



**FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**BAĞLANMA STİLLERİNİN AYRILIK ANKSİYETESİ  
ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN VE NARSİSTİK KİŞİLİK  
BOZUKLUĞU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS PROJESİ**

**GÖKŞEN FEYZA AKGÜL**

**İSTANBUL, 2022**



**FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**BAĞLANMA STİLLERİNİN AYRILIK ANKSİYETESİ  
ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN VE NARSİSTİK KİŞİLİK  
BOZUKLUĞU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS PROJESİ**

**GÖKŞEN FEYZA AKGÜL  
(210134002)**

**Danışman  
(Doç. Dr. İtir Tarı Cömert)**

**İSTANBUL, 2022**

## **ETİK BİLDİRİM**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bağlı olduğum üniversite veya bir başka üniversitedeki başka bir çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

Gökşen Feyza Akgül

## TEŞEKKÜR

Bu süreçte desteğini ve yardımını esirgemeyen, bilgi birikimi ile çalışmama yön veren sevgili hocam, danışmanım Doç. Dr. İtır TARI CÖMERT'e,

Bütün eğitim öğretim hayatımda hem maddi hem manevi desteğini daima hissettiren, koşulsuz sevgisinden güç aldığım, zorlandığım her anda sonucunda onu gururlandırmak için daha fazla çaba harcadığım ve bu günlere sayesinde geldiğim canım annem Emine TAŐMURAT'a,

Maddi ve manevi desteklerini her zaman hissettiren, motivasyonumu arttıran, aynı durumda olmamıza rağmen beni okutan, ablam Gökçen Merve SOYLU'ya ve ikiz kardeşim Göktuğ Safa TAŐMURAT'a,

Her konuda verdikleri destekle bu süreci benim için daha kolay hale getiren, en ufak mutluluğumu benimle büyüten başta Şerife AKGÜL olmak üzere tüm AKGÜL ailesine,

Bana herkesten daha çok inanan, kendime olan güvenimi yitirdiğim anlarda bile benden umudunu kesmeyen, her zor anımda elimden tutan, düőtüğümde kaldıran, her koşulda ve her anda sabırla yanıbaşımdayken olan sevgili eşim Salih AKGÜL'e teşekkür ediyorum.

Gökşen Feyza Akgül

# **BAĞLANMA STİLLERİNİN AYRILIK ANKSİYETESİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN VE NARSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

**Gökşen Feyza Akgül**

## **ÖZET**

Bu çalışmada bağlanma ve ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişki ve bağlanmanın narsisistik kişilik ve kişilik bozukluğu üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Bağlanma doğum öncesi (prenatal) ve doğum sonrası süreçte anne ve bebek arasında kurulan eşsiz bir ilişkidir. Bu ilişki bebeğin ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik tutum ve davranışlar içeriyor ise bağlanma güvenli bir şekilde oluşur. Ancak bebeğin ihtiyaçları karşılanmıyorsa bu durumda güvensiz bağlanma stilleri oluşmaktadır. Güvensiz bağlanma stilleri kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma ve düzensiz bağlanma olarak ele alınmıştır. 0-2 yaş arası kurulan bağlanma ilişkisi tüm sosyal ilişkilerde kişinin tutumunu belirler. Çalışmanın bir diğer konusu olan ayrılık anksiyetesi ise anne bebek arasında kurulan ilişkinin bir sonucu olmakla beraber bebeğin mizacıyla birlikte farklı çevre koşulları kapsamında belirlenen bir anksiyete türüdür. Çocuğun anneden veya bağ kurduğu bir başkasından ayrılma anında gerçeğe uygun olmayan düşüncelerle birlikte olağan dışı şekilde kaygı duymasıdır. Çocuklukta oluşup erişkinlikte sürebileceği gibi çocuklukta olmasa da erişkinlikte ortaya çıkabilmektedir. Kişide ayrılık anksiyetesi gelişmesi bağlanma stili tarafından yordandığıdır. Literatürde incelenen kaynaklarda görülmüştür ki ayrılık anksiyetesi ve bağlanma stilleri arasında ilişki vardır ve ayrılık anksiyetesi güvensiz bağlanma stillerinden kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde daha fazla görülmektedir. Son literatür konusu olan Narsisistik Kişilik Bozukluğu ise; öz sevginin abartılmış halidir. Temelinde yatan yetersizlik duyguları bağlanma stili ile ilişkilendirilmektedir. Literatürdeki çalışmalarda görülmüştür ki Narsisistik Kişilik Bozukluğunun temelinde bağlanma stilleri önemli rol oynamaktadır ve bağlanma stiline göre

kişilerin Narsisistik Kişilik Bozukluğuna sahip olma açısından risk altında olabilmektedirler. Bu çalışmada farklı veritabanlarından elde edilen birçok ampirik çalışmalar derlenmiştir. Literatür bilgisi ile sonuçlar bir araya getirilmiştir.

**Anahtar kelimerler;** bağlanma, güvensiz bağlanma, kaygı, ayrılık anksiyetesi, narsisizm,

**EXAMINATION OF THE EFFECTS OF ATTACHMENT  
STYLES ON SEPARATION ANXIETY AND IT'S RELATIONSHIP  
WITH NARCISSISTIC PERSONALITY DISORDER.**

**Gökşen Feyza Akgül**

**ABSTRACT**

In this study, the relationship between attachment and separation anxiety and the effects of attachment on narcissistic personality and personality disorder were investigated. Attachment is a unique relationship established between mother and baby during the prenatal and postnatal period. If this relationship includes attitudes and behaviors to meet the needs of the baby, attachment occurs in a secure way. However, if the needs of the baby are not met, then insecure attachment styles occur. Insecure attachment styles were considered as anxious attachment, avoidant attachment and desorganize attachment. The attachment relationship established between the ages of 0-2 determines the attitude of the person in all social relations. Separation anxiety, which is another subject of the study, is a type of anxiety that is determined within the scope of different environmental conditions together with the baby's temperament, although it is a result of the relationship established between mother and baby. It is the unusual anxiety of the child with unrealistic thoughts at the time of separation from the mother or another bonded person. It may occur in childhood and continue into adulthood, or it may occur in adulthood, although not in childhood. The development of separation anxiety in the individual is predicted by the attachment style. It has been seen in the sources examined in the literature that there is a relationship between separation anxiety and attachment styles, and separation anxiety is more common in individuals with an anxious attachment style, which is one of the insecure attachment styles. Narcissistic personality disorder, which is the subject of recent literature; is an exaggeration of self-love. The underlying feelings of inadequacy are associated with attachment style. It has been

seen in the studies in the literature that attachment styles play an important role in the basis of narcissistic personality disorder, and people may be at risk for having narcissistic personality disorder according to their attachment style. In this study, many empirical studies obtained from different databases were compiled. The results were combined with the literature information.

**Keywords;** attachment, secure attachment, separation anxiety, insecure attachment, narcissism.

## ÖNSÖZ

Bu çalışmanın amacı literatürde bulunan bağlanma, ayrılık anksiyetesi ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu ile ilgili genel bir derleme yazmak ve bağlanma ile ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişki ile bağlanma ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu arasındaki ilişkinin anlaşılmasına yönelik bir sonuç derlemesi yapmaktır. Literatürde bu üç konu ile ilgili çok sınırlı çalışma bulunmaktadır. Bu konuları bir çalışma içerisinde kapsamlı bir şekilde ele almış olmak bahsi geçen üç ayrı konuya ilişkin kapsamlı bilgileri tek bir kaynaktan okuyabilme imkânı sunmaktadır.

Aralık, 2022,

Gökşen Feyza Akgül

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
ÖNSÖZ.....	viii
KISALTMALAR .....	x
GİRİŞ .....	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	3
1. LİTERATÜR TARAMASI .....	3
1.1. BAĞLANMA.....	3
1.1.1. Prenatal Bağlanma .....	5
1.1.2. Güvenli Bağlanma.....	6
1.1.3. Güvensiz Bağlanma .....	7
1.1.3.1. Kaygılı Bağlanma.....	9
1.1.3.2. Kaçınan Bağlanma.....	10
1.1.3.3. Dezorganize/Düzensiz Bağlanma.....	11
1.2. AYRILIK ANKSİYETESİ.....	11
1.3. NARSİSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU .....	16
İKİNCİ BÖLÜM .....	20
2. YÖNTEM.....	20
2.1. ÇALIŞMANIN YÖNTEMİ VE AMACI.....	20
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	21
SONUÇ.....	22
TARTIŞMA VE ÖNERİLER .....	26
KAYNAKÇA .....	30
EKLER.....	36

## **KISALTMALAR**

WHO World Health Organization

DSM Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

AAB Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu

BFK Beş Faktör Kuramı

KB Kişilik Bozukluğu

## GİRİŞ

Bowlby tarafından temelleri 1958’de ortaya atılan bağlanma kuramına göre yeni doğan bebek, doğumdan sonra geçen 12 ay boyunca birincil olarak bakım veren kişiyle bir bağ geliştirmektedir (Öztürk, Türel ve Oğur, 2020). 12 ay içerisinde bebekler mutlu olduklarında, korktuklarında, hasta veya yorgun hissettikleri anlarda bir nesne ve/veya bir kişiyle yakınlık kurmak isterler. Bu isteğe bakım veren (genellikle annedir) tarafından verilen cevaplar ile diğer ihtiyaçların vaktinde karşılanması sonucunda güvenli veya güvensiz şekilde bağlanma gerçekleşir (Dalgacı, Civil, Savaş ve Şahin, 2022). Güvenli bağlanma geliştiğinde; anne gitse dahi çocuk annenin geri döneceğini bilir. Kaygı uyandıran herhangi bir anda annenin yardımcı olacağını öngörmektedir. Anneden ayrıldığında asgari düzeyde kaygı belirtisi gözlemlenirken çabuk sakinleşir ve anne geri döndüğünde onu mutlulukla karşılar (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011). Düzensiz ve tutarsız bir bakım verenin varlığı ise güvensiz bağlanmaya neden olabilir. Güvensiz bağlanma annenin tutumlarına veya güvensiz bağlanmaya sebep olabilecek diğer faktörlere göre iki grupta (kaygılı ve kaçınan) incelenebilir. Kaygılı bağlanmada çocuk annenin yokluğuna çok aşırı tepki verip sakinleşemezken, kaçınan bağlanmada çocuk annenin yokluğuna tepki vermez ve kayıtsız bir tutum sergiler (Doksat ve Ciftci, 2016).

Çocuklar bağlanma geliştirdikleri kişilerle yakınlıklarını sürdürme gayreti içindedirler. Bağlanma figürleri olan annelerinden ayrılmak istemezler ve bu yaşamın ilk yıllarında oldukça normaldir ancak bunun 3 ile 5 yaşları arasında azalarak geçmesi beklenir. Bu yaştan sonra dahi anneden veya bakım veren bir diğer kişiden ayrılmak çocukta anormal düzeyde bir kaygıya yol açıyorsa durum ayrılık anksiyetesi olarak adlandırılır. Ayrılık anksiyetesinin mizaç tarafından çevre tarafından ve bulunulan bağlam tarafından yordandığı bilinmektedir (Masi, Mucci ve Millepiedi, 2001).

Narsisizm kavramının kökeni yunan mitolojisinde kendisine âşık olan Narcissus’a kadar dayanır. Freud’dan günümüze kadar birçok ruh sağlığı uzmanı

tarafından ise hastalık olarak tanımlamaları yapılmıştır. Kavram Kohut tarafından yapılan genel açıklamasına göre ise narsisizm benliğin yapısında görülen temel bir kusur olarak değerlendirilmiştir ve narsisistik kişiler bencil, kendilerini fiziksel ve ruhsal açıdan üstün gören, çevreleri tarafından da bu üstünlüğün onaylanmasını bekleyen kişiler olarak tanımlanmıştır (Karaaziz ve Atak, 2013).

Narsisizm kavramı farklı ekoller tarafından farklı şekillerde ele alınmaktadır. Dinamik ekol, bilişsel ekol, davranışçı ekol açısından ayrı ayrı anlamları olmakla beraber bu çalışmada subklinik açıdan incelenmiş ve kişilik özellikleri ve kişilik bozukluğu şeklinde ele alınmıştır.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### 1. LİTERATÜR TARAMASI

#### 1.1. BAĞLANMA

Bağlanma kavramını incelerken John Bowlby'nin kavramı ortaya koyma sürecine baktığımızda kendi yaşantısında annesi ile bağ kuramamış olması ve bu durum üzerine yazdıkları ile 1937 yılında çalışmaya başladığı çocuk yuvasında ailelerinden ayrılmış, uyum sorunu ve davranış bozuklukları olan çocuklarla yaptığı çalışmalar sonucunda kavram şekillenmeye başlamıştır (Bretherton, 1992). Daha sonra 1951 yılında Dünya Sağlık Örgütü (WHO) adına bir bildiri hazırlamış ve bu bildiride II.Dünya Savaşı sonrasında Avrupa'da yaşayan çocukların akıl sağlığı ile ilgili bilgilere yer vermiştir. Bu bildiri sonrasında 1952 yılında 'Anne Bakımı ve Akıl Sağlığı (Maternal Care & Mental Health)' adında bir kitap yayımlamış bu kitapta da ileride bağlanma kuramı olarak anılacak bilgilerin temelini ortaya koymuştur (Holmes, 1993). Kitabında ele aldığı temel konu ise yaşamın ilk birkaç yılında bebeklerin birincil bakım veren (genellikle annedir) ile kurdukları sıcak ve birçok açıdan tutarlı ilişkinin bu bebeklerin tüm yaşantıları boyunca akıl ve ruh sağlıkları açısından önemlidir. Bebeklik döneminde anne sevgisinden yoksun kalmanın, fiziksel ihtiyaçların ve sıcaklık ihtiyacının karşılanmamasının yetişkinlik döneminde ortaya çıkarabileceği sorunları ele almıştır (Bowlby, 1952).

1969 yılında yazdığı ve kuramı kapsamlı bir şekilde ortaya koyduğu Bağlanma ve Kaybetme kitabı ile birlikte bağlanmanın temel çerçevesini belirlemiştir (Bowlby, 1969, çev. 2012). 1982 yılı ve sonrasında ise bağlanma tanımı; bebeğin doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde birincil olarak kendisine bakım veren kişiyle (genellikle annedir) kurduğu bağ olarak belirlenmiştir. Bu bağın durumuna göre de yaşamının ilerleyen yıllarında kurduğu sosyal ilişkiler şekillenmektedir. Anne ile kurulan bu güçlü bağın yanında sonradan kurulan her bir ilişkiye göre bağlanma güçlenir (Keskin ve Çam, 2009). Bebeğin kendisini hem

fiziksel hem de psikolojik açıdan rahat ve güvende hissetmesi, bağlanmanın temelidir. Bu sürecin temel hedefi ise kurulan bu bağın korunmasıdır (Morsünbül ve Çok, 2011).

Yaşamın ilk iki ayı bebekler refleksleri ve yoğunlukla doğum sonrasında kurulan bağlanma ilişkisi ile hayatta kalır. 2.ay itibari ile bebek bağ kurduğu bakım verenine gülümsemeye başlamaktadır. 7.aydan itibaren ise artık bebek anneyi (veya birincil bakım veren bir başkasını) bağlanılan kişi olarak belirlemiş ve diğer tüm ilişkilere karşı kaygı duymaya başlamıştır. 7.aydan sonra tüm bakımlarını sağlayan, duygularını yöneten annenin ona güven verdiğinin farkındadır ve 24.aya kadar bağlanma ilişkisini oluşturmaya devam etmektedir (Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005). Yaşamının devamında kuracağı her ilişkide de anneye oluşturduğu bağlanmanın stiline göre ilişkiler kurar (Morsünbül ve Çok, 2011).

Yaşamın ilk 24 ayı oluşan bağlanma anne ve bebek arasındaki ilişkinin durumuna göre; güvenli ve güvensiz bağlanma olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Bebeğin anne (bakım veren) ile güvenli şekilde bağlanmış olması onu yaşantısı boyunca psikolojik açıdan daha güçlü biri haline getirirken; anne (bakım veren) ile güvensiz bağlanma şekli ile bağlanmış bir kişi ise yaşamı boyunca kuracağı ilişkilerde aynı tutumu izleyecektir. Kişilik problemleri yaşama ve zihinsel bir takım sorunlara sahip olabilme ihtimalleri ortaya çıkmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006). Yaşamın ilk 24 ayında gelişen bağlanma biçimi tüm ilişkilerde belli bir oranda kendini gösterse de yaşam boyu kurulan ilişkilerle şekillenmeye de devam etmektedir (Levine ve Heller, çev. 2022). Ergenlik yıllarında bireyin değişen ihtiyaçları ve kişilik özellikleri ile birlikte kurulan yeni ilişkiler bağlanma biçimini şekillendirmeye ve etkilemeye devam etmektedir (Akdağ, 2011).

Mary Ainsworth'un yürüttüğü bir çalışmada bebeklerin bağlanma stilleri ve ebeveynle kurdukları ilişki incelenmiştir. Sonuçlarda üç gruba ayrılan bebeklerin ebeveynlerinin yanlarından ayrılmasına karşı verdikleri tepkiler değerlendirilmiştir (Öztürk, Türel ve Oğur, 2020). B grubu olarak ayrılan gruptaki bebekler ebeveyni yanından ayrılınca buna karşı kaygı duymuş ancak belli bir süre geçtikten sonra sakinleşebilmiş, ebeveyn döndüğünde ise onu mutlulukla karşılamışlardır. Bu grup güvenli bağlanma stiline sahip bebekler olarak değerlendirilmiştir. A grubu bebekler

ebeveynin ayrılmasına karşı herhangi bir tepki vermemiş, ebeveyn geri döndüğünde de ona yakınlık göstermemiştir. Bu grup bebekler güvensiz bağlanmanın kaçınılmaz alt tipine dâhil bebeklerdir. C grubu bebekler ise ebeveyn gittikten sonra yüksek düzeyde kaygı belirtileri göstermiş ebeveyn dönünce dahi sakinleşmemiş ebeveynle yakınlık kurma isteğine karşın bunu başaramamışlardır. Bu grup bebekler de güvensiz bağlanma stiline kaygılı alt tipine dâhildir (Ainsworth, 1979).

Alanda son yıllarda yapılan çalışmalar gösteriyor ki bağlanma ilişkisi bebeğin doğumuyla hızlı bir şekilde gelişse de bu ilişkinin başlaması doğum öncesi sürece dayanmaktadır. Gebeliğin başladığı andan, doğuma kadar geçen sürede bebek ile anne arasında oluşmaya başlayan bu ilişki prenatal (doğum öncesi) bağlanma olarak adlandırılmaktadır (Elkin, 2015).

### **1.1.1. Prenatal Bağlanma**

Prenatal bağlanma doğum öncesi dönemde, bebeğin anne karnında doğuma kadar geçirdiği sürede anne ile bebek arasında gelişen duygusal bağıdır. Fetüs ile anne arasında gelişen ilk ilişkidir. Bebek doğduktan sonra 24 ay içerisinde gelişmeye devam edecek olan bağlanma ilişkisinin temellerini oluşturmaktadır (Bakır, Ölçer ve Oskay, 2014). Prenatal dönemde bağlanmanın başlamasının ilk aşamasını gebeliğe karşı verilen olumlu tepki oluşturur. Gebe kadın anneliğe hazırlandığı bu süreçte, bebeğine karşı olumlu hislerle birlikte onu sevmeye, onu merak etmeye başlar ve bebeğin de karnındaki hareketleriyle onunla iletişim ve ilişki kurduğuna inanır (Duyan, Kapısız ve Yakut, 2013). Doğumda bebeği ölü doğan anneler için bebeklerine hiç temas etmemiş olsalar dahi yas sürecini yaşamış olmaları prenatal bağlanmaya kanıt olabilecek en önemli olgudur (Brandon, Pitts, Denton, Stringer ve Evans, 2009).

Prenatal bağlanmanın ultrason cihazlarının yaygınlaşmasıyla daha sağlıklı bir şekilde geliştiği belirtilmiştir. Annenin bebeği görmesi, onu hissetmesini kolaylaştırır (Brandon, Pitts, Denton, Stringer ve Evans, 2009). Prenatal dönemde bebeğiyle bağlanma seviyesi yüksek olan annelerin doğum sonrasında bebeğiyle güvenli şekilde bağlanmasının daha kolay sağlandığı bilinmektedir (Eyüboğlu, 2020).

Sorunsuz bir hamilelik süreci geçiren anneler doğum sonrasında güvenli bağlanmaya daha kolay sağlamaktadır. Hamilelik boyunca sağlık sorunu yaşamayıp, bebeğiyle gereği gibi ilgilenebilen anneler bu süreçte sağlıklı beslenme, sağlıklı egzersiz yöntemleri ile bebeği için anne karnında geçen süreyi en sağlıklı şekilde geçirmesini sağlamaya çalışmakta ve bebeğiyle arasında gelişen pozitif prenatal bağlanmayı doğum sonrasında da desteklemektedir. Bebeğinin ihtiyaçlarına ilgi ile cevap verebilmekte ve güvenli bağlanmayı desteklemektedir. (Duyan ve ark., 2013). Zor ve sağlık açısından sıkıntıların yaşandığı hamilelik süreci annede stresi artırmakla beraber prenatal bağlanmayı da olumsuz etkilemektedir. Sağlık sorunları ve yüksek riskli hamileliklerde anneler bebeği kaybedebilme ihtimaline karşı bebekle sağlıklı prenatal bağlanma geliştirememektedir ve bunun sonucunda da doğum sonrasında güvenli bağlanma geliştirmesi daha zor olmaktadır (Bakır ve ark., 2014).

### **1.1.2. Güvenli Bağlanma**

Bağlanmanın olması gerektiği şekilde gerçekleşmesidir. Anne bebek arasında sıcak, samimi ve güvene dayalı bir ilişki kurulmuştur ve bu bebeği tüm ilişkilerinde aynı örüntüyü kullanmak suretiyle yine sağlıklı ilişkiler kurmaya yöneltecektir (Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005). Bebek anneden ayrıldığında kaygı duyar ancak anne ile bir araya geldiğinde kolay sakinleşir. Bebek, anne döndüğünde ihtiyaç duyduğu ilgiyi ondan alabileceğine karşı güven duymaktadır (Tsappis, Garside, Wright ve Fearon, 2022).

Güvenli bağlanma için bebek açlık hissettiğinde anne tarafından yiyecek ihtiyacı karşılanmalıdır. Bebek kaygı hissettiğinde, korktuğunda, üzüldüğünde veya fiziksel olarak üşüdüğünde, sıcaklık ve güven duygusuna ihtiyacı olduğunda güvenli bir sığınak olan annenin sıcak kucağına alması ona ihtiyacı olan sakinleşmeyi ve sıcaklığı sağlamalıdır (Levy ve Johnson, 2019). Harlow tarafından gerçekleştirilen ve maymunların kullanıldığı bir deneyde bebek maymunlar üzerinde biberon bulunan metal tellerle yapılmış anne figüründen besin aldıktan sonra hızlıca sarılma annesi olarak adlandırılan kumaşla kaplanmış yumuşak figüre koşuyor. Yine aynı deneyde korku duydukları bir anda da koştukları ilk figür kumaş kaplanmış olan sarılma annesi oluyor (Harlow ve Zimmermann, 1959). Maymunlarla yapılan bir başka deneyde yine anneyi temsil eden metal figürlerden biri ısıtılıyor, diğeri ise kumaş

kaplanarak yumuşak ancak soğuk hale getiriliyor. Maymunların ısıtılmış metal figüre sığındıkları görülüyor. Bu deneylerden anlaşıldığı üzere canlılar için daha önemli sayılan özellik sıcaklıktır. Bu deneyler de Harlow, anne tarafından bebeğin fiziksel ihtiyaçlarının yanında sıcaklık ve güvenlik ihtiyaçlarının da karşılanıyor olmasının güvenli bağlanma için gerekli olduğunu kanıtıyor (Tüzün ve Sayar, 2006).

Güvenli bağlanma ile birlikte çocuklarda olumlu benlik algısı oluşmaktadır, duygu düzenleme becerileri artmaktadır ve kişilerarası ilişkilerde diğer bağlanma biçimine sahip çocuklardan daha tutarlı davranışlar sergilemektedirler (Levy ve Jonhson, 2019). Güvenli bağlanma stiline sahip çocukların sosyal becerilerinin diğer gruplardan daha yüksek olduğu bilinmektedir. Bunun yanında yetişkinlerle işbirliği yapabilme ve farklı ortamlara uyum sağlayabilme kapasiteleri de daha yüksektir. Aynı zamanda diğer bağlanma stillerine sahip çocuklardan daha fazla olumlu duygulanıma sahip oldukları bilinmektedir (Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005).

Güvenli bağlanmanın oluşması için temel faktör annenin duyarlılığıdır. Annenin duyarlılığı bebekle arasındaki ilişkide annenin ulaşılabilir olması, bebeğe karşı kabullenici tutum sergilemesi, bebeğin sıcaklık ihtiyacını karşılaması, müdahaleci veya istilacı olmadan çocuğu kapsayıcı tavır takınması ve bebeğin ihtiyaçlarını mümkün olduğunca hızlı karşılaması anlamına gelmektedir. Tüm bunların sağlanmasıyla birlikte güvenli bağlanma için gerekli olan temel hazırlanmış olmaktadır (Eyüboğlu, 2020).

### **1.1.3. Güvensiz Bağlanma**

Güvensiz bağlanma genel itibarıyla bağlanma örüntülerinin karmaşık hale gelmesi ve birincil bakım veren ile ilişkinin güvene dayalı kurulamaması olarak tanımlanmaktadır (Doksat ve Çiftci, 2016). Güvensiz bağlanma stili geliştirmiş bebeklerin anneleri ile ilişkilerine bakıldığında annenin kısıtlayıcı veya gözmezdence gelici tavrı sonucu çocuğun özerkliğinin desteklenmediği görülmüştür (Allen, Marsh, McFarland, McElhaney ve Land, 2002). Ainsworth Bowlby'nin bağlanma kuramına yönelik bir takım deneyler yapmıştır ve bağlanma stillerini güvenli ve güvensiz bağlanma terimlerini kapsamlı şekilde tanımlamış, güvensiz bağlanma stilini ise

kaygılı ve kaçınan olmak üzere iki kategoriye ayırmıştır. Daha sonra düzensiz bağlanma stili Main ve Solomon (1990) tarafından eklenmiştir.

Ainsworth yabancı durum deneyi adı verdiği deneyde bebeklerin bağlanma stillerinin anlaşılması üzerine çalışmalar yapmıştır ve çalışmalarda iki eksenli bir model geliştirmiş ve temelini Bowlby'nin attığı bağlanma kuramına bağlanma stillerini eklemiştir. Yabancı durum deneyinde bebekler anneleri ile bir odaya alınmıştır. Daha sonra anne odadan ayrılmış ve üç dakika dışarıda kalmıştır. Bebeklerin anneden ayrı geçirdikleri üç dakikada sergiledikleri davranışları incelenmiştir. Bunun sonucunda bebeklerin üç farklı standartta davranışa sahip olduğu görülmüştür. Bunlar güvenli, güvensiz-kaygılı ve güvensiz-kaçınan olarak sınıflandırılmıştır (Ainsworth, 1979). İki eksenli modele göre bebeklerin ihtiyaç duyduğu iki unsurun durumuna göre bebeğin bağlanma stili belli olmaktadır. Bu unsurlar güvenlik ve fiziksel yakınlıktır. Her iki ihtiyacı da optimal düzeyde karşılanan bebekler güvenli bağlanma geliştirirken, ihtiyaç duyduğu anlarda ihtiyaçları karşılanmayan veya geç ve asgari düzeyde karşılanan bebekler kaygılı bağlanma stiline ve fiziksel yakınlık ihtiyacına cevap bulamayan bebekler ise kaçınmacı bağlanma stiline dahil olmaktadır (Ainsworth, 1979, Tonkuş ve Muslu, 2021).

Ainsworth'un bağlanma kuramından sonraki yıllarda Bartholomew ve Harowitz tarafından oluşturulan dört kategorili modelde ise Ainsworth'un açıkladığı bağlanma stilleri yetişkin bağlanma stillerine yönelik yeniden düzenlenmiş ve açıklanmıştır. Bu yetişkin bağlanma stilleri; güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanmadır (Özgül, Demir ve Ünübol, 2019). Güvenli bağlanma Ainsworth'un güvenli bağlanma açıklamasının yetişkin döneme yansıyan tutum ve davranışlar bütünüdür. Güvenli bağlanma yetişkinlikte incelenirken Bowlby'nin tanımladığı benlik algısı ile başkaları algısı açısından değerlendirildiğinde olumlu benlik algısı bulunan, özsaygısı yüksek, başkalarından onay aramayan ve kabul edilme korkusu duymaksızın sevilebilir olduğuna inanan bireyler olarak tanımlanırken 'başkaları' inancının da güvenilir ve ulaşılabilir olarak değerlendirildiği bağlanma şeklidir (Sümer, 2006). Güvensiz bağlanan yetişkinler için benlik algısı ve başkaları algısı değerlendirildiğinde olumsuz benlik algısı bulunan, özsaygısı düşük, sürekli

onaylanmak isteyen kişiler olduğu görülürken başkaları algısının da güvenilmez olduğu ve ulaşılamaz olarak değerlendirildiği görülmüştür. Güvensiz bağlanma açısından ise kategoriler kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma şeklinde belirlenmiştir. Kayıtsız bağlanma Ainsworth'un kaçınan bağlanma tanımı ile benzer iken olumlu benlik algısının bulunduğu ancak başkaları algısının olumsuz değerlendirildiği görülmektedir. Korkulu bağlanma kategorisi cezalandırıcı bir ebeveynin varlığında sinmiş ve boyun eğici bir tutum sergileyen kişilere karşılık gelmektedir ve olumsuz benlik algısı ve olumsuz başkaları algısının bulunduğu görülmektedir. Saplantılı bağlanan kişilerin tanımlandığı kategori ise Ainsworth'un kaygılı bağlanma başlığına denk gelmektedir. Saplantılı bağlanmada olumsuz benlik algısı bulunurken olumlu başkaları algısı bulunmaktadır. Saplantılı bağlanma sahibi yetişkinler için işlevsel olmayan öfkenin hayatlarının her alanında görüldüğü bilinmektedir (Allen ve ark., 2002; Sümer, 2006). Bu bağlanma stiline sahip kişiler iletişim kurdukları kişilere bağlanırken, terk edilmekten korkmakta ve özgüven konusunda sorun yaşamaktadır (Bartholomew ve Harowitz, 1991).

Güvensiz bağlanma geliştirmiş olan çocukların öfkeli, duygularını rahat ifade edemeyen, sosyal açıdan izolasyona meyilli, huzursuz, yeni durumlara uyum sağlamakta güçlük çeken, depresyona eğilimli, hayal gücü gerektiren oyunlarda zorluk yaşayan ve sorumluluk almak istemeyen çocuklar oldukları görülmüştür (Keskin ve Çam, 2007). Yetişkinlikte güvensiz bağlanma stillerine sahip olduğu bilinen kişilerin ise birçok psikopatolojiye güvenli bağlanan kişilere kıyasla daha yatkın oldukları anlaşılmıştır. Güvensiz bağlanma örüntülerinde görüldüğü kadarıyla depresyon, anksiyete bozuklukları ve kişilik bozuklukları riski artmaktadır (Sümer, Ünal, Selçuk, Kaya, Polat ve Çekem, 2009).

#### **1.1.3.1. Kaygılı Bağlanma**

Kaygılı bağlanma stiline sahip bebeklerin; anne tarafından fiziksel ve duygusal ihtiyaçları ihmal edilmekte, ihtiyaçları geç karşılanmakta veya karşılanırken yarım bırakılmaktadır. Bu bağlanma stiline sahip bebekler ağlamalarına çoğunlukla cevap bulamadıkları veya geç ve yetersiz cevap buldukları için ebeveynin onu destekleyeceklerine ve ihtiyacın karşılanıp karşılanmamasına karşı güven duyamadıkları için her zaman kaygılı ve endişeli oldukları bilinmektedir (Tonkuş ve

Muslu, 2021). Bebekler bu güvensizlik ve anneye karşı duydukları yoğun sevgi ile birlikte sevgi ve ilgi aramaktadırlar ancak bu ilgiyi nasıl alacağını bilemedikleri için tutarsız davranışlar sergilerler. Bu nedenle kaygılı bağlanma alanyazında kararsız bağlanma olarak da yer almaktadır (Nacar ve Gökçaya, 2019). Kaygılı/Kararsız bağlanma stiline sahip bebeklerin ilişkilerden ve insanlarla iletişimde kaçınmacı bir tutum izlemedikleri bilinmektedir. Bu bağlanma stiline sahip kişilerin anksiyete düzeyleri oldukça yüksektir. Anksiyetelerinin temelinde terk edilme ve reddedilme korkusu yatar (Özgül ve ark., 2019). Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler için kişilerle ilişkilerinde onlara hem çok sıkı bağlandıkları hem de kişilere karşı güvensiz tutum sergiledikleri görülmektedir. Bu davranışın altında ilişki kurdukları insanlar tarafından terkedilme düşüncesinin neden olduğu kaygının var olduğu bilinmektedir (Holmes, 1993). Çocuklukta ve yetişkinlikte anksiyete bozuklukları ve depresyon yaşama riskleri diğer gruplardan daha fazladır (Kesebir, Kavzaoğlu ve Üstündağ, 2011).

### 1.1.3.2. Kaçınan Bağlanma

Kaçınan bağlanma türüne sahip bebeklerin anne tarafından sıcaklık ve yakınlık ihtiyaçları karşılanmamıştır. Bu bebekler anneye karşı ilgisizdir ve genelde bağımsız bir tutum içindedir. Ainsworth tarafından yapılan yabancı durum deneylerinde görülmüştür ki; bu bebekler annenin yanlarından ayrılmasına karşı kaygı duymalarına rağmen buna karşı aşırı tepki vermezler. Annenin dönüşü karşısında da yine anne ile ilgilenmeyi reddeder ve anneden de ilgi talep etmezler (Tonkuş ve Muslu, 2021). Bu grup bebeklerin anneleri diğer gruplardaki bebeklerin annelerinden daha öfkeli, duyguları ifade etmekte daha fazla zorluk yaşayan kişilerdir ve bebekleriyle fiziksel temasa karşı verdikleri bir aşırı tepkileri bulunmaktadır. Bu tepki genellikle tiksinti olarak yorumlanabilir (Ainsworth, 1979).

Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin anne tarafından fiziksel yakınlık ihtiyacının karşılanmadığı ya da yetersiz karşılandığı bilinmektedir. Bununla birlikte bu bireyler kişiler arası ilişkilerde yakınlık kurmaya ve diğer bireylere karşı bağlılığa karşı yoğun endişe duymaktadırlar. Kaçınan bağlanan bireylerin anksiyete seviyeleri kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerden daha düşük olmakla birlikte ilişkilerde kaçınmacı tutumları daha fazladır (Özgül ve ark., 2019).

Kaçıngan bağlanma stiline sahip olan kişilerin duyguları kabul etmekte zorlandıkları bilinmektedir. Duyguları kabul etmiş olanlar için ise duyguları tutum ve davranışlarla belli etmek yerine bastırmak suretiyle diğer insanlara belli etmeme davranışı sık görülmektedir (Özgül ve ark., 2019).

### 1.1.3.3. Dezorganize/Düzensiz Bağlanma

Main ve Solomon (1990) tarafından tanımlanan bu bağlanma stili Ainsworth'un kaygılı ve kaçıngan bağlama stillerinde gözlemlenen özelliklerin hepsini kapsamaktadır. Çocuk tutarsız ve yer yer farklı davranışlar sergilemektedir. Bu bağlanma stiline sahip çocuklar hem daha fazla korku tepkisi vermekte hem de daha agresif tavırlar sergilemektedir (Main ve Solomon, 1990). Bu bağlanma stiline sahip çocuklarla yapılan deneylerde görülmüştür ki bu çocuklar anneden ayrılmak karşısında dona kalma tepkisi vermektedirler. Bununla birlikte anne geri döndüğünde anneye birleştiğinde nasıl davranacakları öngörülemezdir (Eyüboğlu, 2020).

Bu bağlanma stiline sahip olanların stres ile baş etmede güçlük çeken ve stresli anlarda dona kalma tepkisi veren veya hareketlerinde yavaşlama görülen kişiler olduğu ve bu kişilerin stereotipik davranışlar sergileyemedikleri, davranışlarının öngörülemez olduğu bilinmektedir (Keskin ve Çam, 2009).

## 1.2. AYRILIK ANKSİYETESİ

Anksiyete günümüzde yaşanan diğer duygularla karşılaştırılan ve karıştırılan bir kavramdır. Özellikle korku duygusuyla sıklıkla karıştırılan anksiyete terimi Türkçe ifadelerden kaygı terimi ile açıklanır ve korku; kişinin tehlikeli herhangi bir olay ile karşı karşıya kaldığında ortaya çıkarken, anksiyete (kaygı) henüz tehlikeli olay ortaya çıkmamışken veya hiç ortaya çıkmayacakken, o olayın gerçekleşebilme ihtimali karşısında meydana gelir. Anksiyetenin ortaya çıkışında nesnel ve mantıklı düşünceler yerine katastrofik (abartılmış) ve/veya mantıklı olmayan düşünceler yer alır (Craske, Rauch, Ursano, Prenoveau, Pine ve Zinbarg, 2011). Anksiyetenin oluşması genelde bir olayın sonuçlarında ortaya çıkabilecek olası problemlerden daha fazlasının gerçekleşeceğine dair kişi tarafından geliştirilmiş imgesel nedenlere bağlıdır. Ortaya çıkma ihtimali bulunan herhangi bir tehlike anında veya ortaya çıkma ihtimali bulunmasa dahi kişilerin olaylara yüklediği anlamlarla birlikte

abartılmış hale gelerek tehlike arz edebilecek anlarda bedensel duyuların eşlik ettiği bir duygudur (Öztürk ve Uluşahin, 2020). Meydana gelen bedensel duyumsamalardan en sık görülenleri; terleme, tuvalete sıkışma hissi, baş ağrısı, baş dönmesi, mide bulantısı, göğüste sıkışma hissi, kalp çarpıntısı olarak sayılabilir. Bu duygu zaman zaman her insanın durumlara özgü şekilde yaşayabileceği bir duygu iken çok sık ve şiddetli şekilde ortaya çıkması, duyguyu yaşayan kişinin hayatını birçok açıdan etkilemesi ve işlevselliğini bozması durumunda Anksiyete Bozukluğu olarak değerlendirilir (Türkçapar, 2004).

İnsan bebeği doğduğunda duygularla doğar ve bu duyguları nasıl ifade edeceğini genellikle ilk bağı kurduğu bağlanma figüründen öğrenir. Kaygı duygusu ilk ifade edilen duygulardandır ve bu ifadenin temelinde ayrılık anksiyetesi (kaygısı) olduğu belirgin bir şekilde görülür (Ruppert, 2011). Güvenli bağlanan bebekler anneden ayrıldıklarında belli bir düzeyde ayrılık anksiyetesi belirtileri gösterir ve olağandır ancak diğer bağlanma stiline sahip bebeklerden daha kolay sakinleşirler. Bu yönüyle ayrılık anksiyetesinin olağan ve olması gereken bir duygu olduğu söylenebilir. Bağlanılan ve güvenilen bir kimsenin olmadığı herhangi bir anda kaygılanmak birçok insanda rastlanılan bir durumdur. Ancak anneden ayrılmaya karşı aşırı tepki veren, sakinleşemeyen, anne geri dönse dahi anksiyetesi yatışmayan bebeklerin durumu ise Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu (AAB) olarak değerlendirilmektedir (Hock, Eberly, Bartle-Haring, Ellwanger, ve Widaman, 2001). Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu da DSM-V’te anksiyete bozuklukları içerisinde yer almaktadır ve tanı kriterleri şu şekildedir:

“A. Aşağıda yer alan belirtilerden en az üçünün olmasıyla belirli, kişinin bağlandığı insanlardan ayrılmasıyla ilgili, gelişimsel olarak uygunsuz ve aşın düzeyde kaygı duyulması:

1. Temel olarak bağlandığı kişilerden veya evinden ayrılması veya ayrılma ihtimalinin bulunmasından dolayı hep aşırı tasalanma.

2. Temel olarak bağlandığı kişileri kaybedeceği ya da bu kişilerin yaralanması, başına bir hastalık, yıkım, ölüm gibi kötü bir olay gelmesi ile ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.

3. Temel olarak bağlandığı kişilerden birinden ayrılmaya neden olacak, istenmedik bir olay (örn. hastalanma, kaçırılma, kaybolma, bir kaza geçirme,) yaşayacak olmakla ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.

4. Ayrılmaktan korktuğu için, işe, okula veya başka bir yere gitmek için dışarı çıkmak, evden uzaklaşmak istememe veya buna karşı koyma.

5. Evde veya başka bir ortamda tek başına kalmaktan ya da temel olarak bağlandığı kişilerle birlikte olmamaktan, sürekli bir biçimde, aşırı korkma ve bu konuda isteksiz davranma.

6. Evinden farklı bir yerde veya temel olarak bağlandığı kişilerden biri yanında olmadan uyuma konusunda isteksiz davranma veya buna karşı koyma.

7. Tekrarlayıcı bir biçimde, ayrılma konusunu da içerene kâbuslar görme.

8. Temel olarak bağlandığı kişilerden ayrıldığında ya da ayrılacak gibi olduğunda bedensel belirtilerle (örn. karın ağrıları, baş ağrıları, bulantı, kusma) ilgili tekrarlayan yakınmaların olması.

B. Bu korku, kaygı ya da kaçınma süreklilik gösterir, çocuklarda ve ergenlerde en az dört hafta, erişkinlerde altı ay ya da daha uzun sürer.

C. Bu bozukluk, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, okulla ilgili, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

D. Bu bozukluk, otizm açılımı kapsamında bozuklukta değişikliğe aşırı direnç göstermekten ötürü evden ayrılmaya karşı koyma, psikozla giden bozukluklarda ayrılmaya ilişkin sanrılar ya da varsanılar, agorafobide güvenilir bir eşlikçi olmadan dışarı çıkmaya karşı koyma, yaygın kaygı bozukluğunda önem verdiği diğer kişilerin başına bir hastalık ya da başka kötü bir olay gelecek olmasından ötürü kaygılanma ya da hastalık kaygısı bozukluğunda bir hastalığının olduğuna ilişkin kaygı duyma gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.” (Koroğlu, 2013).

Yaşamın özellikle ilk 3 yılında genel olarak çocuklar anneden uzun süreli ayrılma yaşamazlar. Yaşanan ayrılıklar kısa süreli ve geçici olmakla birlikte sıklıkla görüldüğü üzere çocuk uzun zamandır tanıdığı ve anne kadar olmasa dahi yine de

güvendiği bir kimse ile bırakılmıştır. Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu (AAB) özellikle anneden veya birincil bakım veren bir başkasından ayrılmakla anlaşıldığından en sık gözleendiği dönem çocuğun okula başladığı dönemdir (Çetin ve Avcı, 2022). Çocuk okula başladığında anneden ayrılır ve bu ayrılmada daha önce görmediği, aşına olmadığı bir ortamda ve daha önceden tanımadığı insanlarla bırakılmaktadır. Okula başlamakla birlikte çocuk ve anne ayrıldıklarında çocuk annenin kaza geçireceğinden, hastalanacağından, bir daha onu almaya gelemeyeceğinden korkar. Tek başına kalmak istemez, anneden ayrılma esnasında yoğun tepki gösterir, çarpıntı, karın ağrısı, baş ağrısı, bulantı ve kusma gibi AAB belirtileri gösterir (Kültür, Tiryaki ve Ünal, 2003). Okula başlayan her yüz çocuktan 4-5 tanesinin AAB olduğu bilinmektedir (Masi, Mucci ve Milleepiedi, 2001). AAB olan çocukların %75'i de okul reddi yaşamaktadır. Okul reddi yaşayan çocukların ise %80'i AAB kaynaklı olarak okul reddi yaşamaktadırlar. AAB olan çocukların yaşantılarında akademik yönden AAB olmayan çocuklara kıyasla daha başarısız olduğu, odaklanma problemleri yaşadıkları bilinmektedir (Çetin ve Avcı, 2022). AAB olan okul çağındaki çocuklar ve gençlerde yaşlara göre gösterilen AAB belirtisi değişmektedir. 5 ve 8 yaş aralığında çocukların ayrılık sonrasında rüyalarında temel ögenin ayrılık teması olduğu bilinmektedir ve bu yaş grubu AAB'li çocukta temel düşünce ise bağlanma figürünün çocuktan ayrıken bir kaza geçirmiş veya geçirebilecek olma şüphesidir. 9 ile 12 yaş aralığı çocuklarda ise ayrılık karşısında aşırı sıkıntı hissetme ve huzursuzluk en yaygın görülen belirti iken 13 yaş ve sonrası ergen grupta ise hasta rolü oynayarak okuldan kaçma veya okula hiç gitmeme davranışı sık görülmektedir (Bahalı, Tahiroğlu ve Avcı, 2009). Ergenlikte AAB'nin fark edilmesi zorlaşır. AAB belirtileri ergenin içinde bulunduğu yaş dönemine atfedilebilir. Huzursuz davranışlar, okuldan kaçma davranışı veya çocuğun mizacına uygun olmayacak şekilde gözlenen davranışlar çocuğun/ergenin içinde bulunduğu ergenlik sürecinin getirdiği zorluklar zannedilebilir (Irmak, Irmak, Murat ve Demir, 2016).

Çocuklarda rastlanılan AAB'nin nedenleri arasında bu çocukların ebeveynlerinde de AAB olabildiği anlaşılmıştır. Hem sosyal öğrenme yoluyla kaygının ifade edilme şeklinin öğrenilmesi ve düşünce sistemini etkilemesi hem de AAB'nin genetik bir geçişinin de varlığı üzerine çalışmalar bulunmaktadır (Kaya,

2021). Bununla birlikte çocuğun yaşadığı AAB'nin temelinde ebeveynin çocuktan ayrılmaya karşı duyduğu kaygının yattığı da anlaşılmıştır. Çocukla kurduğu bağın ebeveynin kendisini beslemesi ve çocuğa aşırı bağlanmasıyla birlikte dış dünyayı korkunç bir yer olarak algılama ve çocuğa bunu yansıtması yoluyla çocuk dış dünyayı korkutucu ve oldukça tehlikeli bir yer olarak düşünmekte ve ebeveyninden ayrılmak onu diğer çocuklardan daha fazla kaygılandırmaktadır (Kins, Soenens ve Beyers, 2013). AAB olan ailelerin ortak tutumları incelendiğinde temelde beş adet farklı kaygı düşüncesinin bulunduğu anlaşılmıştır. Bu kaygı düşünceleri; anne babanın çocuk kendilerinden ayrıldığında çocuğa bir şey olmasından korkmaları, anne baba çocuktan ayrıken kendilerine bir şey olmasından korkmaları, anne baba çocuğun kendilerine bağımlı olmasını desteklemeleri, çocuğun anne babadan ayrıken anne babasına bir şey olmasından korkması ve çocuk anne babasının yanında olmadığı bir anda kendisine bir şey olacağından korkmasıdır. Beş farklı kaygı düşüncesinin de temelinde ebeveynin dış dünyayı algılama biçimi ve çocuğa bu algılama biçimini yansıtıyor olduğu görülmektedir. Bu durumda Çocukta Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğunun (AAB) gelişmesinde ailenin dış dünya algısı önemli rol oynamaktadır. Ailenin çocuğa karşı güvenli bir çevre sunması ve bu çevreyi çocuğa gerçeklikten uzaklaşmadan aktarması AAB'yi önlemek açısından önemlidir (Soenens, Vansteenkiste ve Luyten, 2010).

AAB'nin çocuklukta başlayıp yetişkinlikten önce (ergenlikte) veya ilk yetişkinlikte sona erdiği veya çocukluk döneminde başlayıp yetişkinlikte de sürdüğü görüşü alanyazında daha fazla yer almaktadır. Çocuklukta başlayıp erişkinlikte devam eden AAB'nin diğer psikiyatrik bozukluklara da (Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu, Yeme Bozuklukları, Panik Bozukluk, Bipolar Bozukluk) zemin hazırladığı bilinmektedir. Geçmiş yıllarda çocuklukta AAB olmayan ancak yetişkinlikte AAB gelişmiş olduğu düşünülen vaka sayısının az olmasıyla; AAB olmadığı düşünülmüş ve diğer kaygı bozuklukları değerlendirilmiştir. Ancak günümüzde çocukluğunda AAB olmayan fakat ergenlik yıllarının sonunda veya yetişkinlik döneminde AAB gelişmiş olmasının mümkün olduğu bilinmektedir (Manicavasagar, Silove, Curtis ve Wagner, 2000; Tepe, Cihan ve Durat, 2020).

Yetişkinlik döneminde ortaya çıkan AAB daha çok onlu yaşlarının sonlarında ortaya çıkmakta olup; ilk olarak ortaya çıkışı genellikle kişinin evden ayrılması, romantik ilişkisinin sonlanması veya ebeveyn olması gibi durumlara denk gelmektedir. AAB geliştirmiş yetişkinin evden ayrılmakta oldukça zorlanması, bunu kritik bir yaşam olayı olarak değil bir kriz olarak değerlendirmesi, romantik ilişki içerisinde olduğu kişiye karşı aşırı bağımlı tutum sergilemesi ve ayrılıktan korkuyor olması veya anne baba olmaya karşı aşırı tepkiler vermesi beklenir (Manicavasagar, Silove, Curtis ve Wagner, 2000).

Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğunda yetişkinler için temel tedavi yöntemi psikoterapi ve psikofarmakolojik tedavilerin birlikte yürütülmesidir. Psikoterapi süreci içerisinde kişilerle bilişsel-davranışçı müdahaleler ve psikoleğitim süreçleri oldukça iyi sonuç vermektedir ve sık kullanılmaktadır. Psikoterapi sürecinde sistematik duyarsızlaştırma, davranışların işlevi değerlendirilmesi, rol oyunları ve yüzleştirme teknikleri kullanılmaktadır. Farmakolojik tedavide ise serotonin salgılayıcı ilaçlar, antidepresanlar ve benzodiazepinler sıklıkla kullanılır ve çok olumlu sonuç verir.

Çocuklar için planlanan terapi sürecinde ise otomatik düşüncelerin belirlenmesi ve değiştirilmesi üzerine çalışmak, bilişsel yeniden yapılandırma, mantıklı olmayan düşüncelerin tespiti ve düzenlenmesine yönelik bilişsel ve davranışçı teknikler uygulanır (Masi, Mucci ve Millepiedi, 2001; Özer, 2018).

### 1.3. NARSİSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU

Kişilik kavramı günümüzde farklı kuram ve kuramcılar tarafından farklı bakış açılarıyla ele alınmaktadır. En genel tanımla kişilik; bireyin doğuştan getirdikleri (mizaç ve genetik) ile doğum sonrası çevresi tarafından etkilendiği her türlü parametrenin bileşimidir. Bireyin kişilik özelliklerini diğer bireylerden onu ayıran ve tutarlı şekilde gözlemlenebilen davranışları oluşturur (Burger, 2004, çev. 2006). Bir olayla karşılaştığımızda duygularımızı, güdülerimizi ve bilişlerimizi etkileyen, benzer durumlar karşısında benzer tepkiler vermemizi sağlayan yapıdır kişilik (McCrae ve Costa, 1997).

Literatürde geçerliliği kanıtlanmış kuramlardan en kabul göreni ayırıcı özellikler kuramıdır. Kuram Gordon Allport tarafından ortaya atılmış ve daha sonra Murray ve Cattell tarafından geliştirilmiş ve daha kapsamlı hale getirilmiştir (Burger, 2004, çev. 2006). Kaç tipte insan olduğunu saptamak amacıyla oluşturulmuştur. Davranışların nedenlerini araştırmak için değil önceden kişinin dâhil olduğu tipi saptayıp davranışı öngörmeyi hedefler (Burger, 2004, çev. 2006). Kuramın sonradan geliştirilen Beş Faktör Kuramı (BFK) geçerlilik ve güvenilirlik açısından kişilik kuramları alanında öne çıkmaktadır. İnsanları kişilik özellikleri açısından beş temel özellik korelasyonları doğrultusunda inceleyen BFK'nin belirlenen faktörleri; dışadönüklük, uyumluluk, özdenetim, nörotiklik ve gelişime açıklıktır (DeYoung, 2010).

Kişilik açıklanırken en kabul gören modellerden biri de Cloninger'in iki bileşenli kişilik modelidir. Bu modelde kişiliğin iki temel bileşeni vardır. Bunlar; huy ve karakterdir. Huy insanın biyolojik tarafını açıklamaktadır ve doğrudan genetikle ilgilidir, kişiliğin duygusal tepki tarafıdır ve yaşam boyu değişmeden veya çok az değişerek varlığını sürdürür. Karakter ise kişiliğin istemli olarak gerçekleştirilen davranışlar ve niyetleri tanımlar. Karakter yaşam boyu gelişir ve çevresel koşullardan etkilenir (Cloninger, Svrakic ve Przybeck, 1993).

Kişilerin kişilik özellikleri anlaşılmaya çalışılırken, bazı kişilerde rastlanan, sürekli devam edecek bir şekilde; düzenli iş tutamama, ilişkilerde uyum ve süreklilik sağlayamama, toplumsal açıdan uyumlu davranışların yokluğu veya eksikliği gibi verilerin sonucunda 'kişilik bozukluğu vardır' sonucuna ulaşılmıştır (Öztürk ve Uluşahin 2020).

DSM-V'e göre bir kişinin kişilik bozukluğu tanısı dahilinde değerlendirilebilmesi ve tedaviye başlayabilmesi için gerekli tanı kriterleri şöyledir:

A. Bireyin içinde yaşadığı kültürün beklentilerinden belirgin olarak sapan, süregiden bir (aşağıdakilerden iki (veya daha çok) alanda kendini gösteren) içsel yaşantı ve davranış örüntüsü.

1. Biliş (kendini, diğer insanları ve olayları algılama ve yorumlama yolları).  
2. Duygulanım (duygusal tepkilerin yoğunluğu, aralığı, değişkenliği ve uygunluğu).

3. Kişilerarası işlevsellik.

4. Dürtü kontrolü.

B. Devam eden, esneklikten yoksun olan bu örüntü, çok değişik kişisel ve toplumsal durumları kapsar.

C. Devam eden bu örüntü, klinik açıdan belirgin sıkıntıya veya toplumsal, işle ilgili alanlarda veya önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte azalmaya yol açar.

D. Bu örüntü kalıcıdır ve uzun sürelidir ve başlangıcı ergenlik ya da erken erişkinlik dönemine uzanır.

E. Devam eden bu örüntü, başka bir ruhsal bozukluğun bir görünümü olarak veya başka bir ruhsal bozukluğun bir sonucu olarak daha iyi açıklanamaz.

F. Devam eden bu örüntü, bir maddenin (örneğin; bir ilaç, kötüye kullanılabilen bir madde) veya başka bir sağlık durumunun (örneğin; baş çarpması) fizyolojiyle alakalı olan etkilerine bağlanamaz.

Kişilik bozuklukları DSM-V'te bozuklukların bazı özellikler bakımından benzerlikleri dikkate alınarak üç ayrı kümede ele alınmıştır. Bu kümeler A, B ve C kümeleridir. A kümesindeki bozukluklardan birine sahip kişiler genellikle tuhaf ve olağandışı olarak görülmektedir; B kümesi bozukluğu olanlar genellikle dengesiz, dramatik ve aşırı duygusal olarak görülür; C kümesi bozukluğu olanlar kaygılı ve ürkek olarak görülürler (Ergin ve Alkar, 2022). A kümesi bozukluklar: Paranoid KB (Kişilik Bozukluğu), Şizoid KB, Şizotipal KB'dir. B kümesi kişilik bozuklukları: Antisosyal KB, Sınırdaki KB, Narsisistik KB, Histrionik KB'dir. C kümesi kişilik bozuklukları ise: Bağımlı KB, Çekingen KB ve Obsesif-Kompulsif KB'dir (Öztürk ve Uluşahin, 2020).

Narsisistik Kişilik Bozukluğu tanısı koyabilmek için gerekli olan ve DSM-V'te belirlenen tanı kriterleri ise;

“Aşağıdakilerden beş tanesi (veya daha çoğu) ile belirli, ergenlikte/erken erişkinlikte başlayıp ve değişik bağlamlarda ortaya çıkan, büyüklenme (düşlemlerde ya da davranışlarda), beğenilme ihtiyacı ve eş duygum yapamama ile giden yaygın bir örüntü:

1. Büyüklenir (örneğin; yeteneklerini ve başarılarını abartır; elde edilmiş olan başarılarla oransız bir şekilde, kendini üstün biri olarak görülme beklentisi içindedir).

2. Sınırsız bir güç, başarı, zekâ, güzellik ya da üstün bir sevgi hayali ile uğraşır durur.

3. Özel ve eşi-benzeri bulunmaz biri olduğuna ve ancak özel veya üstün diğer insanlar tarafından (ya da kurumlar tarafından) anlaşılabilceğine ve yalnızca onlarla ilişki kurması gerektiğine inanır. Fazlaca beğenilmek ister. Hak ettiği duygusu içindedir (özellikle kayırılacak bir tedavi göreceğine veya istediği her şeyin yapılacağına dair anlamsız beklentiler içindedir). Kendi çıkarı için başkalarını kullanır (kendi amaçlarına ulaşmak için başkalarından faydalanır). Eş duygum yapamaz: Başkalarının ihtiyaçlarını ve duygularını anlamak istemez. Sık sık başkalarını kıskanır veya başkalarının kendisini kıskandığına inanır. Diğer insanlara saygısız davranır, kendini beğenmiş tutumlar ve davranışlar sergiler.”

olarak belirlenmiştir.

Narsisistik Kişilik Bozukluğu erkeklerde kadınlara oranla 4-5 kat daha fazla görülmektedir ve diğer kişilik bozukluklarında olduğu gibi ekonomik durumları kişilik bozukluğu olmayanlardan daha düşüktür. Narsisistik Kişilik Bozukluğunun en sık karıştırıldığı kişilik bozukluğu ise Borderline Kişilik Bozukluğudur (Öztürk ve Uluşahin, 2020).

Narsisistik Kişilik Bozukluğunun temelinde bireyin erken çocukluk dönemlerinde var olması normal olan büyüklenmiş özbenlik duygusunun ebeveynler tarafından yeterli karşılık bulamamış olması vardır. Bu kişilik bozukluğuna sahip kişilerin çocukluk dönemlerinde anne baba tarafından ihmal edilmiş olma öyküsüne sık rastlanır (Öztürk ve Uluşahin, 2020).

## İKİNCİ BÖLÜM

### 2. YÖNTEM

#### 2.1. ÇALIŞMANIN YÖNTEMİ VE AMACI

Bu çalışma literatürde yer alan kaynakların taranıp hem bilgilerinin hem sonuçlarının derlendiği bir çalışmadır. Alanyazında yer alan (kaynakçada belirtilen) bilimsel çalışmalar kullanılmıştır ve derlenmiştir. Araştırmanın amacı olarak bağlanma ve ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişkinin ortaya konmasına ve bağlanma stillerinin Narsisistik Kişilik Bozukluğu üzerindeki etkilerinin anlaşılmasına yönelik bir alanyazın incelemesi yapılmıştır. Birinci bölümde yer aldığı üzere bağlanma, ayrılık anksiyetesi ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu konuları detaylı bir şekilde açıklanmıştır.

Bilimsel çalışmalar içerisinde bağlanma ve ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişkinin anlaşılmasına yönelik yapılmış çalışmalar ile bağlanmanın ve bağlanma stillerinin Narsisistik Kişilik Bozukluğunu yordama düzeyinin anlaşılmasına yönelik çalışmaların sonuçlarına ise sonuç bölümünde yer verilmiştir. Sonuç bölümünde yer alan çalışmaların sonuçları ayrı ayrı ele alınmış olup tartışma bölümünde bu sonuçlar tartışılmıştır.

Tartışma ve öneriler başlığında yer verilen literatür bilgileri ile sonuç bölümünde yer verilen çalışmaların sonuçlarına yönelik karşılaştırmalı olarak ele alınan; literatürle uyumlu olan çalışmalar değerlendirilmiş, literatürle uyumlu olmayan çalışmaların ise sebepleri açıklanmaya çalışılmıştır. Bu çalışmalara yönelik yeniden planlanması durumunda neler daha iyi yapılabilir ve bu derlenen çalışmalar nasıl geliştirilebilir sorularına cevap aranmaktadır.

Ekler bölümünde bu derleme makalesinde yer verilen konular için literatürde en sık kullanılan ve bu makalede kullanılan makalelerde de en sık kullanılmış olan ölçme araçlarından bazılarını yer verilmiştir. Eklerin verilme amacı incelenen konuların daha iyi anlaşılmasını sağlamaktır. Form ve ölçeklerde yer alan soruların

incelenmesinin çalışmada yer alan konu başlıklarının anlaşılmasını kolaylaştırması beklenmektedir.

## 2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu derleme makalede kullanılan bilimsel çalışmaların taranmasında ve derlenmesinde ScienceDirect, Psycharticles, Academic Search Ultimate (EBSCO), TRDizin, DergiPark veritabanları ile Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Kütüphanesi kaynakları ve sahip olunan kitap kaynakları kullanılmıştır.

## SONUÇ

Bu bölümde bağlanma ve ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişkiyi ve bağlanmanın narsistik kişilik bozukluğu üzerindeki etkilerini araştırmış ve bununla ilgili nesnel sonuçlara ulaşmış bazı ampirik çalışmaların sonuçları derlenmiştir.

Bir araştırmada anksiyete bozukluklarından biri olan Panik Bozukluk sahibi hastaların ayrılık anksiyetesi olan veya olmayan türlerinde bağlanma stilleri açısından herhangi bir fark görülmezken; Ayrılık kaygısı ölçeğinde AAB olan grubun kaygılı bağlanma puanı yüksek olanlarının onay arama eğilimi daha fazla olduğu ve ilişkiler için daha fazla vakit harcadıkları anlaşılmıştır. Çalışmanın sonuçları, yetişkin ayrılık anksiyetesi bozukluğunun kaygılı bağlanma veya agorafobiden farklı olduğu fikrini desteklemektedir. AAB'si olanlarda, AAB olmayanlara kıyasla daha yüksek oranda kaygılı bağlanmayı düşündüren semptomlar bulunmuştur. Ancak AAB ile bağlanma stili arasındaki ilişki güçlü değildir ve güvenli bağlanma stili bildiren bazı hastalarda da AAB ortaya çıkmaktadır. Benzer şekilde, AAB'nin bir tür agorafobi olmadığı açıkça bellidir (Pini, Abelli, Troisi, Siracusano, Cassano, Shear ve Baldwin, 2014).

Bir başka çalışmada yetişkinlerde Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğunun bağlanma ve anne baba tutumu ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışmada ayrılık anksiyetesi ölçeği ve bağlanma türlerinden kaygılı ve kaçınan bağlamayı alt boyut olarak veren iki farklı ölçek kullanılmıştır. Bağlanma stilini ölçen ölçekte kaygılı bağlanma alt boyutunda cinsiyete göre farklılığın olup olmadığını incelemek için yapılan analizde istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür. Erkeklerin kaygılı bağlanma alt boyutu toplam puanları daha yüksektir. AAB ölçen testin toplam puanları katılımcıların aileleriyle birlikte veya ailelerinden ayrı yaşama durumuna göre karşılaştırıldığında aileden ayrı yaşayan kişilerin AAB puanları yüksek çıkmıştır. Ayrıca bir başka psikiyatrik rahatsızlığın var olması durumunda da AAB ölçen testin toplam puanları yükselmektedir. Araştırmanın temel amacı olarak AAB ve bağlanma stillerinin ilişkisi incelendiğinde ise bağlanma stillerinden kaygılı ve

kaçıngan bağlanma alt boyutları ile AAB arasında zayıf olsa da pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Literatürle uyumlu olarak güvensiz bağlanma tiplerine sahip bireylerin Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğuna sahip olma oranları daha yüksektir (Tepe, Cihan ve Durat, 2020).

Erişkin ayrılık anksiyetesinin bağlanma stilleri ile ilişkisinin Panik Bozukluk yaşayan hasta grubunda incelendiği bir başka çalışmada ise AAB'nin erken yaşta anne babasını kaybeden kişilerde daha yaygın olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada kaygılı bağlanma stili hem kontrol hem deney grubunda en fazla gözlemlenen bağlanma stili olmuştur. Bağlanma stilleri ortalamaları, ayrılık anksiyetesinin varlığına göre karşılaştırılmıştır ve bağlanma biçimlerinin ayrılık anksiyetesini yordamadığı görülmüştür (Selbes, Berkol, Kunt, Uğurpala, Mehtar ve Gökçeimam, 2017).

Çocuklar ve anneleri ile yapılan bir çalışmada da bağlanma stillerinin ayrılık kaygısına nasıl etki ettiği incelenmiştir. Güvenli bağlanma belirtileri gösteren çocuklar güvensiz bağlanma geliştirmiş çocuklardan her alanda daha az kaygılı bulunmuşlardır. Güvensiz bağlanmanın kaçıngan bağlanma stiline sahip çocukların en yüksek düzeyde kaygıya sahip oldukları görülmüştür. Anne ile ayrılma anında da yüksek seviyede kaygı göstermişlerdir. Çalışmada ayrıca annenin duyarlılığı değişken olarak eklenmiştir ve bağlanma ilişkisini yordadığı bildirilmiştir (Dallaire ve Weinraub, 2006).

Muris, Meesters, Melick ve Zwambag (2000) tarafından yapılan çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Bağlanma stillerinin bazı anksiyete türleri ile ilişkisi incelenmiştir ve sonuçlarda güvenli bağlanmaya sahip çocuk ve ergenlerin güvensiz bağlanma stilleri olan kaçıngan ve kaygılı bağlanan çocuk ve ergenlerden daha az anksiyete belirtisi göstermişlerdir. Ayrılık anksiyetesi güvensiz bağlanmaya sahip gruplarda (yaş faktörüne göre değişmeksizin) güvenli bağlanmalara göre daha fazla görülmektedir (Muris, Meesters, Melick ve Zwambag, 2000).

Bir başka çalışmada Narsisistik Kişilik Bozukluğu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuçlarda erkek katılımcıların narsisim toplam puanları kadınların narsisim toplam puanlarından yüksektir ve sonuçlarında

Narsisistik Kişilik Bozukluğu tanısı alabilecek grupta kaygılı ve kaçınan bağlanma alt boyutu toplam puanlarının azaldığı saptanmıştır (Kaya ve Kalkan, 2019).

İran'da üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada Narsisistik Kişilik Bozukluğu ile bağlanma stilleri arasında ki ilişki incelenmiştir. Sonuçlarda Narsisistik Kişilik Bozukluğu ve bağlanma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Güvenli bağlanma ile Narsisistik Kişilik Bozukluğu arasında negatif yönlü bir ilişki varken, güvensiz bağlanma türleri olan kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri ile Narsisistik Kişilik Bozukluğu arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. Kaçınan bağlanma stiline sahip kişiler narsisistik belirtiler açısından daha fazla duygusal manipülasyon ve sömürü yapmaktadır. Kişiler arası ilişkilerinde lider gibi davranır. Diğer kişilere karşı mesafeli ve saldırgan tutum sergileyebilirler. Kaygılı bağlanma stiline sahip kişiler ise narsisistik belirtiler açısından daha utangaçtır ve kendi değerini çevreden gelen övgülere dayalı olarak belirlemektedir (Ahmadi, Ahmadi, Honarmand, Zargar, Arshadi ve Mirshekar, 2015).

Kişilik bozukluklarının bağlanma stilleri ile ilişkisini anlamaya yönelik yapılan ve bağlanmanın Bartholomew ve Horowitz'in yetişkinlere yönelik oluşturduğu bağlanma stilleri açısından incelendiği bir çalışmada ise Narsisistik Kişilik Bozukluğunun korkulu bağlanma stili ile ilişkili olduğu görülmüştür (Lyddon ve Sherry, 2001).

Crawford ve arkadaşları (2006) tarafından yapılan çalışmada bağlanma ve kişilik bozuklukları arasındaki ilişki incelenmiştir ve güvensiz bağlanma stilleri ile kişilik bozuklukları arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Kaçınan bağlanmaya sahip kişilerin Paranoid KB, Şizoid KB ve Şizotipal KB (A kümesi kişilik bozuklukları) sahibi olma riski daha yüksek iken kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerin Kaçınan KB, Bağımlı KB, Obsesif-Kompulsif KB Antisosyal KB, Sınırdaki KB, Histrionik KB ve Narsisistik KB (B ve C kümesi kişilik bozuklukları) sahibi olma riskinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Crawford, Shaver, Cohen, Pilkonis, Gillath ve Kasen, 2006).

Narsisistik Kişilik Bozukluğunun bağlanma ile ilişkisinin incelendiği bir başka çalışmada ise Narsisistik Kişilik Bozukluğu düzeyinde olmayı ara klinik tanıda bulunan kişilerin bulunduğu bir grup ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu tanısı alabilecek şekilde tanı kriterlerini karşılayan bir grup karşılaştırılmıştır. Ara klinik gruptaki bireylerin kaygılı bağlanma stiline, NKB grubunun ise kaçınan bağlanma stili ile bağlanma ilişkisini kurduğu görülmüştür (Smolewska ve Dion, 2005).

## TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Derlenen çalışmalarda görülmüştür ki; deney ve kontrol grubunda saplantılı/kaygılı bağlanma stili daha fazla görülen bağlanma stili olmuştur. Bu sonuç literatürle uyumludur. Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılan çalışmalarda da bağlanma stillerinden en sık rastlanana saplantılı/kaygılı grup olmuştur. Yabancı literatürde ise en sık rastlanan bağlanma stili güvenli bağlanma iken ikincisi kayıtsız/kaçıngan bağlanmadır (Sümer ve Güngör, 1999).

Selbes ve arkadaşlarının (2017) yaptığı çalışmada bağlanma stillerinin ayrılık anksiyetesi üzerinde bir etkisinin olmadığına dair elde edilen sonucun yanı sıra aynı çalışmada hem deney grubu hem kontrol grubunda erken yaşta anne baba kaybının var olması durumunda kaygılı/saplantılı ve korkulu bağlanma stillerinin istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olması çocuklukta ayrılık anksiyetesi yaşayan çocukların bağlanma stiline güvensiz şekilde geliştiğini açıklar durumdadır.

Kaya ve Kalkan (2019) tarafından yapılmış olan çalışmaya göre erkek katılımcıların narsisizm düzeyleri kadın katılımcılardan yüksektir. Ancak yine de patolojik düzeyde bir Narsisistik Kişilik Bozukluğu sonucu verecek düzeyde değildir puanlar. Bu araştırmada örneklem grubu büyütülerek çalışma yeniden yapılabilir. Elde edilen bu sonucun kültürel kadın erkek rolleri ve toplumsal cinsiyetçi kalıp yargılar neden olmuş olabilir. Bennett'in yaptığı çalışmada da elde edilen bir diğer sonuç olarak kaygılı bağlanma stiline sahip olan grupta Narsisistik Kişilik Bozukluğu puanları düşmektedir. Kaçıngan bağlanma stili puanları azaldıkça Narsisistik Kişilik Bozukluğu puanları artmaktadır. Bu da literatürde yer alan kendilik kavramıyla örtüşmektedir. Kaygılı bağlanma geliştirenler kaçıngan bağlanma stiline sahip bireylerden daha olumsuz benlik algısına sahiptir (Bennett, 2006).

Bağlanma ve ayrılık anksiyetesi doğal olarak birbirinin sonucu haline gelen iki kavramdır. Ayrılık anksiyetesini en olumlu şekilde yönetmek ebeveynin görevidir. Güvensiz bağlanma stillerinde anlatıldığı üzere anneden ayrılmak başlı başına kaygı veren bir olaydır. Bu kaygı duygusunun bozukluk boyutuna ulaşmaması için yapılacaklar çocukla güvene dayalı ilişki ve ihtiyaç duyduğu her anda geri dönebileceği bir güvenli alan sağlamaktır (Özer, 2018).

Narsisizmin farklı boyutları olduğunu öne süren çalışmaların yanı sıra DSM-V'te tanı kriterlerine uyan Narsisistik Kişilik Bozukluğu (NKB) kapsamında bağlanma stillerini ele alacak olursak NKB ile en yüksek korelasyon gösteren bağlanma stiline kaçınan bağlanma olduğu görülmektedir (Campbell ve Miller, 2011). Ahmadi ve arkadaşları tarafından (2015) çalışmada da anlaşıldığı üzere Narsisistik Kişilik Bozukluğu (NKB) kaçınan ve kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerde güvenli bağlanmaya sahip kişilerden daha sık görülmektedir. Bennet'in (2006) çalışmasında da elde edilen sonuçlar incelendiğinde bağlanma stillerinden güvensiz bağlanma başlığı altında bulunan her stile sahip kişilerin NKB'ye sahip olma ihtimali güvenli bağlanma stiline sahip kişilerden daha fazladır (Bennett, 2006).

Narsisistik Kişilik Bozukluğu bağlanma tarafından doğrudan açıklanmaktadır. Bağlanma; anne ile kurulan ilk ilişkidir ve yaşam boyu kurulan diğer tüm ilişkileri etkileyen bir stilde olgunlaşır. Anne ile kurulan bu ilişki aynı zamanda kişinin kendisi ile ilgili görüşlerini de oluşturmaktadır. Annenin çocuğa yaklaşımı, davranışı, tutumları ve ihtiyaçlarını karşılama şekli ile birlikte çocuk kendisi ile ilgili görüşler edinir. Anne tarafından sevgi gören çocuk sevmeye layık olduğunu düşünürken; anne tarafından ihmal edilen veya ihtiyacı olduğu kadar ilgiyle karşılık alamayan çocuk kendisi ile ilgili olumsuz görüşler edinmektedir. Bunun sonucu olarak bu Narsisistik Kişilik Bozukluğu gelişmesi açısından risk altındadır. Literatürde görülmektedir ki güvensiz bağlanma stillerinden her biri için NKB gelişme riski var olmakla birlikte kaçınan stille bağlanan bireylerde NKB gelişme riski daha fazladır. Kaygılı stille bağlanan bireyler Narsisistik Kişilik Bozukluğu ile birlikte Borderline Kişilik Bozukluğu açısından da risk altındadır (Bennett, 2006)

Bu derleme makalesinde seçilen konunun kapsam açısından sınırlılıkları mevcuttur. Bağlanma kuramı ve ayrılık anksiyetesi konuları hemen hemen her kaynakta aynı şekilde ifade edilmiştir. Literatüre katkı sağlayan ve deneysel çalışmalarla kuramlara katkı sağlayıp başlıkta yer alan konulara dair yeni kavramlar kazandıran ve literatürü geliştirip genişleten birkaç araştırma ve araştırmacı dışında kaynaklarda yazarlar bahsi geçen birkaç araştırma ve araştırmacının sonuçlarını kullanıp derlemekten öteye gidememiştir.

Bağlanma kuramı Bowlby, Ainsworth, Bartholomew ve Horowitz, ve bu derlemede adı geçmeyen birkaç araştırmacının katkıları dışında gelişme kaydedememiştir. 1951 yılında Bowlby'nin tanımladığı kavram (bağlanma) günümüze dek 71 senelik sürede kısıtlı şekilde gelişmiş ve üzerine yapılan araştırmalar bu kavramın üzerine kısıtlı düzeyde bilgi ekleyebilmiştir.

Ayrılık anksiyetesi terimi açısından literatür kısıtlı bilgilere sahiptir. Kavramın birçok açıdan değerlendirilmiştir ve birçok farklı patoloji ile ilişkisi araştırılmıştır. Ancak terime anlam açısından çok az katkı sağlanmıştır.

Narsisistik Kişilik Bozukluğu, kişilik bozuklukları içerisinde klinik açıdan ele alınmıştır fakat terim olarak literatürde çok az kaynakta deneysel çalışma yapılmıştır. Bunun sebebinin Narsisistik Kişilik Bozukluğu tanısı alabilecek kişilerin kliniklere ve hastanelere oldukça nadir başvuru yapması olduğu düşünülmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2020).

Narsisizm ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkiyi anlamaya dair yapılan çalışmalarda görülmüştür ki güvensiz bağlanma kişilerde empati yapma becerisini düşürmesi, bireysel yaşama karşı yönlendirmesi ile birlikte narsisizme neden olmaktadır (Sakman ve Sümer, 2018).

Başlıkta yer alan üç kavramın da (Bağlanma, Ayrılık Anksiyetesi ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu) kısıtlı bir şekilde açıklanmasının nedeni olarak analitik açıdan daha fazla ele alınmış olması söylenebilir. Bu kavramların bilişsel açıdan ele alınıp açıklanmasının analitik açıdan ele alınıp açıklanmasından daha güç olduğu görülmüştür. Zira üç kavram da analitik açıdan incelendiğinde daha fazla veriye ulaşılmaktadır.

Literatürde yer alan kaynakların birçoğunda yetersiz bilgi mevcuttur. Makale başlığında yer alan ifadeler makale içeriğinde görülememiştir. Özellikle makale içeriğinde yer alması gereken analizlerin oldukça yanlış ve eksik olduğu görülmektedir. Literatür kaynakları için makalelerde analiz eksikliğinin tamamlanması gereklidir. Bu derleme makalenin yazılma amacı olarak bağlanma ve ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişkinin yordanmasını konu alındığı makaleler incelendiğinde sonuçlar kısmında bu iki kavram arasındaki ilişkiyi yordayan herhangi bir analiz

veya sonuç bulunmamaktadır. Bağlanma ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu arasındaki ilişkiyi yordamaya yönelik yapılmış çalışmalarda da aynı şekilde sonuçlar kısmında bağlanma ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu arasındaki ilişkinin durumuna yönelik bir sonuç ve analizin olmadığı görülmüştür.

Yapılan çalışmaları geliştirici öneriler olarak; özellikle Türkçe literatürde yüksek lisans tezleri dışında çok az kaynakta bağlanma ile ayrılık anksiyetesinin ilişkisi ve bağlanmanın Narsisistik Kişilik Bozukluğu üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Yayımlanan makaleler de analizler açısından yetersiz kalmaktadır. Analizler açısından yetersiz kalan makalelerin daha büyük örneklem gruplarıyla ve daha detaylı ölçeklerle birlikte kapsamlı bir biçimde planlanması ve yeniden yapılması uygun olacaktır. Ayrıca analizlerin eksikliğinin psikoloji ve alt alanlarında çalışan kimselerin analiz bilgilerinin yetersiz kalmasından kaynaklandığı bilimsel sonuçların dahi eksik veya yanlış yazılmış olması nedeniyle anlaşılmaktadır. İstatistiksel analizin önemi yeniden anlaşılmış olup yapılmış olan çalışmaların yeniden planlanma sürecinde analizlerin de daha özenli yapılması sonuçlar açısından önem arz etmektedir.

Bağlanma, Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu ve Narsisistik Kişilik Bozukluğu için literatürde yer alan kaynaklarda elde edilen genel bilgiler kullanılmıştır. Literatürde bazı kaynaklarda bu derleme makalede yer alan bilgilerin aksi bilgilere ulaşılmış olsa da görülmektedir ki bahsi geçen çalışmalarda gerek örneklem grubunun homojen olmaması gerekse yapılan analizlerin sağlıklı yapılmış olmasıyla bu derleme makalede verilmiş bilgilerin aksi istatistiksel olarak tutarlı bir biçimde ispatlanamamaktadır.

## KAYNAKÇA

**Ahmadi, V., Ahmadi, S., Honarmand, M. M., Zargar, Y., Arshadi, N. & Mirshekar, S.** (2013). The relationships between attachment styles and narcissism among students of Shahid Chamran University in Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 215-218.

**Ainsworth, M. S.** (1979). Infant–mother attachment. *American psychologist*, 34(10), 932-937.

**Akdağ, S. T.** (2011). *Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Ebeveynlerinin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Antalya: Akdeniz Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2011.

**Allen, J. P., Marsh, P., McFarland, C., McElhaney, K. B., Land, D. J., Jodl, K. M., & Peck, S.** (2002). Attachment and autonomy as predictors of the development of social skills and delinquency during midadolescence. *Journal of consulting and clinical psychology*, 70(1), 56-66.

**American Psychiatric Association** (2013). *Mental Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı 5. baskı (DSM-5)*. (E, Köroğlu, Çev.). HYB Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2013).

**Bakır, N., Ölçer, Z. & Oskay, Ü.** (2014). Yüksek riskli gebelerin prenatal bağlanma düzeyi ve etkileyen faktörler. *Uluslararası Hakemli Kadın Hastalıkları ve Anne Çocuk Sağlığı Dergisi*, 1(1), 25-37.

**Bartholomew, K. & Horowitz, L. M.** (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226-244.

**Bennett, C. S.** (2006). Attachment theory and research applied to the conceptualization and treatment of pathological narcissism. *Clinical Social Work Journal*, 34(1), 45-60.

**Bowlby, J.** (1951). *Maternal Care And Mental Health* (Vol. 2). Geneva: World Health Organization.

**Bowlby, J.** (2012). *Bağlanma ve kaybetme*. (T. V. Soylu, Çev.). Pinhan Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1969).

**Brandon, A. R., Pitts, S., Denton, W. H., Stringer, C. A. & Evans, H.** (2009). A history of the theory of prenatal attachment. *Journal of prenatal & perinatal psychology & health: APPPAH*, 23(4), 201-222.

**Bretherton, I.** (1992). The origins Of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental psychology*, 28(5), 759-775.

**Burger, J. M.** (2006). *Kişilik* (İ, K, E, Sarıoğlu, Çev.). Kaknüs Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2004).

**Campbell, W. K. & Miller, J. D.** (Ed.). (2011). The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder. Wiley

**Cloninger, C. R., Svrakic, D. M. & Przybeck, T. R.** (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of general psychiatry*, 50(12), 975-990.

Craske, M. G., Rauch, S. L., Ursano, R., Prenoveau, J., Pine, D. S. & Zinbarg, R. E. (2011). What is an anxiety disorder?. *Focus*, 9(3), 369-388.

**Crawford, T. N., Shaver, P. R., Cohen, P., Pilkonis, P. A., Gillath, O. & Kasen, S.** (2006). Self-reported attachment, interpersonal aggression, and personality disorder in a prospective community sample of adolescents and adults. *Journal of personality disorders*, 20(4), 331-351.

**Çetin, S. B. & Avcı, Ö. H.** (2022). Çocuklarda ayrılık kaygısı ile anne-babanın ayrılık kaygısı ve ebeveynliğe yönelik tutumları. *Yaşadıkça Eğitim*, 36(1), 162-182.

**Dalgar, G., Civil, F., Savaş, E. & Şahin, A.** (2022). erken çocuklukta bağlanma: John Bowlby ve Mary Ainsworth açısından incelenmesi. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 85-92.

**Dallaire, D. H. & Weinraub, M.** (2005). Predicting children's separation anxiety at age 6: The contributions of infant–mother attachment security, maternal sensitivity, and maternal separation anxiety. *Attachment & Human Development*, 7(4), 393-408.

**DeYoung, C. G.** (2010). Toward a theory of the Big Five. *Psychological Inquiry*, 21(1), 26-33.

**Doksat, N. G. & Çiftci, A. D.** (2016). Bağlanma ve yaşamdaki izdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 25(4), 489-501.

**Duyan, V., Kapısız, S. G. & Yakut, H. İ.** (2013). Doğum Öncesi Bağlanma Envanteri'nin Bir Grup Gebe Üzerinde Türkçe'ye uyarlama çalışması. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*, 10(39), 1609-1614.

**Elkin, N.** (2015). Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri ve bunları etkileyen faktörler. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 24(6), 230-237.

**Ergin, E. & Alkar, Ö. Y.** (2022). Effectiveness of cognitive behavioral therapy in cluster c personality disorders. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 185-194.

**Eyüboğlu, D.** (2020). Anne ile çocuk arasındaki eşsiz bağ olarak bağlanma; Prenatal dönemden çocukluğa. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*, 5(2), 346-352.

**Harlow, H. F. & Zimmermann, R. R.** (1959). Affectional response in the infant monkey: Orphaned baby monkeys develop a strong and persistent attachment to inanimate surrogate mothers. *Science*, 130(3373), 421-432.

**Hock, E., Eberly, M., Bartle-Haring, S., Ellwanger, P. & Widaman, K. F.** (2001). Separation anxiety in parents of adolescents: Theoretical significance and scale development. *Child Development*, 72(1), 284-298.

**Holmes, J.** (1993). *John Bowlby and Attachment Theory*. Routledge. London.

**Irmak, M. Y., Irmak, A., Murat, D. & Demir, N. Ü.** (2016). Ayrılık anksiyetesi bozukluğu ile ilişkili okul reddi; bir ergen olgu sunumu. *Journal of Contemporary Medicine*, 6(4), 357-360.

**Karaaziz, M. & Atak, İ. E.** (2013). Narsisizm ve narsisizmle ilgili araştırmalar üzerine bir gözden geçirme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1(2), 44-59.

**Kaya, L. & Kalkan, M.** (2019). Üniversite öğrencilerinde narsisistik eğilimler, bağlanma stilleri ve sosyal medya kullanımı. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (2), 243-249.

**Kaya, M. M.** (2021). Ayrılma kaygısı bozukluğu üzerine bir inceleme. *Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, 4(2), 209-220.

**Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. & Üstündağ, M. F.** (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.

**Keskin, G. & Çam, O.** (2009). Bağlanma süreci: Ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 23(2), 145-158.

**Kins, E., Soenens, B. & Beyers, W.** (2013). Separation anxiety in families with emerging adults. *Journal of Family Psychology*, 27, 495-505

**Kültür, S. E. Ç., Tiryaki, A. & Ünal, F.** (2003). Ayrılık kaygısı bozukluğu olan çocuklarda sosyodemografik ve klinik özellikler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10(1), 3-8.

**Levine, A. & Heller, R.** (2022). *Bağlanma: Aşkı Bulmanın ve Korumanın Bilimsel Yolları* (E, Güldemler, Çev.). Aganta Kitap. (Orijinal çalışma basım tarihi 2010).

**Lyddon, W. J. & Sherry, A.** (2001). Developmental personality styles: An Attachment theory conceptualization of personality disorders. *Journal of Counseling & Development*, 79(4), 405-414.

**Main, M. & Solomon, J.** (1990). Procedures for identifying infants as disorganized-disoriented during the Ainsworth Strange Situation. *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*, 1, 121-160.

**Manicavasagar, V., Silove, D., Curtis, J. & Wagner, R.** (2000). Continuities of separation anxiety from early life into adulthood. *Journal of Anxiety Disorders*, 14(1), 1-18.

**Masi, G., Mucci, M. & Millepiedi, S.** (2001). Separation anxiety disorder in children and adolescents. *CNS drugs*, 15(2), 93-104.

**McCrae, R. R. & Costa Jr, P. T.** (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516.

**Morsünbül, Ü. & Çok, F.** (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.

**Muris, P., Meesters, C., Van Melick, M. & Zwambag, L.** (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences*, 30(5), 809-818.

**Nacar, E. H. & Gökkaya, F.** (2019). Bağlanma ve maternal bağlanma konusunda bir derleme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(1), 50-56.

**Özer, İ. Ö.** (2018). Bağlanmanın doğal sonucu: Ayrılma kaygısı. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 125-134.

**Özgül, S. S., Demir, V. & Ünübol, H.** (2019). Kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerinin cinsiyet değişkenine göre duygusal şemalarla olan ilişkisinin incelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(3), 173-179.

**Öztürk, E., Türel, F. İ. & Oğur, E.** (2020). Psicotarih ve bağlanma kuramı. *Türkiye Klinikleri Psikoloji - Özel Konular*, 5(1), 63-71.

**Öztürk, M. O. & Uluşahin, A.** (2020). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Nobel Tıp Kitabevleri. Ankara.

**Pini, S., Abelli, M., Troisi, A., Siracusano, A., Cassano, G. B., Shear, K. M. & Baldwin, D.** (2014). The relationships among separation anxiety disorder, adult attachment style and agoraphobia in patients with panic disorder. *Journal of anxiety disorders*, 28(8), 741-746.

**Sakman, E. & Sümer, N.** (2018). Güvensiz bağlanma neden yaygın? Bir erken uyarı ve uzaklaşma sistemi olarak güvensiz bağlanma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 21(42), 1-13.

**Selbes, A., Berkol, T. D., Kunt, S., Uğurpala, C., Mehtar, M. & Gökçeimam, P.** (2018). Psikiyatri polikliniğine başvuran panik bozukluğu hastalarında erişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma biçimleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(3), 1-9.

**Smolewska, K. & Dion, K.** (2005). Narcissism and adult attachment: A multivariate approach. *Self and Identity*, 4(1), 59-68.

**Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. & Şenol, S.** (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8(2), 88-99.

**Sümer, N.** (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.

**Sümer, N. & Güngör, D.** (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

**Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R. & Çekem, B.** (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının Depresyon, Panik Bozukluk ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38-45.

**Tepe, Ç. Ş., Cihan, S. & Durat, G.** (2020). Yetişkin ayrılma kaygısı bozukluğunun bağlanma ve anne baba tutumu ile ilişkisi. *International Social Sciences Studies Journal*, 6(59), 1390-1398.

**Tonkuş, M. B. & Muslu, S. N.** (2021). Maternal bağlanma ve ilişkili faktörler. *Journal of Medical Sciences*, 2(2), 32-40.

**Tsappis, E., Garside, M., Wright, B. & Fearon, P.** (2022). Promoting secure attachment. *Paediatrics and Child Health*. 32(5), 191-197.

**Türkçapar, H.** (2004). Anksiyete bozukluğu ve depresyonun tanısal ilişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 7(Ek-4), 12-16.

**Tüzün, O. & Sayar, K.** (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.

## **EKLER**

## EK-1. YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ

### (YIYE-II)

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7  
Hiç Kararsızım/ Tamamen  
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

	1	2	3	4	5	6	7
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedığım kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7

14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzumu bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelenendir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7

33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

## EK-2. AYRILIK ANKSİYETESİ BELİRTİ TARAMA ENVANTERİ

### AYRILMA ANKSİYETESİ BELİRTİ ENVANTERİ

Aşağıdaki cümleler çocukluğunuzda (18 yaş altında ) yaşayabileceğiniz bazı korkulara ilişkindir; lütfen hatırlamaya çalışarak, "tüm soruları" yanıtlayınız. Ben 18 yaşından küçükken...

	Çok Sık Hissettim	Sıklıkla Hissettim	Nadiren Hissettim	Hiç Hissetmedim
1- Okula gitmek istemezdim.				
2- Evde olmadığım zaman ebeveynlerimden birinin başına kötü bir şey gelebileceğinden korkardım.				
3- Evde tek başıma bırakılmak istemezdim.				
4- Okula gitmeden önce baş ağrısı, bulantı, mide ağrısı gibi bedensel şikayetlerim olurdu.				
5- Onların yanında olmadığımda, ailemden birilerinin başına kaza gelebileceğine dair korkularım vardı.				
6- Yabancı yerlerde bulunduğumda, kaybolmaktan korkardım.				
7- Gece yalnız kaldığımda, canavarların ya da hayvanların bana saldırabileceğini hayal ederdim.				
8- Tek başımayken, tanımadığım kimselerden çok korkardım.				
9- Kendimin ya da ailemin şiddete maruz kaldığı şeklinde kâbuslar görürdüm.				
10-Ailemden ayrılmışsam çok mutsuz olurdu.				
11- Yalnız olduğumda, kaçırılacağımdan ya da zarar göreceğimden korkardım.				
12- Evden uzaktayken, ailemle birlikte olduğumu hayal ederdim.				
13- Yalnız başıma uyumaktan korkardım.				
14- Okula gitmeden önce çok gergin olurdu.				
15- Karanlıktan korkardım.				

### EK-3. NARSİSİSTİK KİŞİLİK ENVANTERİ

Aşağıdaki cümle çiftlerini okuyun ve kendinizle ilgili duygu ve düşüncelerinizi nispeten doğru yansıtan ifadenin yanına çarpı (x) koyun. Herhangi ifadenin sizi tam olarak yansıtmadığını düşünebilirsiniz. Yine de size *daha yakın* olan hangisiyse onu işaretleyin.

**LÜTFEN 16 SORUNUN TAMAMINI YANITLAYIN.**

**HER SORUDA SİZE EN YAKIN GELEN TEK BİR İFADEYİ İŞARETLEYİN.**

1.  İlgi merkezi olmak hakikaten de çok hoşuma gider.  
 İlgi merkezi olmak beni rahatsız eder.
2.  Çoğu insandan ne daha iyi ne de daha kötüyüm.  
 Özel biri olduğumu düşünüyorum.
3.  Hikâyelerimi dinlemek herkesin hoşuna gider.  
 Bazen güzel hikâyeler anlatıyorum.
4.  Layık olduğum saygıyı çoğunlukla görüyorum.  
 Hak ettiğim saygıyı görme konusunda ısrar ederim.
5.  Emirlere uymaktan rahatsızlık duymam.  
 İnsanlar üzerinde otorite sahibi olmak hoşuma gider.
6.  Önemli bir insan olacağım.  
 Başarılı olacağımı umuyorum.
7.  İnsanlar bazen söylediklerime inanıyorlar.  
 Her insanı istediğim her şeye inandırabilirim.
8.  Başka insanlardan çok şey beklerim.  
 Başka insanlar için bir şeyler yapmak hoşuma gider.
9.  İlgi merkezi olmak hoşuma gider.  
 Kalabalığa karışmayı tercih ederim.
10.  Ben de herkes gibi biriyim.  
 Sıra dışı bir insanım.
11.  Ne yaptığımı her zaman bilen biriyimdir.  
 Bazen ne yaptığımdan emin olamıyorum.
12.  Kendimi insanları manipüle ederken yakaladığımda bundan hoşlanmıyorum.  
 İnsanları manipüle etmek bana kolay geliyor.
13.  Otorite olmanın benim için pek de anlamı yoktur.  
 İnsanlar otoritemi hep tanır gibi görünürler.
14.  İyi olduğumu biliyorum, çünkü herkes bana devamlı bunu söylüyor.  
 İnsanlar bana iltifat ettiklerinde bazen utaniyorum.
15.  Gösterişçi olmamaya çalışırım.  
 İmkân bulursam gösteriş yapma eğiliminde olurum.
16.  Başka insanlardan daha kabiliyetliyim.  
 Başka insanlardan öğrenebileceğim çok şey var.