini etkileyen unsurlar üzerine yapılan çalışmalarda bu unsurların genel olarak öznel ve nesnel olmak üzere iki çatı altında toplandığını söyleyebiliriz. Maddi imkânlar, ailevi unsurlar, yaşanılan çevre, fiziksel olarak iyi olma nesnel unsurlara; bireyin kendini fiziksel, ruhsal ve psikolojik olarak nasıl algıladığı ve kendine yetebilirliği öznel unsurlara örnek gösterilebilir. Yaşam kalitesini bireysel ve toplumsal açıdan ele alan çalışmaları ile Lehman (1983), yaşam kalitesi üzerine yapılacak birçok çalışmaya öncülük etmiştir. Lehman, yaşam kalitesi kavramına önemli katkılarda bulunan çalışmasını bakım evinde yaşayan insanlar ile yürütmüştür. Bakım evinde yaşayan insanların sosyal ilişkileri ve bu ilişkilerin düzeyi, aile ile olan ilişkiler, sosyo-ekonomik düzey, sahip olunan hobiler, kendini güvende hissetme, bedensel iyilik hali ve iş sahibi olma durumlarını incelemiştir. Lehman'ın bu çalışmadaki asıl amacı kişilerin genel iyilik düzeyini ortaya koyarak yaşam tatmini kavramını açıklamaktır. Genel iyilik halini öznel ve nesnel kavramlarla açıklayan Lehman, farklı olarak kişisel özelliklerin de genel iyilik hali üzerinde etkili olduğu fikrini ortaya atmıştır. Lehman'ın bu fikri yaşam kalitesi üzerine yapılan çalışmalara büyük katkı sağlamıştır.

Yaşam kalitesi kavramı üzerine ortaya atılan fikirleri ele alan Gerson (1976), bu verileri iki grup altında toplamıştır. İlk grup, kişisel istek ve beklentilerin toplumsal yargıların üzerinde olduğu kişisel bakış açılarıdır. Kişisel bakış açısında bireyin ne istediği ve bakış açısı toplumsal normların üzerindedir. Toplum, bireylerin faydasına var olan bir oluşumdur. İkinci grup ise toplumsal normların bireyin öznel benliğinin üzerinde

olduğu, toplum yararını gözeterek bireylerin yaşaması ve çoğunluğa uyması gerektiğini savunan kişiler üstü bakış açılarıdır. Gerson bu iki grup altında toplanan fikirlerin bir arada ele alınması gerektiğini savunarak yaşam kalitesi kavramının açıklanmasına önemli bir katkıda bulunmuştur. Gerson'a göre yaşam kalitesini açıklarken toplumun ve kişinin faydası birlikte gözetilmelidir (Gerson, 1976).

Sosyal bilimlerde yürütülen çalışmalara bakıldığında birey odaklı ve toplumsal odaklı iki farklı yaklaşım tarzının daima var olduğunu söyleyebiliriz. Bu iki farklı bakış açısının varlığı, yaşam kalitesi üzerine yürütülen çalışmalarda da görülmektedir.

1.2.4. Yaşam Kalitesi ile İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışı Çalışmalar

Avcı ve Pala (2004), Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çalışan 23-36 yaşları arasındaki asistan ve uzman doktorlar üzerinde yürüttükleri çalışmada uzman olan doktorların ve medeni durumu evli olan bireylerin yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğu, cinsiyetin yaşam kalitesi üzerinde herhangi bir etkisi olmadığı sonucuna varmışlardır.

Koçoğlu ve Akın (2009) sosyo-ekonomik eşitsizliklerin yaşam kalitesi ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile ilişkisini ele alan bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma bulgularında yaşam kalitesi üzerinde sağlık güvencesi, aylık gelir ve algılanan ekonomik durum düzeylerinin anlamlı derecede etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Altıparmak (2010) yürüttüğü çalışmasında ergenlerde ebeveyn eğitim durumunun yaşam kalitesi ile ilişkisinde pozitif yönde anlamlı ilişki saptamıştır. Araştırma bulgularına göre ebeveyn eğitim seviyesi yükseldikçe yaşam kalitesi düzeyi ve yaşam kalitesinin alt boyutlarından ruhsal alanda yaşam kalitesi düzeyi puanı da artış göstermektedir.

65 yaş ve üzeri bireyler ile yaptıkları araştırmada Arslantaş, Metintaş, Ünsal ve Koyuncu (2006), şu sonuçlara varmıştır: Yaşın artması ile hayat kalitesinde düşme görülmektedir. Ancak toplumsal boyutta herhangi bir düşüş gözlenmemiştir. Cinsiyet olarak kadın olmanın, medeni durum olarak dul olmanın ve okuma-yazma bilmemenin hayat kalitesini düşürdüğü görülmüştür. Yaşlı bireylerde kronik bir rahatsızlığa sahip olmanın ise hayat kalitesini her boyutta olumsuz etkilediği sonucuna varılmıştır.

Aldinç ve diğerleri (2004), Ankara ilinde birinci basamak sağlık kuruluşuna başvuranlardan 18 yaş ve üstü bireylerde medikososyal özellikler çerçevesinde yaşam kalitesini ele alan bir çalışma yürütmüşlerdir. Bu çalışmanın bazı bulguları şu şekildedir: Cinsiyete göre kadınlarda yaşam kalitesi, bütün alanlarda erkeklere göre daha düşüktür. 18-29 yaş grubunda yaşam kalitesi alanlarına göre çevresel alanda yaşam kalitesinin en düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Bireylerin hastalık gruplarına göre ele alınmasında ruhsal hastalığı olan bireylerin yaşam kalitesi puanlarının sosyal alanda en düşük değerde olduğu görülmüştür. Bireylerde gelir düzeyi arttıkça yaşam kalitesi alanlarının tümünde yaşam kalitesi düzeyinin anlamlı bir şekilde yükseldiği tespit edilmiştir.

Altıparmak'ın (2010) ergenlerde yaşam kalitesini ele aldığı çalışmasında gelir düzeyinin düşük olmasının yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarını negatif yönde etkilediği, düşük sosyal statünün ise yaşam kalitesinin ruhsal alan ve okul alanlarını negatif yönde etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır. Araştırma bulgularından yola çıkarak sosyo-ekonomik şartların yetersiz olmasının ergenlerde gerek duyulan maddi imkânlarla ulaşabilmeyi zorlaştırarak yaşam kalitesini düşürdüğü ve gelir düzeyinin düşük olmasının ergenleri psikolojik ve sosyal açıdan olumsuz etkileyerek yaşam kalitesini de negatif yönde etkilediği düşünülmüştür (Altıparmak, 2010).

Tümer (2018) yürüttüğü çalışmasında 9-11 yaş çocuklarda yaşam kalitesini sosyo-demografik değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma bulgularında aile ilişkileri değişkeninin yaşam kalitesi üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Destekleyici aile ilişkilerine sahip çocuklarda, engelleyici aile ilişkilerine sahip çocuklara göre yaşam kalitesi düzeyi anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Ayrıca cinsiyet, yaş, kardeş sayısı değişkenleri ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Şen ve arkadaşları (2008), üniversite öğrencilerinde sigara kullanımının yaşam kalitesine etkisini ortaya koyan bir çalışma yürütmüşlerdir. 273 öğrenci ile yürütülen çalışmada sigara kullanan bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri sigara kullanmayan ya da kullanıp bırakmış öğrencilere göre daha düşük çıkmıştır. Ayrıca, çalışmada sigara kullanım miktarı arttıkça yaşam kalitesi düzeyinin azaldığı görülmüştür. Sigara kullanımının sağlıkla ilgili yaşam kalitesi ölçümünde sağlığa ve sağlıkla ilişkili yaşam kalitesine olumsuz etkisinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Bastiaansen, Koot ve Ferdinand (2005), ergenler üzerinde yaşam kalitesini farklı boyutlarda ele alan bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışma, yaşları 8-18 aralığında olan 250 ergen ile yapılmıştır. Araştırma bulgularında sosyalliğin zayıf olması, olumsuz aile ilişkileri, olumsuz yaşam olayları, öz saygı düşüklüğü ve psikiyatrik rahatsızlıkların yaşam kalitesi düzeyinin düşük çıkmasına ciddi derecede etki ettiği saptanmıştır.

1.3. Bağlanma Stilleri ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkiler

Literatürde bağlanma stilleri ile yaşam kalitesinin birlikte ele alındığı çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bağlanma stilleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkileri ele alan çalışma bulguları aşağıdaki gibidir.

Tokaç (2016) yaptığı araştırmada DEHB tanısı almış çocuklarda bağlanma stilleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulgularında DEHB tanısı almış çocuklarda en düşük düzeyde görülen bağlanma stiline korkulu bağlanma stili, yaygın olarak görülen bağlanma stillerinin ise saplantılı ve kayıtsız bağlanma stili olduğu sonucuna varılmıştır. Çocuklar ve ebeveynler yaşam kalitesine ilişkin yaşadıkları güçlükleri düşük seviye olarak belirtmişlerdir. DEHB tanısı almış çocuklarda korkulu bağlanma stili puanı arttıkça yaşam kalitesinin alt boyutlarından fiziksel işlevsellik, duygusal işlevler ve sosyal işlevsellik sorunları azalmakta; okul sorunları, başkalarıyla ilgili sorunlar ve sağlık sorunları ise artmaktadır. Kayıtsız bağlanma stili puanı arttıkça sosyal işlevsellik ve sağlık aktiviteleri puanları olumlu yönde artmakta ve fiziksel, duygusal işlevsellik, başkalarıyla ilgili duygular ile okulla ilgili problemler alanlarında yaşanan sorunlar azalmaktadır. Güvenli bağlanma stili puanı arttıkça duygusal aktiviteler ve okulla ilgili problemler alanlarında sorunlar azalmaktadır. Buna karşın güvenli bağlanma stili puanı arttıkça başkalarıyla ilgili problemler, duygularım ve fiziksel alanda yaşanan sorunlar artmaktadır. DEHB tanısı almış çocuklarda saplantılı bağlanma stili puanlarına bakıldığında, saplantılı bağlanma stili puanı arttıkça Yaşam Kalitesi Ölçeği Ebeveyn Formu'nda duygusal, fiziksel ve okulla ilgili sorunlarda azalma, Yaşam Kalitesi Ölçeği Çocuk Formu'nda ise okul sorunları, sağlık ve başkalarıyla ilgili sorunlarda azalma olduğu sonucuna varılmıştır.

Kozalı (2017) yürüttüğü çalışmasında yetişkinlerin yaşam kalitesi ile bağlanma stilleri, duygulanım düzenleme stratejileri, depresyon, kaygı ve öz duyarlılık arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulgularından yaşam kalitesi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi ele alan verilere bakıldığında güvenli bağlanma, yaş ve depresyonun sosyal yaşam

kalitesini önemli derecede yordadığı görülmüştür. Elde edilen bulgulara kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanma stilleri yaşam kalitesini anlamlı derecede yordamamıştır. Sosyal alanda yaşam kalitesinin yordayıcıları güvenli bağlanma, yaş ve depresyon değişkenleri olarak bulunmuştur. Güvenli bağlanma stili puanı arttıkça, sosyal yaşam kalitesi de artmaktadır. Ayrıca güvenli bağlanma stili ile yaşam kalitesinin tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişki vardır. Korkulu bağlanma stili ise yaşam kalitesinin tüm alt boyutları ile arasında negatif yönde anlamlı ilişki çıkmıştır.

Belizaire ve Fuertes'in (2011) Amerika'da yaşayan Haitili göçmenler üzerinde yürüttükleri çalışmada yaşam kalitesi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerle ilgili bulgulara kaygılı bağlanmanın sosyal yaşam kalitesi üzerinde güçlü bir yordayıcı olduğu sonucuna varılmıştır. Kaygılı bağlanma stili puanı arttıkça sosyal yaşam kalitesi düzeyi düşmektedir.

Gümüş ve Güler'in (2018) yetişkin bireylerin bağlanma stilleri, yaşam kaliteleri ve demografik özelliklerinin birbirleriyle ilişkisini inceledikleri araştırmanın bulgularında yaşam kalitesi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yetişkin bireylerde yaşam kalitesinin alt boyutlarıyla bağlanma stilleri arasında ise zayıf ve negatif yönde anlamlı ilişki çıkmıştır.

Ermiş (2019) yaptığı çalışmada lise öğrencilerinde bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularında güvenli bağlanma stili ile aile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri ile aile yaşam doyumu arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bağlanma stillerinin demografik özelliklerle ilişkisinde bağlanma stilleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri kız öğrencilerde erkek öğrencilerle kıyaslandığında anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Kaçınan bağlanma stili ile cinsiyet değişkeni arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bağlanma stilleri ile yaş değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında güvenli bağlanma ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kaçınan bağlanma stili ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. 14-15-16 yaşlarındaki ergenlere göre 17 yaşındaki ergenlerde kaçınan bağlanma stili puanları anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinde bağlanma stilleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modellerinde var olan bir durum ya da geçmişte var olmuş bir durum kendi koşulları içerisinde değişime maruz bırakılmadan değerlendirilir. Araştırmada iki ya da daha fazla değişken olduğunda ise bu değişkenler arasında var olan değişim ve/veya bu değişimin derecesini ortaya koyabilmek için ilişkisel tarama modeli kullanılır (Karasar, 2006).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Bahçelievler ilçesindeki ortaokullarda 7. ve 8. Sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem grubu tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Tesadüfi örnekleme yönteminde evrende yer alan her birimin örnekleme seçilme şansı aynı ölçüdedir ve birbirinden etkilenmez (Büyüköztürk ve diğerleri, 2008). Bu araştırmanın örneklemini İstanbul ili Bahçelievler ilçesindeki ortaokullarda 7. ve 8. Sınıf düzeyinde öğrenim gören 182'si kız 123'ü erkek toplam 305 öğrenciden oluşmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak “3 Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)” “Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇİYKO)” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Veri toplama araçları ile ilgili detaylı bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırma kapsamında uygulanan Kişisel Bilgi Formu öğrencilerle ilgili sosyo-demografik bilgileri içeren toplam 7 maddeden oluşmaktadır. Kişisel Bilgi Formu ile yaş, cinsiyet, ailenin gelir düzeyi, anne-baba eğitim düzeyi, akademik başarı algısı ve içe dönüklük-dışa dönüklük bilgileri toplanmıştır.

2.3.2. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği 2016 yılında Erzen tarafından bağlanma stillerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilen bir ölçektir. Bu ölçek güvenli bağlanma, kaçınan

bağlanma ve kaygılı-kararsız bağlanma olmak üzere üç farklı bağlanma stilini ortaya koymak amacıyla geliştirilmiştir.

Ölçek üzerinde yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmasında açımlayıcı faktör analizi, ölçeği oluşturan 18 maddenin üç alt boyutta tutarlı bir şekilde toplandıklarını ortaya koymuştur. Ölçeğin içerik geçerliği bulgularında tüm maddeler için elde edilen Cohen Kappa uyuma indeksi katsayısı .87 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin güvenirliğini ortaya koyma amaçlı iç tutarlılık analizi yapılmıştır. Alt boyutlardan güvenli bağlanma stili için .69, kaçınan bağlanma stili için .80, kaygılı-kararsız bağlanma stili için ise .71 olarak Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı belirlenmiştir. Ölçeğin bir olumlu iki olumsuz alt boyuttan oluşması ölçeğin tamamına ait bir Cronbach Alpha değerinin elde edilmesini engellemektedir. Bundan dolayı her bir alt boyut için ayrı ayrı Cronbach Alpha değeri belirlenmiştir. Ölçekte madde toplam kolerasyon değerlerine bakıldığında kolerasyon katsayılarının .53 ile .75 arasında olduğu ve tüm maddelerde istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Erzen, 2016).

Ölçeğin güvenli bağlanma stili, kaçınan bağlanma stili ve kaygılı-kararsız bağlanma stili olmak üzere 3 alt boyutu vardır ve toplam 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarından “Güvenli Bağlanma Stili” boyutu içerisinde 4, 7, 10, 13, 16. Maddeler; “Kaçınan Bağlanma Stili” boyutu içerisinde 1, 3, 5, 9, 12, 15 ve 18. Maddeler ve son olarak “Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili” boyutu içerisinde 2, 6, 8, 11, 14 ve 17. Maddeler yer almaktadır.

Ölçeğin maddeleri “Başkalarının benim kadar değerli olduğunu düşünmüyorum.”, “Kendimi mutlu bir insan olarak tanımlıyorum.”, “Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakilerin sorunlu olmasıdır” ve “İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm” gibi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçeğin maddeleri 5’li likert tipi derecelendirme ile hazırlanmıştır. 1’den 5’e kadar olan maddelerde 1 seçeneği “kesinlikle katılmıyorum”, 5 seçeneği “kesinlikle katılıyorum” olarak belirlenmiştir. Ölçekte ters madde yoktur. Ölçek okuma-yazma bilen her yaş grubuna uygulanabilir.

2.3.3. Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇİYKO)

Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği, 2-18 yaş arasındaki çocuk ve ergenlerin yaşam kalitesini ölçme amacıyla 1999 yılında Varni ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ölçek türü olarak öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması ve geçerlik ile

güvenirlilik çalışmaları Özden Şükran Üneri (2-7 yaş için) ve Nursu Çakın Memik (8-18 yaş için) tarafından, belirtilen yaş gruplarına göre yapılmıştır. Ölçeğin 2-4 yaşları için sadece ebeveyn formu, 5-18 yaşları için hem ebeveyn hem de çocuk/ergen formu bulunmaktadır. Ebeveyn formları 2-4, 5-7, 8-12 ve 13-18 yaşları için toplam dört formdan, çocuk/ergen formları ise 5-7, 8-12 ve 13-18 yaşları için toplam üç formdan oluşmaktadır. Bu çalışmada 13-18 yaş ergen değerlendirme formu kullanılmıştır. Ölçek genel çerçevede fiziksel ve psikososyal (duygusal, sosyal ve okul işlevselliği) işlevselliği sorgulayan 23 madde içerir.

Ölçek fiziksel, duygusal, sosyal ve okul ile ilgili işlevselliğin sorgulandığı dört alt bölümden oluşmaktadır. Ölçeğin fiziksel işlevsellik bölümünde 8, duygusal işlevsellik bölümünde 5, sosyal işlevsellik bölümünde 5 ve okul ile ilgili sorunlar bölümünde 5 madde bulunmaktadır.

Ölçek toplam 23 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin maddeleri “Koşmak bana zor gelir”, “Hüzünlü ya da üzgün hissedirim”, “Yaşıtlarım benimle arkadaş olmak istemezler” ve “Sınıfta dikkatimi toplamakta zorlanırım” gibi ifadelerden oluşur. Ölçeğin 5-7 yaş çocuk formu 3’lü, diğer formları 5’li likert tipi ölçektir. Ölçeğin maddeleri 5’li likert tipi (1=hiçbir zaman, 2=nadiren, 3=bazen, 4=sıklıkla, 5=hemen her zaman) derecelendirme ile hazırlanmıştır. Maddelerden alınan puanlar 1=100, 2=75, 3=50, 4=25, 5=0 şeklinde doğrusal olarak çevrilir. Ölçeğin maddeleri 0 ile 100 arasında puanlanır. Hiçbir zaman 100 puan, nadiren 75 puan, bazen 50 puan, sıklıkla 25 puan ve hemen her zaman 0 puan almaktadır. Maddelerden alınan puanlar toplanıp doldurulmuş olan madde sayısına bölünerek ölçeğin toplam puanı elde edilir. Ölçekte yer alan maddelerin %50’sinden fazlası doldurulmadığında ölçek geçersiz sayılır. ÇİYKO üzerinden alınan puanın yüksek olması yaşam kalitesinin de yüksek oluşunu gösterir. Ölçeğin iç tutarlılık değerlerine bakıldığında, Cronbach alfa katsayısı 0.60 (okul işlevsellik puanı, ergen formu) ile 0.87 (ölçek toplam puanı, ebeveyn formu) arasında değişmektedir (Memik vd., 2007).

2.4. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak anket yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın yapıldığı zaman pandemi dönemine denk gelmiştir. Pandemi döneminde yüz yüze eğitime ara verilip uzaktan eğitime geçildiği için anket uygulaması da online olarak yapılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, 3 Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve ardından

Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği'nin yer aldığı birleştirilmiş toplam 48 maddeden oluşan anket formu oluşturulan link aracılığıyla ortaokul 7. ve 8. Sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Ankette öğrencilerden ad-soyad okul numarası gibi özel bilgiler istenmemiş, ankete katılımın gönüllük esasına dayandığı ifade edilmiştir. Ölçek maddelerinin boş bırakılmasını önlemek amacıyla bir madde yanıtlanmadan bir sonrakine geçiş olanağı tanınmamıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Bu araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS 23.0 kullanılarak yapılmıştır. Çalışmada öğrencilere ait toplanan bilgiler ve öğrencilerin özelliklerini yani mevcut durumu araştırmak ve belirlemek için betimsel yöntem kullanılmıştır. Elde edilen verilere uygulanacak analizlerin belirlenmesi için öncelikle Kolmogorov-Smirnov normallik testi yapılmıştır. Sonuçlar normal dağılım özelliği gösterdiğinden dolayı parametrik testler tercih edilmiştir. Çalışmada cevapları aranan araştırma sorularına ilişkin olarak yapılan çoklu karşılaştırma analizlerinde, veri seti iki olan grup analizleri için t testi kullanılmıştır. Üç veya daha fazla veri seti arasındaki karşılaştırma için ise f testi kullanılmıştır. Farklılıkların anlamlılık testi için Tukey analizi yapılmıştır. Araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

BÖLÜM 3: BULGULAR

3.1. Betimsel İstatistikler

Tablo 1

Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Dağılımları

Sosyo-Demografik Özellikler	Gruplar	F	%
Yaş	13	196	64,3
	14 ve üstü	109	35,7
Cinsiyet	Kız	182	59,7
	Erkek	123	40,3
Ailenin gelir düzeyi	0-4.000 TL	135	44,3
	4.001-8.000 TL	105	34,4
	8.000 TL ve üzeri	65	21,3
Anne eğitim düzeyi	İlköğretim	106	34,8
	Lise	139	45,6
	Üniversite	60	19,7
Baba eğitim düzeyi	İlköğretim	107	35,1
	Lise	107	35,1
	Üniversite	91	29,8
Akademik Başarı Algısı	Düşük	32	10,5
	Orta	68	22,3
	Yüksek	205	67,2
Kendini Değerlendirme	İçedönük	174	57,0
	Dışadönük	131	43,0
Toplam		305	100,0

Katılımcıların yaş dağılımlarında %64,3'ünün 13 yaş, %35,7'sinin 14 ve üstü yaş olduğu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların cinsiyete göre dağılımlarına bakıldığında %59,7'sinin kız, %40,3'ünün erkek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların aile gelir düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında %44,3'ünün 0-4.000 TL arası, %34,4'ünün 4.001-8.000 TL arası ve %21,3'ünün 8.000 TL ve üzeri aile gelir düzeyinde oldukları görülmüştür.

Katılımcılar anne eğitim düzeyine göre %34,8'i ilköğretim, %45,6'sı lise ve 19,7'si üniversite şeklinde dağılım göstermektedir.

Katılımcılar baba eğitim düzeyine göre %35,1'i ilköğretim, %35,1'i lise ve %29,8'i üniversite şeklinde dağılım göstermektedir.

Katılımcıların akademik başarı algısına göre dağılımlarına bakıldığında %10,5'inin düşük, %22,3'ünün orta ve %67,2'sinin yüksek akademik başarı algısına sahip olduğu görülmüştür.

Katılımcıların %57,0'ı kendisini içe dönük, %43,0'ı ise kendisini dışa dönük olarak algılamıştır.

3.2. Kolerasyon Analizi Bulguları

Ortaokul öğrencilerinde bağlanma stilleri (güvenli-güvensiz-kaçınan) ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırma sorusunun yanıtı için Pearson kolerasyon analizi yapılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2

Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yaşam Kalitelerine İlişkin Kolerasyon Analizi Sonuçları

	Güvenli Bağlanma	Kaçınan Bağlanma	Kaygılı Bağlanma	Fiziksel Yaşam Kalitesi	Duygusal Yaşam Kalitesi	Sosyal Yaşam Kalitesi	Okul Yaşam Kalitesi
Güvenli Bağlanma	1	-,300**	,802**	,202**	,425**	,474**	,346**
Kaçınan Bağlanma		1	,039	-,409**	-,338**	-,334**	-,270**
Kaygılı Bağlanma			1	,082	,242**	,343**	,234**
Fiziksel Yaşam Kalitesi				1	,337**	,355**	,452**
Duygusal Yaşam Kalitesi					1	,434**	,463**
Sosyal Yaşam Kalitesi						1	,442**
Okul Yaşam Kalitesi							1

* p < .05 ** p < .01

Güvenli bağlanma ile kaçınan bağlanma ($r=-0.300$) arasında negatif yönlü orta kuvvetli, kaygılı bağlanma ($r=0,802$) arasında pozitif yönlü kuvvetli, fiziksel yaşam kalitesi ($r=0.202$) arasında pozitif yönlü zayıf, duygusal yaşam kalitesi ($r=0.425$) ile pozitif yönlü orta kuvvetli, sosyal yaşam kalitesi ($r=0,474$) okul yaşam kalitesi ($r=0,346$) arasında pozitif yönlü orta kuvvetli ilişki bulunmaktadır.

Kaçınan bağlanma ile fiziksel yaşam kalitesi ($r=-0.409$) arasında negatif yönlü orta kuvvetli, duygusal yaşam kalitesi ($r=-0,338$) arasında, sosyal yaşam kalitesi ($r=-0,334$) arasında, okul yaşam kalitesi ($r=-0,270$) arasında negatif yönlü orta ve zayıf kuvvetli ilişki bulunmaktadır.

Kaygılı bağlanma ile duygusal yaşam kalitesi ($r=0,242$) arasında, sosyal yaşam kalitesi ($r=0,343$) arasında, okul yaşam kalitesi ($r=0,234$) arasında, pozitif yönlü orta ve zayıf kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

3.3. Gruplar Arası Karşılaştırma Bulguları

Kız öğrenciler ile erkek öğrenciler, bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılaşmakta mıdır?

Tablo 1

Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Analiz Sonuçları

	CİNSİYET	N	$\bar{x}$	Ss	T	P
GÜVENLİ BAĞLANMA	KIZ	182	13,29	3,42	-,237	,001
	ERKEK	123	15,65	5,96		
KAÇINAN BAĞLANMA	KIZ	182	19,94	3,42	,287	,775
	ERKEK	123	19,82	3,51		
KAYGILI BAĞLANMA	KIZ	182	48,82	7,54	-1,625	,001
	ERKEK	123	50,33	8,46		
FİZİKSEL	KIZ	182	17,25	5,88	,244	807
	ERKEK	123	17,08	6,21		
DUYGUSAL	KIZ	182	10,79	3,89	-,010	,001
	ERKEK	123	11,79	4,78		
SOSYAL	KIZ	182	9,14	4,57	,613	,540
	ERKEK	123	8,82	4,37		
OKUL	KIZ	123	15,33	7,46	,634	,645
	ERKEK	182	13,25	6,88		

$p < .05$

Araştırmaya katılan ergenlerin güvenli bağlanma puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-,237$; $p=0.001<0,05$). Erkek ergenlerin güvenli bağlanma alt boyut puanları ($x=15,65$), kız ergenlerin güvenli bağlanma alt boyut puanlarından ($x=13,29$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin kaygılı bağlanma puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-1,625$; $p=0.001<0,05$). Erkek ergenlerin kaygılı bağlanma alt boyut puanları ($x=50,33$), kız ergenlerin kaygılı bağlanma alt boyut puanlarından ($x=48,82$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-,010$; $p=0.001<0,05$). Erkek ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($x=11,79$), kız ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($x=10,79$) yüksek bulunmuştur.

Ortaokul öğrencileri yaş temelinde oluşturulan gruplara göre bağımlı değişken düzeyleri bakımından farklılaşmakta mıdır?

Tablo 4
Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Yaş Değişkenine Göre T Testi
Analiz Sonuçları

	YAŞ	N	$\bar{x}$	Ss	T	P
GÜVENLİ BAĞLANMA	13 YAŞ	196	15,27	5,64	-,680	,497
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	15,73	5,65		
KAÇINAN BAĞLANMA	13 YAŞ	196	19,93	3,53	,273	,785
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	19,82	3,32		
KAYGILI BAĞLANMA	13 YAŞ	196	48,95	7,42	-1,407	,160
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	50,29	8,78		
FİZİKSEL	13 YAŞ	196	17,29	5,96	,437	,662
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	16,98	6,12		
DUYGUSAL	13 YAŞ	196	11,82	4,81	,160	,873
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	11,73	4,90		
SOSYAL	13 YAŞ	196	8,65	4,31	-1,723	,086
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	9,60	4,76		
OKUL	13 YAŞ	196	9,55	4,21	,705	,615
	14 VE ÜSTÜ YAŞ	109	9,40	4,56		

$p < .05$

Araştırmaya katılan ergenlerin bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli bağlanma stili, kaçınan bağlanma stili ve kaygılı bağlanma stili alt boyut puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı

bulunmamıştır (güvenli bağlanma stili için $t=-0.680$, $p=0.497>0.05$; kaçınan bağlanma stili için $t=0.273$, $p=0.785>0.05$; kaygılı bağlanma stili için $t=-1.407$, $p=0.160>0.05$).

Araştırmaya katılan ergenlerin yaşam kalitesinin alt boyutları olan fiziksel yaşam kalitesi, duygusal yaşam kalitesi, sosyal yaşam kalitesi ve okul yaşam kalitesi alt boyut puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (fiziksel yaşam kalitesi için $t=0.437$, $p=0.662>0.05$; duygusal yaşam kalitesi için $t=0.160$, $p=0.873>0.05$; sosyal yaşam kalitesi için $t=-1.723$, $p=0.086>0.05$; okul yaşam kalitesi için $t=0.705$, $p=0.615>0.05$).

Ailenin aylık gelir düzeyi temelinde oluşturulan gruplar (düşük-orta-yüksek) arasında bağımlı değişkenler düzeyleri bakımından anlamlı fark var mıdır?

Tablo 5

**Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre
F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları**

	GELİR	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Tukey
GÜVENLİ BAĞLANMA	0-4.000 TL arası	135	15,94	5,51	,989	,373	
	4.001-8.000 TL	105	15,06	5,48			
	8.001 TL ve üst	65	14,98	6,11			
KAÇINAN BAĞLANMA	0-4.000 TL arası	135	19,61	3,71	,818	,442	
	4.001-8.000 TL	105	20,14	3,19			
	8.001 TL ve üst	65	20,09	3,31			
KAYGILI BAĞLANMA	0-4.000 TL arası	135	49,89	7,62	,464	,629	
	4.001-8.000 TL	105	48,90	8,11			
	8.001 TL ve üst	65	49,33	8,38			
FİZİKSEL	0-4.000 TL arası	135	17,97	6,76	2,492	,004*	1>3
	4.001-8.000 TL	105	17,04	4,98			
	8.001 TL ve üst	65	16,24	5,44			
DUYGUSAL	0-4.000 TL arası	135	12,37	5,07	1,959	,143	
	4.001-8.000 TL	105	11,15	4,44			
	8.001 TL ve üst	65	11,61	4,90			
SOSYAL	0-4.000 TL arası	135	9,49	4,95	2,268	,105	
	4.001-8.000 TL	105	8,27	3,82			
	8.001 TL ve üst	65	9,20	4,39			
OKUL	0-4.000 TL arası	135	9,39	4,45	2,310	,123	
	4.001-8.000 TL	105	8,18	3,62			
	8.001 TL ve üst	65	9,227	4,19			

p < .05

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının aile gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. (F=2,492; p=0.004<0.05). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Aile gelir düzeyi 0-4.000 TL arası olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları (17,97±6,76), aile gelir düzeyi 8.001 TL ve üstü olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi puanlarından (16,24±5,44) yüksek bulunmuştur.

Kendini içedönük algılayanlarla dışadönük algılayanlar arasında bağımlı değişkenler

düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Tablo 6
Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin İçe-Dışa Dönük Olma Değişkenine
Göre T Testi Analiz Sonuçları

	GRUPLAR	N	$\bar{x}$	Ss	T	P
GÜVENLİ BAĞLANMA	İÇE DÖNÜK	174	15,17	6,27	-,952	,342
	DIŞA DÖNÜK	131	15,79	4,68		
KAÇINAN BAĞLANMA	İÇE DÖNÜK	174	20,61	3,50	4,254	,000
	DIŞA DÖNÜK	131	18,95	3,17		
KAYGILI BAĞLANMA	İÇE DÖNÜK	174	49,51	8,28	,176	,860
	DIŞA DÖNÜK	131	49,34	7,51		
FİZİKSEL	İÇE DÖNÜK	174	17,03	6,21	-,518	,605
	DIŞA DÖNÜK	131	17,39	5,75		
DUYGUSAL	İÇE DÖNÜK	174	10,92	4,93	-3,708	,000
	DIŞA DÖNÜK	131	12,95	4,49		
SOSYAL	İÇE DÖNÜK	174	8,71	4,60	-1,348	,179
	DIŞA DÖNÜK	131	9,82	4,37		
OKUL	İÇE DÖNÜK	174	15,33	7,46	1,123	,345
	DIŞA DÖNÜK	131	13,25	6,88		

p < .05

Araştırmaya katılan ergenlerin kaçınan bağlanma puan ortalamalarının içe-dışa dönük olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (t=4,254; p=0.000<0,05). İçe dönük ergenlerin kaçınan bağlanma alt boyut puanları (x=20,61), dışa dönük ergenlerin kaçınan bağlanma alt boyut puanlarından (x=18,95) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puan ortalamalarının içe-dışa dönük olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (t=-3,708; p=0.000<0,05). Dışa dönük ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları (x=12,95), içe dönük ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından (x=10,91) yüksek bulunmuştur.

Anne eğitim düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Tablo 7

Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları

	Anne Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	Ss	F	P	Tukey
GÜVENLİ BAĞLANMA	İlköğretim Lise Üniversite	106	16,46	5,22	2,745	,006	1>3
		139	14,97	5,67			
		60	14,71	6,10			
KAÇINAN BAĞLANMA	İlköğretim Lise Üniversite	106	19,10	3,44	4,548	,011	3>1
		139	20,41	3,46			
		60	20,11	3,25			
KAYGILI BAĞLANMA	İlköğretim Lise Üniversite	106	50,32	7,66	1,030	,358	
		139	48,88	7,76			
		60	49,15	8,80			
FİZİKSEL	İlköğretim Lise Üniversite	106	18,89	5,66	7,143	,001	1>2
		139	16,06	6,17			
		60	16,75	5,59			
DUYGUSAL	İlköğretim Lise Üniversite	106	12,96	4,87	4,854	,008	1>3
		139	11,17	4,62			
		60	11,15	4,96			
SOSYAL	İlköğretim Lise Üniversite	106	10,18	5,11	6,094	,003	1>2
		139	8,21	3,75			
		60	8,78	4,52			
OKUL	İlköğretim Lise Üniversite	106	13,61	4,17	12,202	,000	1>3
		139	11,22	4,19			
		60	10,88	4,36			

$p < .05$

Araştırmaya katılan ergenlerin güvenli bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=2,745$; $p=0.006<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan annelerin çocuklarının güvenli bağlanma puanları ($16,46\pm5,22$), eğitim durumu üniversite olan annelerin çocuklarının güvenli bağlanma puanlarından ($14,71\pm6,10$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin kaçınan bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının annenin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=4,548$; $p=0.011<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu üniversite olan annelerin çocuklarının kaçınan bağlanma puanları ($20,11\pm3,25$), eğitim durumu ilköğretim olan annelerin çocuklarının puanlarından ($19,10\pm3,44$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=7,143$; $p=0.001<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan annelerin çocuklarının fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ($18,89\pm5,66$), eğitim durumu lise olan annelerin çocuklarının fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($16,06\pm6,17$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=4,854$; $p=0.008<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan annelerin çocuklarının duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($12,96\pm4,87$), eğitim durumu üniversite olan annelerin çocuklarının duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($11,15\pm4,96$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının annenin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=6,094$; $p=0.003<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan annelerin çocuklarının sosyal yaşam

kalitesi alt boyut puanları ($10,18 \pm 5,11$), eğitim durumu lise olan annelerin çocuklarının sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($8,21 \pm 3,75$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin okul yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının annenin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=12,202$; $p=0.000 < 0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan annelerin çocuklarının okul yaşam kalitesi alt boyut puanları ($13,61 \pm 4,17$), eğitim durumu üniversite olan annelerin çocuklarının puanlarından ($10,88 \pm 4,36$) yüksek bulunmuştur.

Baba eğitim düzeyi temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Tablo 8

**Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine
Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları**

	Baba Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	Ss	F	P	Tukey
GÜVENLİ BAĞLANMA	İlköğretim Lise Üniversite	107	17,02	5,55	11,839	,000	1>3 2>3
		107	15,69	5,47			
		91	13,27	5,28			
KAÇINAN BAĞLANMA	İlköğretim Lise Üniversite	107	18,78	3,49	9,053	,000	2>1 3>1
		107	20,42	3,02			
		91	20,58	3,59			
KAYGILI BAĞLANMA	İlköğretim Lise Üniversite	107	50,78	7,92	6,484	,002	1>3
		107	50,15	7,20			
		91	47,00	8,33			
FİZİKSEL	İlköğretim Lise Üniversite	107	17,69	5,60	7,644	,001	1>3
		107	18,35	6,09			
		91	15,20	5,95			
DUYGUSAL	İlköğretim Lise Üniversite	107	12,69	4,64	6,417	,002	1>3
		107	12,13	5,04			
		91	10,34	4,53			
SOSYAL	İlköğretim Lise Üniversite	107	10,79	5,17	18,149	,000	1>2 1>3
		107	8,81	4,06			
		91	7,15	3,13			
OKUL	İlköğretim Lise Üniversite	107	12,96	4,22	7,555	,001	3>1
		107	12,17	4,21			
		91	10,61	4,42			

p < .05

Araştırmaya katılan ergenlerin güvenli bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. (F=11,839; p=0.000<0.05). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının güvenli bağlanma puanları (17,02±5.55), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının puanlarından (13,27±5,28) yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu lise olan babaların çocuklarının güvenli bağlanma puanları (15,69±5,47), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının güvenli bağlanma puanlarından (13,27±5,28) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin kaçınan bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=9,053$; $p=0.000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu lise olan babaların çocuklarının kaçınan bağlanma puanları ($20,42\pm3,02$), eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının puanlarından ($18,78\pm3,49$) yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının kaçınan bağlanma puanları ($20,58\pm3,59$), eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının kaçınan bağlanma puanlarından ($18,78\pm3,49$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin kaygılı bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=6,484$; $p=0.002<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının kaygılı bağlanma puanları ($50,78\pm7,92$), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının puanlarından ($47,00\pm8,33$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=7,644$; $p=0.001<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ($17,69\pm5,60$), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının puanlarından ($15,20\pm5,95$) yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu lise olan babaların çocuklarının fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ($18,35\pm6,09$), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($15,20\pm5,95$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini

belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=6417$; $p=0.002<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($12,69\pm4,64$), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının puanlarından ($10,34\pm4,53$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=18,149$; $p=0.000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($10,79\pm5,17$), eğitim durumu lise olan babaların çocuklarının puanlarından ($8,81\pm4,06$) yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($10,79\pm5,17$), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($7,15\pm3,13$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin okul yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının babanın eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=7,555$; $p=0.001<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Eğitim durumu ilköğretim olan babaların çocuklarının okul yaşam kalitesi alt boyut puanları ($12,96\pm4,22$), eğitim durumu üniversite olan babaların çocuklarının puanlarından ($10,61\pm4,42$) yüksek bulunmuştur.

Akademik başarı algısı temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişkenler düzeyi bakımından farklılık var mıdır?

Tablo 9
Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Başarı Algısı
Değişkenine Göre F Testi ve Tukey Anlamlılık Testi Analiz Sonuçları

	Akademik Başarı	N	$\bar{x}$	Ss	F	P	Tukey
GÜVENLİ BAĞLANMA	Düşük	32	16,43	6,80	6,041	,003	2>3
	Orta	68	17,25	5,21			
	Yüksek	205	14,68	5,44			
KAÇINAN BAĞLANMA	Düşük	32	18,21	4,70	21,915	,000	3>1
	Orta	68	18,10	2,93			
	Yüksek	205	20,75	3,05			3>2
KAYGILI BAĞLANMA	Düşük	32	49,09	8,84	,240	,787	
	Orta	68	50,01	7,70			
	Yüksek	205	49,29	7,91			
FİZİKSEL	Düşük	32	20,31	7,78	5,539	,004	1>3
	Orta	68	17,47	5,93			
	Yüksek	205	16,60	5,58			
DUYGUSAL	Düşük	32	14,12	5,40	19,609	,000	2>3
	Orta	68	14,14	4,99			
	Yüksek	205	10,64	4,27			
SOSYAL	Düşük	32	10,78	6,09	6,519	,002	2>3
	Orta	68	10,05	4,84			
	Yüksek	205	8,39	3,93			
OKUL	Düşük	32	13,87	5,00	8,121	,000	1>3
	Orta	68	13,13	4,18			
	Yüksek	205	11,31	4,18			

p < .05

Araştırmaya katılan ergenlerin güvenli bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının akademik başarı algısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. (F=0,041; p=0.003<0.05). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Akademik başarı algısı orta olan ergenlerin güvenli bağlanma puanları (17,25±5,21), akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin güvenli bağlanma puanlarından (14,68±5,44) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin kaçınan bağlanma alt boyut puanları ortalamalarının akademik başarı algısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini

belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=21,915$; $p=0.000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin kaçınan bağlanma puanları ($20,75\pm3,05$), akademik başarı algısı düşük olan ergenlerin kaçınan bağlanma puanlarından ($18,21\pm4,70$) yüksek bulunmuştur. Akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin kaçınan bağlanma puanları ($20,75\pm3,05$), akademik başarı algısı orta olan ergenlerin kaçınan bağlanma puanlarından ($18,10\pm2,93$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının akademik başarı algısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=5,539$; $p=0.004<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Akademik başarı algısı düşük olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanları ($20,31\pm7,78$), akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($16,60\pm5,58$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının akademik başarı algısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=19,609$; $p=0.000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Akademik başarı algısı orta olan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($14,14\pm4,99$), akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($10,64\pm4,27$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının akademik başarı algısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=6,519$; $p=0.002<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Akademik başarı algısı orta olan ergenlerin sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanları ($10,05\pm4,84$), akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin sosyal yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($8,39\pm3,93$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin okul yaşam kalitesi alt boyut puanları ortalamalarının akademik başarı algısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($F=8,121$; $p=0.000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı posthoc analizi yapılmıştır. Akademik başarı algısı düşük olan ergenlerin okul yaşam kalitesi alt boyut puanları ($13,87\pm5,00$), akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin okul yaşam kalitesi alt boyut puanlarından ($11,31\pm4,18$) yüksek bulunmuştur.

3.4. Regresyon Analizi Bulguları

Bağlanma stilleri yaşam kalitesini yordamakta mıdır?

Fiziksel Yaşam Kalitesinin yordanmasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10

Fiziksel Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	t	P
Sabit	27,789	5,4819	-	10,499	0,000
Güvenli Bağlanma	0,550	0,100	0,121	1.001	0,000*
Kaçınan Bağlanma	-0,717	0,109	-0,412	-6,557	0,000*
Kaygılı Bağlanma	0,740	0,760	0,980	0,978	0,329

$F=21,522$, $p<.01$ $R=.420$, $R^2=.168$

Tablo 3.4.1’de görüldüğü gibi, bağlanma stilleri güvenli ve kaçınan bağlanma alt boyutlarının birlikte, yaşam kalitesinin fiziksel yaşam kalitesi alt boyutunu yordama gücü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=21,522$, $p<.01$). Güvenli Bağlanma ($\beta=.550$, $p<.01$) alt boyutu ergenlerin fiziksel yaşam kalitesini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde, Kaçınan Bağlanma ($\beta=-.717$, $p<.01$) alt boyutu ergenlerin fiziksel yaşam kalitesini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Duygusal Yaşam Kalitesinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11

Duygusal Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	t	P
Sabit	14,749	2,057	-	7,171	0,000
Güvenli Bağlanma	0,404	0,087	0,470	4,635	0,000*
Kaçınan Bağlanma	-0,268	0,085	-0,191	-3,153	0,002*
Kaygılı Bağlanma	-0,078	0,059	-0,128	-1,321	0,187

F=30.591, p<.01 R=,483, R2=,234

Tablo 3.4.2’de görüldüğü gibi, bağlanma stilleri güvenli ve kaçınan bağlanma alt boyutlarının birlikte, yaşam kalitesinin duygusal yaşam kalitesi alt boyutunu yordama gücü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=30,591, p<.01). Güvenli Bağlanma ($\beta=,404$, p<.01) alt boyutu pozitif yönde ve Kaçınan Bağlanma ($\beta=-,268$, p<.01) alt boyutu ergenlerin duygusal yaşam kalitesini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Sosyal Yaşam Kalitesinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12

Sosyal Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	t	P
Sabit	8,687	1,866	-	4,656	0,000
Güvenli Bağlanma	0,270	0,79	0,339	3,412	0,001*
Kaçınan Bağlanma	-0,307	0,077	-0,236	-3,975	0,000*
Kaygılı Bağlanma	0,046	0,054	0,081	0,856	0,393

F = 36,600, p<.01 R=,517, R2=,267

Tablo 3.4.3’te görüldüğü gibi, bağlanma stilleri güvenli ve kaçınan bağlanma alt boyutlarının birlikte, yaşam kalitesinin sosyal yaşam kalitesi alt boyutunu yordama gücü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=36,600, p<.01). Güvenli Bağlanma (β =,270, p<.01) alt boyutu pozitif yönde ve Kaçınan Bağlanma (β =-,307, p<.01) alt boyutu ergenlerin sosyal yaşam kalitesini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Okul Yaşam Kalitesinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 13’de verilmiştir.

Tablo 13

Okul Yaşam Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	t	P
Sabit	12,859	1,956	-	6,575	0,000
Güvenli Bağlanma	0,205	0,083	0,264	2,472	0,014
Kaçınan Bağlanma	-0,243	0,081	-0,192	-3,008	0,003*
Kaygılı Bağlanma	0,016	0,056	0,030	0,291	0,771

F = 17,740, p<.01 R=,388, R2=,150

Tablo 3.4.4’te görüldüğü gibi, bağlanma stillerinden kaçınan bağlanma alt boyutunun yaşam kalitesinin okul yaşam kalitesi alt boyutunu yordama gücü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=17,740, p<.01). Kaçınan Bağlanma (β =-,243, p<.01) alt boyutu ergenlerin okul yaşam kalitesini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

BÖLÜM 4: SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, güvenli bağlanma stili ile fiziksel, sosyal, duygusal ve okul yaşam kalitesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır. Kozalı (2017) yürüttüğü çalışmasında güvenli bağlanma ile yaşam kalitesinin tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Aynı araştırmada korkulu bağlanma stili ile yaşam kalitesinin tüm alt boyutları arasında, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri ile yaşam kalitesinin bazı alt boyutları arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bir diğer çalışmada da güvenli bağlanma stili ile yaşam kalitesi arasında pozitif yönlü bir ilişki ortaya konmuştur (Gümüş ve Güler, 2018). Öyle görünüyor ki güvenli bağlanma düzeyinin artışı ile yaşam kalitesi de artmaktadır. Bulguya ilişkin destekleyici bir sonuç da Tokaç'ın (2016) yürüttüğü çalışmasından gelmektedir. Araştırmasında güvenli bağlanma ile duygusal aktiviteler, okul sorunları arasında negatif yönde, fiziksel, duygulanım ve başkalarıyla ilgili sorunlar arasında ise pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Benzer olarak Ermiş (2019) yürüttüğü çalışmasında güvenli bağlanma ile aile yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bulgunun literatürle tutarlı olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgulardan yola çıkarak güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin yaşam doyumlarının daha yüksek ve yaşam kalitelerini daha olumlu değerlendiren bireyler oldukları söylenebilir.

Ergenlerde kaçınan bağlanma ile fiziksel, duygusal, sosyal ve okul yaşam kalitesi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülürken; kaygılı bağlanma ile duygusal, sosyal ve okul yaşam kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Tokaç (2016) da çalışmasında korkulu bağlanma ile fiziksel, sosyal işlevsellik ve duygularım sorunları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öte yandan, kayıtsız bağlanma ile fiziksel ve duygusal işlevsellik, duygulanım ve okul ile ilgili sorunlar arasında negatif bir ilişki, sağlık aktiviteleri ve sosyal işlevsellik arasında ise pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri ile yaşam doyumunu ele alan çalışmalar da bulguyla uyumlu görünmektedir. Ermiş (2019) araştırmasında kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri ile aile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Demirel (2018) yürüttüğü çalışmasında kaygılı ve kaçınan bağlanma ile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu bulgulamıştır. Araştırma bulguları ile kaçınan bağlanma stili ilgili literatürün uyumlu olduğu söylenebilir. Diğer yandan kaygılı bağlanma arttıkça yaşam kalitesinin de artması beklentiyle uyumlu değildir. Kaygının belirli bir düzeyi başarı için olumlu sonuçlar doğurabildiği için okul yaşamı

kalitesi ile olumlu ilişkili olabilir. Ayrıca arkadaşlarını kaybetme kaygısı onlarla ilişkilerini güçlü tutmaya teşvik ederek sosyal yaşam ve duygusal yaşam kalitesinde ki artışı açıklayabilir.

Araştırmaya katılan ergenlerin güvenli bağlanma ve kaygılı bağlanma stillerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerde güvenli bağlanma ve kaygılı bağlanma ortalama puanlarının kızlardan daha fazla olduğu bulunmuştur. Kaçınan bağlanma stilinde ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Onur'un (2006) yaptığı araştırmada liseli ergenlerin güvenli bağlanma stiline cinsiyete göre erkeklerin lehine, kaygılı bağlanma stiline ise kızların lehine farklılaştığı görülmüştür. İlik'in (2019) ergenler ile yaptığı çalışmada erkeklerin güvenli ve saplantılı bağlanma düzeyi kadınlardan yüksek çıkmıştır. Kayıtsız bağlanmada ise cinsiyete göre farklılaşma olmamıştır. Benzer olarak Karakuş (2012) da yaptığı araştırmada erkek ergenlerin güvenli bağlanma düzeyini kız ergenlerin güvenli bağlanma düzeyinden yüksek bulmuştur. Diğer bağlanma stillerinde ise cinsiyete göre farklılaşma olmadığı sonucuna varmıştır. Damarlı (2006) yürüttüğü çalışmada güvenli bağlanma düzeyinin erkeklerde kızlara göre daha yüksek olduğu, saplantılı, kayıtsız ve korkusuz bağlanma stillerinde cinsiyete göre farklılaşma olmadığı sonucuna varmıştır. Güvenli bağlanma stilleri bakımından erkeklerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğunu gösteren başka araştırmalar da vardır (Çetinkaya, 2005; Kozalı, 2017). Ayberk (2011) yürüttüğü çalışmada kayıtsız bağlanma stiline kız öğrencilerin lehine farklılaştığı sonucuna varmıştır. Araştırmanın bulguları ve literatürden yola çıkarak güvenli bağlanma stili düzeyinin erkeklerde kızlara göre yüksek olduğu, diğer bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşmasında ise literatürün çeşitlilik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kalitesinin cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Erkeklerin duygusal yaşam kalitesi, kızların duygusal yaşam kalitesinden yüksektir. Fiziksel, sosyal ve okul yaşam kalitelerinin ise cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Gümüş ve Güler (2018) yaptıkları araştırmada yaşam kalitesinin sosyal fonksiyon alt boyutunun kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Tokaç (2016) yürüttüğü çalışmada cinsiyete göre yaşam kalitesinin fiziksel ve sosyal sorun alanlarında farklılaşma görülmezken duygusal ve okul sorunları alanlarında erkeklerin daha yüksek düzeyde sorunlar yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır. Altıparmak (2010) yürüttüğü çalışmada cinsiyete göre toplam yaşam kalitesinde farklılaşma olmadığı, yaşam kalitesinin alt alanlarından bedensel ve aile puanlarında ise

erkeklerin lehine farklılaşma olduğu sonucuna varmıştır. Tümer (2018) çocuklar ile yürüttüğü çalışmada cinsiyet ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulmamıştır. Sonuç olarak yaşam kalitesinin alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı üzerine genel bir kanı oluşmadığı, literatürün çeşitlilik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan ergenlerin bağlanma stilleri yaş değişkenine göre incelendiğinde bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. İlik (2019) ergenlerle yaptığı çalışmada bağlanma stillerinin korkulu, saplantılı ve kayıtsız alt boyutlarında 17 yaşında olan öğrencilerin bağlanma düzeylerini 19 yaş ve üzeri olan öğrencilerden düşük bulmuştur. Yazıcıoğlu (2011) yürüttüğü çalışmada bağlanma stillerinde yaşa göre farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Karakum'un (2020) yaptığı araştırmada bağlanma stillerinde yaşa göre farklılaşma olmamıştır. Benzer şekilde Aktağ (2020) ergenlerle yürüttüğü çalışmada bağlanma düzeylerinin sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşmadığını bulgulamıştır. Elde edilen sonuç alanyazınla uyumlu olup, farklılaşma olmamasında yaş gruplarının birbirine çok yakın olması, bu dönemde katılımcıların hepsinin ergenliğin ilk döneminde olması ve benzer sosyo-ekonomik düzeyden gelmelerinin etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin yaşam kaliteleri yaş değişkenine göre yaşam kalitesinin fiziksel, duygusal, sosyal ve okul boyutlarında anlamlı bir farklılaşma göstermemiştir. Tümer (2018) çocuklar ile yürüttüğü çalışmada yaş ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulmamıştır. Kozalı (2017) yürüttüğü çalışmada yaşı psikolojik, sosyal ve çevresel yaşam kalitesini yordadığı, ayrıca yaş arttıkça yaşam kalitesinin de arttığı sonucuna ulaşmıştır. Tokaç'ın (2016) yaptığı araştırmada 13-14 yaşındaki öğrencilerin diğer yaş gruplarına göre yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarında daha yüksek düzeyde sorun yaşadıkları sonucu çıkmıştır. Altıparmak (2010) yaptığı araştırmada 14 yaş ve altı ergenlerin yaşam kalitesi ve bedensel yaşam kalitesi hariç yaşam kalitesinin tüm alt alanlarında aldıkları puanların, 14 yaş ve üzeri ergenlerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Yaş ile yaşam kalitesinin ele alındığı çalışmalara bakıldığında çalışma grubunu yaş aralığı ve sosyo-demografik özelliklerine göre bulguların çeşitlilik gösterdiği görülmüştür. Bu araştırmada ise yaş aralığının dar olmasından ötürü yaşa göre yaşam kalitesinde farklılaşma olmaması beklendik bir sonuçtur.

Araştırmaya katılan ergenlerin bağlanma stilleri ile aile gelir düzeyi değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli, kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinin aile gelir düzeyine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Yazıcıoğlu'nun (2011) yaptığı araştırmada sosyo-ekonomik düzeye göre bağlanma stili puanlarında farklılaşma olmamıştır. Keler (2008) yürüttüğü çalışmasında liseli ergenlerin bağlanma stillerinin gelir seviyesine göre farklılaşmadığı sonucuna varmıştır. Benzer bir bulgu olarak Dede (2015) bağlanma stilleri ile ergenin ailesinin aylık gelir düzeyi arasında bir ilişki tespit etmemiştir. Bağlanmanın yaşamın ilk yıllarında özellikle anne-bebek ilişkisi çerçevesinde temellerinin atıldığı göz önünde bulundurulduğunda gelir düzeyinden etkilenmemesi beklendik bir bulgudur.

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel yaşam kalitelerinin aile gelir düzeyine göre farklılaştığı görülmüştür. Aile gelir düzeyi 0-4000 TL arası olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi, aile gelir düzeyi 8.001 TL ve üstü olan ergenlerden daha yüksektir. Duygusal, sosyal ve okul yaşam kaliteleri ile aile gelir düzeyi arasında ise anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Tokaç (2016) yürüttüğü çalışmasında aile gelir düzeyi 2.000-3.500 TL arası olan öğrencilerin aile gelir düzeyi 2.000 TL den az olanlara göre fiziksel yaşam kalitesinin daha fazla olduğu, duygusal ve okul yaşam kalitesinin ise daha düşük olduğu sonucuna varmıştır. Ayrıca duygusal ve sosyal işlevsellikte aile gelir düzeyi 3.500 TL üzeri olanlar aile gelir düzeyi 2.000 TL den az olanlara göre daha fazla sorun yaşamakta, aile gelir düzeyi 3.500 TL den fazla olan öğrencilerin ise aile gelir düzeyi 2.000-3.500 TL arası olanlara göre yaşam kalitesinin tüm alanlarında daha fazla sorun yaşadığı bulgularına ulaşmıştır. Altıparmak (2010) yürüttüğü çalışmasında ergenlerde algılanan gelir düzeyi ile yaşam kalitesi ölçeğinin tüm alanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Gündede'nin (2018) Serebral Parsili çocukların ebeveynleri ile yürüttüğü çalışmasında ekonomik algı düzeyine göre yaşam kalitesinde farklılaşma olmamıştır. Bu durumun çalışılan örneklem grubunun farklı özelliklerinden etkilenmeyle ilişkili olduğu söylenebilir. Öte yandan düşük gelirli ailelerin çocukları daha fazla güçlüklerle karşılaştığı için kendilerini fiziksel olarak daha güçlü algılıyor olabilirler.

Araştırmaya katılan ergenlerin bağlanma stillerinin içe-dışa dönük olma değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında kaçınan bağlanma stili ile anlamlı ilişki bulunmuştur. İçe dönük ergenlerin kaçınan bağlanma stilleri puan ortalamaları, dışa dönük ergenlerin puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Kendini içe dönük olarak

değerlendiren ergenlerin dışa dönük ergenlere göre daha çok kaçınan bağlanma geliştirdiğini söylenebilir. Güvenli ve kaygılı bağlanma stillerinde ise içe-dışa dönüklük değişkenine göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Literatüre bakıldığında bu araştırmanın bulgularından farklı olarak güvenli bağlanmanın dışa dönük bireylerin lehine farklılaştığı görülmüştür. Saymaz (2003) yaptığı çalışmada güvenli bağlanma stili ile dışadönüklük arasında olumlu yönde, korkulu bağlanma stili ve kayıtsız bağlanma stili ile dışadönüklük arasında ise olumsuz yönde ilişki bulmuştur. Ülken (2016) yaptığı çalışmada içe-dışa dönük olma değişkeni ile ilişkili olarak psikolojik yardım alma tutumlarının güvenli bağlanma stiline sahip bireylerde diğer bağlanma stillerine sahip bireylere göre daha yüksek düzeyde olduğu; daha dışa dönük, daha uyumlu ve daha az kaygılı bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Deniz'in (2011) yürüttüğü benzer bir çalışmada güvenli bağlanma ile dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk arasında pozitif; saplantılı bağlanma ile sorumluluk arasında negatif yönde anlamlı ilişki çıkmıştır. Shaver ve Brennan (1992) yürüttüğü çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanana göre daha dışadönük oldukları bulgusuna ulaşmıştır. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin daha içe dönük bireyler olmaları beklenen bir bulgudur ve literatür ile uyumludur. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler sosyal ilişkilerden ve iletişim kurmaktan uzak duran bireylerdir ve içe dönük olmaları olağandır.

Araştırmaya katılan ergenlerin duygusal yaşam kaliteleri içe-dışa dönük olma değişkenine göre farklılaşmaktadır. Dışa dönük ergenlerin duygusal yaşam kalitesi, içe dönük ergenlerin duygusal yaşam kalitesinden daha yüksektir. Fiziksel, sosyal ve okul yaşam kaliteleri ile içe-dışa dönüklük değişkeni arasında ise anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Dışa dönük ergenlerin duygusal yaşam kalitesinin içe dönük ergenlere göre daha yüksek olması beklendiği bir bulgudur ve literatür ile uyumludur. Tepeli Temiz (2017) yaptığı çalışmada birden fazla yakın arkadaşı olan öğrencilerin yaşam doyumlarının yakın arkadaşı olmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Yalnızlık ile yaşam doyumunu ele alan çalışmada Tuzgöl Dost (2007) üniversite öğrencilerinde yalnızlık arttıkça yaşam doyumunun azaldığını bulmuştur. Bastiaansen, Koot ve Ferdinand (2005), ergenler ile yürüttükleri çalışmalarında sosyalliğin zayıf olması ve olumsuz aile ilişkilerinin yaşam kalitesinde önemli ölçüde düşüşe neden olduğu sonucuna varmışlardır.

Araştırmaya katılan ergenlerin bağlanma stilleri güvenli ve kaçınan bağlanma stillerinde anne eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır. Anne eğitim durumu ilkokul olan ergenlerin güvenli bağlanma düzeyi, anne eğitim durumu üniversite olan ergenlerden yüksek bulunmuştur. Anne eğitim durumu üniversite olan ergenlerin ise kaçınan bağlanma düzeyi, anne eğitim durumu ilkokul olan ergenlerden yüksek bulunmuştur. Kaygılı bağlanma stilinde anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Onur'un (2006) yaptığı araştırmada liseli ergenlerin bağlanma stilleri anne eğitim düzeyine göre bazı alt boyutlarda farklılaşmaktadır. Ermiş (2019) yürüttüğü çalışmasında güvenli ve kaçınan bağlanmanın anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna varmıştır. Kaygılı-kararsız bağlanma stili puanlarının ise anne eğitim düzeyi ilkokul ve lise olan öğrencilerde anne eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilere göre yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yazıcıoğlu'nun (2011) yaptığı araştırmada anne eğitim düzeyine göre bağlanma stili puanlarında farklılaşma olmamıştır. Tokaç (2016) yürüttüğü çalışmasında anne eğitim durumuna göre bağlanma stillerinin farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Anne eğitim durumu ortaokul olan öğrencilerde bağlanma stillerinin tüm alt boyutlarından elde edilen puan, anne eğitim durumu lise olan öğrencilerden yüksek çıkmıştır. Küçük (2016) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna varmıştır. Sonuç olarak bağlanma stillerinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşmasına dair literatürde ki araştırma bulguları çeşitlilik göstermektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin yaşam kalitesinin tüm boyutlarında anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Anne eğitim durumu ilköğretim olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi ve sosyal yaşam kalitesi anne eğitim durumu lise olan ergenlerden daha yüksektir. Anne eğitim durumu ilköğretim olan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi ve okul yaşam kalitesi anne eğitim durumu üniversite olan ergenlerden daha yüksektir. Tokaç (2016) yürüttüğü çalışmasında anne eğitim durumu ilkokul olan öğrencilerin fiziksel ve okul yaşam kalitesini anne eğitim durumu ortaokul olan öğrencilerden yüksek, duygusal yaşam kalitesini ise anne eğitim durumu ortaokul olan öğrencilerde daha yüksek bulmuştur. Yine bu çalışmada anne eğitim durumu ilkokul olan öğrencilerin fiziksel ve duygusal yaşam kalitesi anne eğitim durumu lise olan öğrencilerden yüksek, anne eğitim durumu ortaokul olan öğrencilerin duygusal ve okul yaşam kalitesi anne eğitim durumu lise olan öğrencilerden yüksek çıkmıştır. Araştırma bulguları ve literatür göz önüne alındığında anne eğitim düzeyinin artmasının yaşam

kalitesinde düşüşe neden olduğu söylenebilir. Bu durumun annelerde eğitim düzeyi yükseldikçe çalışma oranının artmasıyla annelerin çocuklarına yeterli zamanı ayıramamalarından kaynaklanabileceği düşünülmüştür.

Araştırmaya katılan ergenlerin bağlanma stillerinin üç alt boyutu da baba eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır. Baba eğitim durumu ilköğretim ve lise olan ergenlerin güvenli bağlanma düzeyi baba eğitim durumu üniversite olan ergenlerden yüksek bulunmuştur. Baba eğitim durumu lise ve üniversite olan ergenlerin kaçınan bağlanma düzeyi baba eğitim durumu ilköğretim olan ergenlerden yüksektir. Kaygılı bağlanma alt boyutunda ise baba eğitim durumu ilköğretim olan ergenlerin kaygılı bağlanma düzeyi baba eğitim durumu üniversite olan ergenlerden yüksek çıkmıştır. Onur'un (2006) yaptığı araştırmada liseli ergenlerin bağlanma stilleri baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermemektedir. Ermiş (2019) yaptığı araştırmada bağlanma stillerinin baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yazıcıoğlu'nun (2011) yaptığı araştırmada baba eğitim düzeyine göre bağlanma stili puanlarında farklılaşma olmamıştır. Tokaç'ın (2016) yaptığı araştırmada bağlanma stillerinin tüm alt boyutlarında baba eğitim düzeyi ortaokul olan öğrencilerin baba eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilere göre bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu sonucu çıkmıştır. Ayrıca güvenli ve korkulu bağlanma düzeylerinin baba eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerde baba eğitim düzeyi lise olanlara göre yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Küçük (2016) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin güvenli, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri ile baba eğitim düzeyi arasında ilişki bulmamış, korkulu bağlanma stili ile baba eğitim düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulmuştur. Baba eğitim düzeyi ile bağlanma stillerini ele alan çalışma bulguları oldukça çeşitlilik göstermektedir. Bağlanma stillerinin baba eğitim durumundan etkilenmesinin araştırmaya örnekleme ve katılımcıların diğer özelliklerine göre çeşitlilik gösterdiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarında baba eğitim durumuna göre farklılaşma olduğu görülmüştür. Baba eğitim durumu ilköğretim ve lise olan ergenlerin fiziksel yaşam kalitesi baba eğitim durumu üniversite olan ergenlerden yüksektir. Duygusal yaşam kalitesinde baba eğitim düzeyi ilköğretim olan ergenlerin duygusal yaşam kalitesi baba eğitim düzeyi üniversite olan ergenlerden daha yüksektir. Sosyal yaşam kalitesine bakıldığında baba eğitim durumu ilköğretim olan ergenlerin sosyal yaşam kalitesi, baba eğitim durumu lise ve üniversite olan ergenlerden daha

yüksektir. Okul yaşam kalitesinde ise baba eğitim durumu ilköğretim olan ergenlerin okul yaşam kalitesi, baba eğitim durumu üniversite olan ergenlerden yüksek bulunmuştur. Tokaç (2016) yürüttüğü çalışmasında baba eğitim durumu lise olan öğrencilerin fiziksel ve sosyal yaşam kalitesini baba eğitim durumu ortaokul olan öğrencilerden yüksek, duygusal yaşam kalitesinde ise baba eğitim durumu ortaokul olan öğrencilerin yaşam kalitesini yüksek bulmuştur. Yine aynı çalışmada baba eğitim durumu üniversite olan öğrencilerde yaşam kalitesinin alt boyut puanları, baba eğitim durumu lise ve ortaokul olan öğrencilerden düşük çıkmıştır. Araştırmanın bulguları ve literatür bulgularından yola çıkarak baba eğitim düzeyi düşük olan ergenlerde yaşam kalitesinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Çalışılan örneklem grubunun sosyo-demografik özelliklerine bağlı olarak baba eğitim düzeyi ile yaşam kalitesini ele alan çalışma bulgularının da çeşitlilik göstereceği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri akademik başarı algısına göre farklılaşmaktadır. Akademik başarı algısı orta olan ergenlerin güvenli bağlanma düzeyi akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerden fazladır. Akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerin kaçınan bağlanma düzeyi akademik başarı algısı orta ve düşük olan ergenlerden fazladır. Literatüre bakıldığında farklı araştırma bulgularına rastlanmıştır. Ermiş (2019) yürüttüğü çalışmasında akademik başarı algısı arttıkça güvenli bağlanma düzeyinin arttığı, kaygılı-kararsız bağlanma düzeyinin ise azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca kaçınan bağlanma stili akademik başarı algısına göre farklılaşmadığı da araştırmanın bulgularındandır. Akademik başarı algısının güvenli bağlanma stili lehine farklılaşması beklenirken bulguların bu yönde olmamasının pandemi döneminin öğrencilerin akademik algısında değişikliklere yol açmasından kaynaklanabileceği düşünülmüştür.

Araştırmaya katılan ergenlerde akademik başarı algısı düşük olan ergenlerin fiziksel ve okul yaşam kalitesinin akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerden fazla olduğu görülmüştür. Akademik başarı algısı orta olan ergenlerin duygusal ve sosyal yaşam kalitesi, akademik başarı algısı yüksek olan ergenlerden fazladır. Literatürde elde edilen bulgulardan farklı araştırma sonuçları mevcuttur. Altıparmak (2010) ergenlerle yürüttüğü çalışmasında okula tutum, algılanan öğretmen tutumu, aile okul ilişkisi ile yaşam kalitesi arasında pozitif yönlü ilişki bulmuştur. Ayrıca okul başarısı iyi ve orta olanların yaşam kalitesi okul alan puanları, okul başarısı kötü olanlardan daha iyi çıkmıştır. Altıparmak'ın

alışmasında genel olarak pozitif okul yaşantısının yaşam kalitesini artırıcı etkisi olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Güvenli bağlanma ergenlerin fiziksel, duygusal ve sosyal yaşam kalitesinin pozitif yönde yordayıcısıdır. Kaçınan bağlanma da ergenlerin fiziksel, duygusal, sosyal ve okul yaşam kalitesini negatif yönde yordamaktadır. Güvenli bağlanmanın yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkisi ve kaçınan bağlanmanın yaşam kalitesi üzerindeki olumsuz etkisi beklendik bir bulgudur. Kozalı (2017) yaptığı çalışmada güvenli bağlanmanın sosyal yaşam kalitesini yordadığı sonucuna varmıştır. Belizaire ve Fuertes (2011) yürüttükleri çalışmada kaygılı bağlanmanın sosyal yaşam kalitesi üzerinde güçlü bir yordayıcı olduğu, kaygılı bağlanma stili puanı arttıkça sosyal yaşam kalitesi düzeyinin düştüğü sonucuna varmışlardır. Literatürde bağlanma stilleri ile yaşam kalitesini ele alan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu sebeple bağlanma stilleri ile yaşam doyumunu ele alan literatür bulguları da incelenmiştir. Tepeli Temiz (2017) yürüttüğü çalışmasında kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu sonucuna varmıştır. Bağlanma stillerinin yaşam doyumunu yordadığının aksine yordamadığını bulgulayan araştırma sonuçları da mevcuttur. Demirel'in (2018) bağlanma stilleri ve yaşam doyumunu ele alan çalışmasında kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri yaşam doyumunun yordayıcısı olmamıştır. Aşkar (2018) bağlanma stillerinin yaşam doyumuna etkisini incelediği çalışmasında bağlanma stillerinin yaşam doyumunu yordamadığı sonucuna varmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara bakılarak araştırmacılara ve eğitimcilere birtakım öneriler sunulmuştur. Bu öneriler aşağıdaki gibi sıralanabilir:

1. Bu alışma ile normal gelişim gösteren bireylerde bağlanma stilleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkileri ele alarak literatürde bu konudaki boşluğun doldurulmasına katkıda bulunmak amaçlanmıştır. Bağlanma stilleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkilerin ele alındığı çalışmaların farklı yaş grupları ve farklı sosyo-demografik özelliklere sahip örneklemeler ile de çalışılarak bu konuda literatürün geliştirilmesi önerilebilir.
2. Çalışmanın yürütüldüğü zaman pandemi dönemine denk gelmiştir. Bu dönemde eğitim-öğretim uzaktan eğitim ile yürütülmüş olup öğrenciler okul ortamından uzak, vakitlerinin çoğunu evde geçirmişlerdir. Bu durumun araştırma bulgularını etkilediği düşünölmüş olup, benzer çalışmaların pandemiden sonra tekrarlanması önerilebilir.

3. Bağlanma stillerinin oluşumunda yaşamın ilk yıllarında kurulan ilişkiler kritik öneme sahiptir. Bağlanma stilleri bireylerin yaşam kaliteleri üzerinde güçlü bir yordayıcıdır. Elde edilen sonuçlardan yola çıkarak bebeğe bakım sağlayan kişiler olan anne-babalara bebek ile kurulan ilk ilişkilerin önemi üzerine bilinçlendirme çalışmalarının yapılmasının faydalı olacağı düşünölmektedir.

4. Araştırma bulgularında bağlanma stilleri ve yaşam kalitesi ile ilgili yapılan tespitlerden yola çıkarak eğitimcilere, okullarda öğrencilerin yaşam kalitesini artırıcı farkındalık eğitimleri ve sağlıklı bir sosyalleşme süreci geçirmelerini destekleyici sosyal aktivitelere yönlendirilmeleri önerilebilir.



KAYNAKÇA

- Ainsworth, M., Salter, D. ve Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach To Personality Development. *American Psychologist*, 46 (4), 333-341.
- Ainsworth, M. (1967). *Infancy in Uganda: Infant Care and the Growth of Love*. Baltimore: Johns Hopkins Press.
- Ainsworth, M. (1985). Attachments Across the Life Span. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61(9), 792-812.
- Ainsworth, M., ve Salter, D. (1969). Object Relations, Dependency, and Attachment: A Theoretical Review of the Infant-Mother Relationship. *Child Development*, 40(4), 969-1025.
- Ainsworth, M., ve Salter, D. (1979). Attachment As Related To Mother-Infant Interaction. *In Advances in the Study of Behavior*, Vol. 9, 1-51.
- Aksalıoğlu, A. G., ve Yılmaz, B. (2007). Öğrencilerin Televizyon İzlemeleri ve Bilgisayar Kullanmalarının Okuma Alışkanlıkları Üzerine Etkisi. *Türk Kütüphaneciliği*, 21(1), 3-28.
- Aktağ, E. (2020). *Ergenlerin Ebeveyne Bağlanma Stilleri ile Sosyal Görünüş Kaygısı Sosyal Algılanma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aldinç, H., Aytar, B., Demeti, M.E., Seçen, E.A., şahin A., ve Yılmaz, H. (2004). Ankara İlinden Seçilen Birinci Basamak Sağlık Kuruluşlarına Bařvuran 18 Yaş ve Üzeri Kişilerin Medikososyal Özelliklerine Göre Yaşam Kalitelerinin Karşılaştırılması. *Gazi Üniversitesi Tıp Fakóltesi Halk Sağlığı AD*, s.37.
- Allen, J. P., ve D. Land (1999). *Attachment in Adolescence. Handbook of Attachment Theory Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press.
- Altıparmak, S. (2010). *Bornova İlköğretim İkinci Kademe Devlet Okullarında Eğitim Gören Ergenlerde Yaşam Kalitesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Arslandaş, D., S. Metintaş, A. Ünsal ve C. Kalyoncu. (2006). Eskişehir Mahmudiye İlçesi Yaşlılarında Yaşam Kalitesi. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 28(2), 81-89.
- Aslan, N. Ve B. Arslan Cansever. (2012). Ergenlerin Boş Zaman Değerlendirme Algısı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 42, 23-35.
- Aşkar, S. H. (2018). *X ve Y Kuşağı Bireylerinde Bağlanma Stillerinin Yaşam Doyumuna ve Kişilerarası İlişkilere Etkilerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Avacı, K., ve Pala, K. (2004). Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesinde Çalışan Araştırma Görevlisi ve Uzman Doktorların Yaşam Araştırması. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30 (2), 81-85.
- Ayberk, A. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Sosyal Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla: Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydiner Boylu, A., ve Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam Kalitesi ve Göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (AKAD)*, 8(15), 137-150.
- Bakar, N. (2012). *Yaşlı Bireylerde Depresyon, Yaşam Kalitesi ve Etkileyen Faktörler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erzincan: Erzincan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles Among Young Adults: A Test Of a Four-category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 220-228.
- Bastiaansen, D., Koot, H. M., ve Ferdinand, R. F. (2005). Determinants Of Quality Of Life In Children With Psychiatric Disorders. *Quality Of Life Research*, 14, 1599-1612.
- Bekiroğlu, C. B. (1996). *Attachment Style, Family Environment Depression and Anxiety*. Doctoral Dissertation, Institute of Social Sciences, Bogazici University.
- Belizaire, L. S., ve Fuertes, J. N. (2011). Attachment, Coping, Acculturative Stress, and Quality Of Life Among Haitian Immigrants. *Journal of Counseling & Development*, 89(1), 89-97.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma*. T. V. Soylu (çev.), İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2014). *Güvenli Bir Dayanak*. S. Güneri (çev.), İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.
- Bretherton, I., ve K. A., Munholland. (1999). *Internal Working Models in Attachment Relationships: A Construct Revised*. In J. Cassidy, and P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (pp. 89-111). New York: The Guilford Press.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Geliştirilmiş 11. baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Çetin, A., ve Alkan Ersoy, Ö. (2017). 12-14 Yaş Arası Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyi ile Ebeveynlerine Bağlanma Güvenliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 149-440.
- Çetinkaya, B. (2005). *Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışları İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Roller, Bağlanma Stilleri ve Benlik Kavramı Arasındaki İlişkiler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dede, F. (2015). *Lise Öğrencilerinin Çatışma Çözme Yaklaşımlarının Bağlanma Stilleri ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demir, R. ve Murat, M. (2017). Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 347-378.
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilllerinin Mutluluk, Yaşam Doyumu ve Depresyon ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Deniz, M. (2011). Karar Verme Stilleri ve Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 97-113.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde Psikososyal Gelişim. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Adölesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21.
- Dost, M. T. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- Durmuş, Ü. (2017). Genel Psikolojik Sağlık ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Evlilik Uyumunun Aracı Rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 159-175.
- Düzgün, Ş. (2002). *İnsanda Gelişim ve Öğrenme*. Erzurum: Eser Ofset.
- Eken, A. (2010). *Ergenlerin Anne-Babaya Bağlanma Biçimleri İle Öznel İyi Oluş Durumların Sosyal Yetkinlik Beklentileriyle İlişkileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ercan Şahin, N. ve Emiroğlu, O. (2014). Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Yaşam Kalitesi ve Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-66.
- Ermiş, B. S. (2019). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri, Aile Yaşam Doyumları ve Duygusal Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış

Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Erzen, E. (2016). Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 01-21.
- Fraley, R. C., ve Spieker, S. J. (2003). Are Infant Attachment Patterns Continuously or Categorically Distributed? A Taxometric Analysis of Strange Situation Behavior. *Developmental Psychology*, 39(3), 387–404.
- Frazier, L. D. (2020). The Past, Present, and Future of the Biopsychosocial Model: A Review of The Biopsychosocial Model of Health and Disease: New Philosophical and Scientific Developments by Derek Bolton and Grant Gillett. *New Ideas in Psychology*, 57, 100755.
- Freeman, H., ve Brown, B. B. (2001). Primary Attachment to Parents and Peers During Adolescence: Differences by Attachment Style. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 653-674.
- Gençoğlu, Ç. H. (2019). *Bireylerin Bağlanma Stillerinin Kullanılan Savunma Mekanizmaları ve Sosyodemografik Değişkenler ile İlişkilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gerson, E. (1976). On "Quality of Life". *American Sociological Review*, 41(5), 793-806. doi:10.2307/2094727
- Gliedt, J. A., Schneider, M. J., Evans, M. W., King, J. ve Eubanks, J. E. (2017). The Biopsychosocial Model and Chiropractic: A Commentary With Recommendations For the Chiropractic Profession. *Chiropractic & Manual Therapies*, 25(16). doi: 10.1186/s12998-017-0147-x
- Gümüş, Z., ve Güler, K. (2018). Yetişkin Bireylerdeki Bağlanma Stillerinin Demografik Özellikleri ve Yaşam Kaliteleriyle Olan İlişkinin İncelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 78 (6), 505-521.
- Gündede, E. (2018). *Serebral Parsili Çocukların Fonksiyonelliği ile Ebeveynlerinin Bakım Yükü, Aktivite Düzeyi, Yaşam Kalitesi ve Psikolojik Durumu Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Güneş, A. (2014). *Güvenli Bağlanma*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Hamarta, E. (2004). Attachment Theory. *Anadolu University Journal of Faculty of Education*, 14(1), 53-66.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerdeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Havighurst, R. J. (1963). Successful Aging. *Process of Aging: Social and Psychological Perspectives*, 1, 299-320.
- Hollar, D. (2003). A Holistic Theoretical Model for Examining Welfare Reform: Quality of Life. *Public Administration Review*, 63(1), 90-104.
- Işık, A. ve Meriç, M. (2010). Hayatın Kalitesi (Quality of Life) Kavramının Felsefik Temelleri; Aristo, Bentham ve Nordenfelt. *Ege Akademik Bakış*, 10(1), 421-434.
- İlaslan, Ö. (2009). *Çocukların Bağlanma Davranışlarının Özlük Niteliklerine ve Anne Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- İlik, D. A. (2019). *Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Aile Aidiyetinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kabasakal, Z. ve Uz Baş, A. (2013). Öğretmen Adaylarında Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Problem Çözme Becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 27-35.
- Kaiser, W., Priebe, S., Barr, W., Hoffman, K., Iserman, M., Röder-Wanner, U. U. ve Huxley, P. (1997). Profiles of Subjective Quality of Life in Schizophrenic in and Out Patient Samples. *Psychiatry Research*, 66, 153-166.
- Kaplan, B., ve Aksel, E. Ş. (2013). Ergenlerde Bağlanma ve Saldırganlık Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1(1), 20-49.
- Karaçay Çakmak, H. (2008). Sen'in Yetenek Yaklaşımı Ana akım İktisada Alternatif Bir Paradigma Sunmakta mıdır?. *Ekonomik Yaklaşım*, 19(68), 1-15.
- Karadağ, G. (2009). Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Yaşadıkları Güçlükler ile Aileden Algıladıkları Sosyal Destek ve Umutsuzluk Düzeyleri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(4), 315-322.
- Karakum, M. M. (2020). *Yetişkinlerde Bağlanma Stillerinin Öznel İyi Oluş, Yaşam Doyumu ve Bilişsel Çarpıtmalar Üzerinde Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karakuş, Ö. (2012). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Arasındaki İlişki. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 23(2), 33-46.
- Karasar, N. (2006). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kayhan, B. (2019). *Lise 9. Ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri, Akran İlişkileri ve Öznel İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi (Mersin İli Örneği)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kayıhan, H. (2007). "Yaşam Kalitesi", *1. Ulusal Yaşlılık Konseyi Kongresi*, Yaşlılık Konseyi Derneği, İstanbul, 1-3 Ekim 2007.

- Keler, H. (2008). *Liseli Ergenlerin Transaksiyonel Analiz Ego Durumları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Koçoğlu, D., ve Akın, B. (2009). Sosyoekonomik Eşitsizliklerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2(4), 145-154.
- Kozalı, E. (2017). *Depresyonda Yaşam Kalitesi: Yetişkin Bağlanma Stilleri, Duygulanım Düzenleme Stratejileri ve Öz Duyarlılığın Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Katip Çelebi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Küçük, H. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri ve Kaygı Düzeylerinin Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lehman, A. F. (1983). Kronik Akıl Hastalarında Psikiyatrik Belirtilerin Yaşam Kalitesi Değerlendirmelerine Etkisi. *Değerlendirme ve Program Planlama*, 6 (2), 143-151.
- McInerney, V. (2015). *Using Quality Of Life Information In the Clinical Aetting: A Randomised Controlled Trial Of Using Subjective Quality Of Life and Symptom Outcome Measures As a Clinical Tool In Patients With Advanced Cancer*. Doctoral Dissertation, National University of Ireland Galway.
- Memik, N. Ç., Ağaoğlu, B., Coşkun, A., Üneri, Ö. Ş., ve Karakaya, I. (2007). Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeğinin 13-18 Yaş Ergen Formunun Geçerlik ve Güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(4), 353-363.
- Morsünbül, Ü. (2005). *Ergenlikte Kimlik Statülerinin Bağlanma Stilleri, Cinsiyet ve Eğitim Düzeyi Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Onur, N. (2006). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Öksüz, E., & Malhan, S. (2005). *Sağlığa Bağlı Yaşam Kalitesi Kalitemetri*. Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Özar, Ş., ve Yakut Cakar, B. (2013). Unfolding the Invisibility of Women Without Men In the Case of Turkey. In *Women's Studies International Forum*, Vol. 41, 24-34.
- Öztürk, A., ve Mutlu, T. (2010). The Relationship Between Attachment Style, Subjective Well-Being, Happiness and Social Anxiety Among University Students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 9, 1772-1776.
- Parıltı, C. (1999). Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramında Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı. *Kamu-İş İş Hukuku ve İktisat Dergisi*, 4(4), 267- 277.
- Park, K., ve Waters, E. (1989). Security of Attachment and Preschool Friendships. *Child Development*, 60(5), 1076-1081.

- Perim, A. (2007). *Trakya Üniversitesi Araştırma ve Uygulama Hastanesi'nde Çalışan Hemşirelerin Kaliteli Yaşam Algısının Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Edirne: Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Raja, N. (1991). *Perceived Attachments To Parents and Peers Well-Being In Adolescence*. New York: Youth Adolesc.
- Rustoen, T. et al. (1999). Quality Of Life In Newly Diagnosed Cancer Patients. *Journal of Advanced Nursing*, 29 (2), 490-498.
- Sarı, V.İ. ve Kındap, A. (2018). Türkiye'de Kentsel Yaşam Kalitesi Göstergelerinin Analizi. *Sayıştay Dergisi*, 108, 39-72.
- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Shaver, P. R., ve Brennan, K. A. (1992). Attachment Styles and the "Big Five" Personality Traits: Their Connections With Each Other and With Romantic Relationship Outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(5), 536-545.
- Shultz, D. P. ve S. E. Schultz. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., ve Şenol, S. (2005). Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8(2), 88-99.
- Suri, S., Garg, S., ve Tholia, G. (2019). Attachment Style, Perceived Social Support and Loneliness Among College Students. *International Journal of Innovative Studies in Sociology and Humanities*, 4(5), 135-142.
- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Sürücü, Ö. (2016). İş Yaşantısında İyimserlik, Yaşam Doyumu ve Mutluluk: Otel İşletmelerinde Çalışan İş Görenlere Yönelik Bir Uygulama. *Journal of International Social Research*, 9(43), 2170-2176.
- Şen, N., Arslan, G. G., Çoban, A., Güngör, N., Kulbakan, S., ve Solar, M. (2008). Sigara İçme Durumunun Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Toraks Dergisi*, 9(2), 68-73.
- Tel, F. D., ve Sarı, T. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Öz Duyarlılık ve Yaşam Doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 292-304.
- Tepeli Temiz, Z. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Yaşam Doyumu, Psikolojik Dayanıklılık ve Aleksitimik Özellikleri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Tokaç, S. (2016). *Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Tanısı Almış Olan Çocukların Bağlanma Stilleri ve Algılanan Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Torlak Evinç, S., ve Savaş Yavuzçehre, P. (2008). Denizli Kent Yoksullarının Yaşam Kalitesi Üzerine Bir İnceleme. *Çağdaş Yerel Yönetimler*, 17 (2), 23-44.
- Tümer, T. (2018). *9-11 Yaş Arası Çocukların Yaşam Kalitesinin Aile İşlevselliği ve Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ülken, E. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Tutumlarının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni Boşanmış Bireylerde Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Waters, E., Crowell, J., Elliott, M., Corcoran, D. ve Treboux, D. (2002). Bowlby'nin Güvenli Temel Teorisi ve Bağlanma Stilllerinin Sosyal/Kişilik Psikolojisi: Devam Eden İşler. *Bağlanma ve İnsani Gelişme*, 4(2), 230-242.
- West, A. E. (2018). *Yetişkin Bağlanma Stilllerinin Savunma Mekanizmaları ve Yaşam Doyumuyla İlişkilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Whoqol Group. (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position Paper From the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403-1409.
- Yancar, C. (2005). *Madde Bağımlılarında İkinci Eksen Komorbidite Ve Kişilik Özelliklerinin Bağımlılık Şiddeti ve Yaşam Kalitesine Etkisinin Değerlendirilmesi*. Bakırköy Prof Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Birimi Uzmanlık Tezi, İstanbul.
- Yapıcı, A. (2006). *Alkol Bağımlılığında Depresyon ve Anksiyetenin Yetiştirimi ve Yaşam Kalitesine Etkisi*. Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, Uzmanlık Tezi, İstanbul.
- Yavuzer, H. (1996). *Çocuk ve Suç (4. b.)*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Yavuzer, H. (2011). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcıoğlu, G. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki: ODTÜ Örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Yerlioğlu, E. A. (2010). *Çocuğun Bağlanma Davranışının Anne Hassasiyeti ve Çocuğun Sosyo-Duygusal Yetkinliğiyle İlişkisi: Bağlanma Davranışları Sınıflandırma Setinin, Okul Öncesi Dönemdeki Türk Çocuklarıyla Kullanılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yıldız Bıçakçı, M. (2015). *Bebeklik ve İlk Çocukluk Döneminde (0-36 Ay) Gelişim, Duyuların Gelişimi ve Desteklenmesi*. Ankara: Eğiten Kitap.



EKLER

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı;

Aşağıda yer alan soruların amacı, yapacağımız bilimsel araştırma için bilgi toplamaktır. Soruları samimi bir şekilde yanıtlamanız yapılacak çalışma için önem taşımaktadır. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Soruları kişisel görüşleriniz doğrultusunda yalnız cevaplayınız. Lütfen hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Sorular sadece bu araştırma için kullanılacağından, ad-soyad bilgilerinizi vermenize gerek yoktur. Katılımınız için teşekkür ederim.

1. Cinsiyet:

kız() erkek()

2. Yaş:

13 yaş() 14 ve üstü yaş()

3. Ailenin gelir düzeyi:

0-4.000 arası() 4.001-8.000 arası() 8.000+()

4. Kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?

içedönük() dışadönük()

5. Anne eğitim düzeyi:

ilköğretim() lise() üniversite()

6. Baba eğitim düzeyi: :

ilköğretim() lise() üniversite()

7. Kendinizi derslerde ne kadar başarılı görüyorsunuz?

düşük() orta() yüksek()

EK 2: Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)

Aşağıda geçen ifadelerden sizi en iyi yansıtan seçeneğe (X) işareti koymanız gerekmektedir. Bu bir sınav değildir, bu nedenle maddelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her madde için sadece bir işaret koyunuz.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Karar alırken kimseyi önemsemem.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Sorunu olan birisini gördüğümde kendimi onun yerine koyabiliyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
5	Başkalarının benim kadar değerli olduğunu düşünmüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
6	İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm.	☐	☐	☐	☐	☐
7	Ebeveynimle (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi anlaşıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
8	İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.	☐	☐	☐	☐	☐
9	Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakilerin sorunlu olmasıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
10	Kendimi mutlu bir insan olarak tanımlıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
11	Duygusal ilişki yaşadığım kişinin beni gerçekten sevmediğini düşünerek kaygılanıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
12	Yalnızca kendime değer veririm.	☐	☐	☐	☐	☐
13	Başkalarının üzüntülerini anlayabiliyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
14	Duygusal ilişkilerden uzak duruyorum çünkü terk edilmek istemiyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
15	İnsanların görüşleri benim için önemsizdir.	☐	☐	☐	☐	☐
16	Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) genelde kırıcı sözler söylemem.	☐	☐	☐	☐	☐
17	İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar mutlu olurum.	☐	☐	☐	☐	☐
18	Başkaları çok da umurumda değildir.	☐	☐	☐	☐	☐

EK 3: Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeği

Bir sonraki sayfada sizin için sorun olabilecek durumların listesi bulunmaktadır.

Lütfen son bir aylık süre içinde her birinin sizin için ne kadar sorun oluşturduğunu daire içine alarak belirtiniz.

Eğer sizin için hiçbir zaman sorun değilse	0
Eğer sizin için nadiren sorun oluyorsa	1
Eğer sizin için bazen sorun oluyorsa	2
Eğer sizin için sıklıkla sorun oluyorsa	3
Eğer sizin için hemen her zaman sorun oluyorsa	4

Burada yanlış ya da doğru cevaplar yoktur.

Eğer herhangi bir soruyu anlayamazsanız lütfen yardım isteyiniz.

Son bir ay içerisinde, sağlığınız ve etkinlikleriniz ile ilgili verilen cümlelere ne kadar katıldığınızı, ilgili kutudaki rakamı daire içine alarak belirtiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Hemen Her zaman
1.Bir bloktan fazla yürümek bana zor gelir	0	1	2	3	4
2.Koşmak bana zor gelir	0	1	2	3	4
3.Spor ya da egzersiz yapmak bana zor gelir	0	1	2	3	4
4.Ağır bir şey kaldırmak bana zor gelir	0	1	2	3	4
5.Kendi başıma duş ya da banyo yapmak bana zor gelir	0	1	2	3	4
6.Evdeki günlük işleri yapmak bana zor gelir	0	1	2	3	4
7.Bir yerim acır ya da ağrır	0	1	2	3	4
8.Enerjim azdır	0	1	2	3	4

Son bir ay içerisinde hissettiğiniz duygularla ilişkili olarak verilen cümlelere ne kadar katılırsınız? İlgili kutudaki rakamı daire içine alınız.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Hemen Her zaman
1.Korkmuş ya da ürkmüş hissedirim	0	1	2	3	4
2.Hüzünlü ya da üzgün hissedirim	0	1	2	3	4
3.Öfkeli hissedirim	0	1	2	3	4
4.Uyumakta zorluk çekerim	0	1	2	3	4
5.Bana ne olacağı konusunda endişelenirim	0	1	2	3	4

Son bir ay içerisinde başkaları ile ilişkilerinizde yaşadığınız sorunlar hakkında verilen cümlelere ilişkin cevabınızı daire içine alarak belirtiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Hemen Her zaman
1.Yaşıtırlarımla geçinmekte sorun yaşıyorum	0	1	2	3	4
2.Yaşıtırlarım benimle arkadaş olmak istemezler	0	1	2	3	4
3.Yaşıtırlarım benimle alay eder	0	1	2	3	4
4.Yaşıtırlarımın yapabildikleri şeyleri yapamam	0	1	2	3	4
5.Yaşıtırlarıma ayak uydurmakta zorluk çekerim	0	1	2	3	4

Son bir ay içerisinde okul ve derslerinizle ilgili yaşadığınız sorunlara yönelik cevabınızı, ilgili seçeneği daire içine alarak belirtiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Hemen Her zaman
1.Sınıfta dikkatimi toplamakta zorlanırım	0	1	2	3	4
2.Bazı şeyleri unuturum	0	1	2	3	4
3.Derslerimden geri kalmamak için zorluk çekerim	0	1	2	3	4
4.Kendimi iyi hissetmediğim için okula gidemediğim olur	0	1	2	3	4
5.Doktora ya da hastaneye gittiğim için okula gidemediğim olur	0	1	2	3	4