



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

**BAĞLANMA STİLLERİNİN VE EBEVEYN TUTUMLARININ  
ERGENLERDE BENLİK SAYGISI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

**DÖNEM PROJESİ**

**ŞEYMA KABAN**

**İSTANBUL, 2023**



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

**BAĞLANMA STİLLERİNİN VE EBEVEYN TUTUMLARININ  
ERGENLERDE BENLİK SAYGISI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

**ŞEYMA KABAN  
(220134011)**

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

**DÖNEM PROJESİ**

**İSTANBUL, 2023**

## **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.

ŞEYMA KABAN

## TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans sürecim boyunca her türlü ilgisini, desteğini ve alakasını yakından hissettiğim; bilgi birikimini ve deneyimlerini bizimle paylaşan, bu süreci kolaylaştırarak her türlü desteğini bize veren çok kıymetli hocam Doç. Dr. İtır Tarı CÖMERT'e çok teşekkür ederim.

Bu proje süresince her daim omuz omuza olduğumuz, elimizden gelenin fazlasını yapmaya çalışarak el birliği ile hareket ettiğim sevgili Psk. Cevdet Durmuş'a, Psk. Nihal Sönmez'e, Psk. Dilara Denizhan'a ve Psk. Kübra Sarıteke'ye sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Hayatımın her anında koşulsuz destek veren, sevgisini hissettiren, iyi ki dediğim, en büyük şansım olan, şükür sebeplerim; canım annem Selma Kaban ve canım babam Müslim Kaban'a minnet ve şükranlarımı sunuyorum. Bana sadece abi olmayıp; arkadaş olan, sırdaş olan, minnettar olduğum abilerim Furkan Kaban ve Fatih Kaban'a da desteklerini hiçbir zaman esirgemedikleri için çok teşekkür ediyorum. Bu noktaya gelmemdeki en büyük sebeplerimsiniz. İyi ki varsınız.

şeyma KABAN

# BAĞLANMA STİLLERİNİN VE EBEVEYN TUTUMLARININ ERGENLERDE BENLİK SAYGISI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Şeyma Kaban

## ÖZET

Benlik saygısı, kişinin kendisini değerli, yetenekli ve saygın hissetmesiyle ilgili bir kavramdır. Aynı zamanda kişinin olumlu bir tutum geliştirerek kendisiyle barışık olmasını ve psikolojik iyilik halini destekler. Bağlanma stilleri ise bireylerin erken çocukluk dönemindeki ilişkileri ve deneyimleri üzerinde şekillenen kalıplardır. Güvenli bağlanma, tutarlı ve destekleyici bir ilişki deneyimiyle karakterizedir. Kaygılı bağlanma, tutarsız ve karmaşık duygularla ilişkilidir. Kaçınan bağlanma ise duygusal olarak ihmal edici veya reddedici bir ilişki deneyimiyle ilişkilidir. Bağlanma stilleri, bireylerin yakınlık arama, güvenme ve bağımsızlık gibi ilişki davranışlarını etkiler ve uzun vadeli ilişkilerde önemli bir rol oynar. Ebeveyn tutumları ise; ebeveynlerin çocuk yetiştirme sürecinde benimsedikleri prensiplerin, tutumların, yaklaşımların ve davranışların bir bütünüdür.

Bu geleneksel derlemede; bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisinin incelenmesi bu çalışmasının temel amacı olarak belirlenmiştir.

Bu çalışmada, geleneksel derleme yöntemi uygulanmıştır. 2017-2023 yılları arasında yapılmış araştırmalar belirli anahtar kelimeler kullanılarak ve belirli dâhil etme ve hariç tutma kriterleri belirlenerek, ‘‘Google Scholar’’, ‘‘ScienceDirect’’, ‘‘PubMed’’, ‘‘Yök Tez Merkezi’’ ve ‘‘Tübitak Ulakbim’’ gibi elektronik veri tabanları taranmıştır. Toplamda 37 kaynak kullanılmıştır.

Elde edilen sonuçlara dayanarak; güvenli bağlanma stili ergenlerde olumlu benlik saygısıyla ilişkilendirilmiştir. İyi bir ebeveyn tutumu ve güvenli bağlanma stiline ergenlerin benlik saygısını artırdığı gösterilmiştir. Araştırmalar, ergenlerin benlik saygısının akademik başarı, problem çözme becerileri, sosyal ilişkiler ve genel yaşam uyumu gibi alanlarda önemli olduğunu göstermektedir. Ebeveynlerin tutumları, bağlanma stilleri, akran ilişkileri, sosyal medya kullanımı ve bireysel özellikler ergenlerin benlik saygısını şekillendirebilir. Güvenli bağlanma stilinde büyüyen bireylerin olumlu benlik saygısına sahip olduğu, saplantılı bağlanma stilinde büyüyen bireylerin ise olumsuz benlik saygısı sergilediği görülmektedir. Demokratik

ebeveyn tutumu benlik saygısını artırırken, baskıcı-otoriter ve koruyucu-istekçi tutumlar benlik saygısını düşürebilmektedir.

Son olarak çalışmaya dâhil edilen araştırmaların sonuçları birbiri ile karşılaştırılarak yorumlanmış olup; psikoloji disiplini, psikoterapi uygulamaları, ergen psikolojisi ve gelecek bilimsel çalışmalar için bazı önerilerde bulunulmuştur.

### **Anahtar Sözcükler**

“Ergenlik”, “Benlik”, “Benlik saygısı”, “Bağlanma Stilleri”, “Bağlanma”, “Ebeveyn Tutumları”

# **THE EFFECT OF ATTACHMENT STYLES AND PARENT ATTITUDES ON SELF-RESPECT IN ADOLESCENTS**

**Şeyma Kaban**

## **ABSTRACT**

Self-esteem is a concept related to how a person feels valuable, competent, and respectable. It also supports an individual's positive attitude, self-acceptance, and psychological well-being. Attachment styles, on the other hand, are patterns shaped by individuals' early childhood relationships and experiences. Secure attachment is characterized by consistent and supportive relationship experiences. Anxious attachment is associated with inconsistent and complex emotions. Avoidant attachment is linked to emotionally neglectful or rejecting relationship experiences. Attachment styles influence individuals' relationship behaviors such as seeking closeness, trusting, and independence, and play a significant role in long-term relationships. Parenting attitudes encompass the principles, attitudes, approaches, and behaviors adopted by parents during the child-rearing process.

In this study, the traditional compilation method was applied. Studies conducted between 2017 and 2023 were determined by using certain keywords and determining certain inclusion and exclusion criteria, such as "Google Scholar", "ScienceDirect", "PubMed", "Yök Thesis Center" and "Yök Thesis Center". Electronic databases such as Tübitak Ulakbim were searched. A total of 37 sources were used.

Based on the obtained results, secure attachment style has been associated with positive self-esteem in adolescents. It has been demonstrated that good parenting attitudes and secure attachment style enhance adolescents' self-esteem. Studies indicate the significance of adolescents' self-esteem in areas such as academic achievement, problem-solving skills, social relationships, and overall life adjustment. Parenting attitudes, attachment styles, peer relationships, social media usage, and individual characteristics can shape adolescents' self-esteem. Individuals raised with a secure attachment style tend to have positive self-esteem, while those raised with a preoccupied attachment style exhibit negative self-esteem. Democratic parenting attitude increases self-esteem, whereas authoritarian and overprotective-permissive attitudes can decrease self-esteem.

Finally, the results of the included studies have been compared and interpreted, and some suggestions have been provided for the discipline of psychology, psychotherapy applications, adolescent psychology, and future scientific studies.

**Key Words:**

"Adolescence", "Self", "Self-esteem", "Attachment Styles", "Attachment", "Parenting Attitudes"

## ÖNSÖZ

Bu derlemenin amacı, "Bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisi" konusunu derinlemesine incelemektir. Ergenlik dönemi, bireylerin kimlik arayışının yoğunlaştığı, duygusal dalgalanmaların yaşandığı ve sosyal ilişkilerin ön plana çıktığı bir evredir. Bu dönemde ergenlerin benlik saygısı, genel yaşam memnuniyeti, özgüven ve başarıya ulaşma potansiyeli üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu projenin temel amacı, literatür taraması yapılarak daha önceki araştırmalar, teorik çerçeveler ve bulgular incelenmiştir. Bu çalışma, benlik saygısının gelişiminde bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ne tür bir rol oynadığını daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır.

Bu projede her türlü desteği veren sayın danışman hocam Doç. Dr. İtir Tarı Cömert'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Haziran, 2023

Şeyma Kaban

# İÇİNDEKİLER

<b>ETİK BİLDİRİM.....</b>	<b>i</b>
<b>TEŞEKKÜR.....</b>	<b>ii</b>
<b>ÖZET.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>v</b>
<b>ÖNSÖZ.....</b>	<b>vii</b>
<b>İÇİNDEKİLER.....</b>	<b>viii</b>
<b>GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>3</b>
<b>1.ARAŞTIRMANIN TASARIMI.....</b>	<b>3</b>
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ.....	4
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	4
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	4
1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI.....	4
1.5. ARAŞTIRMANIN TANIMLARI..	5
<b>İKİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>7</b>
<b>2.YÖNTEM VE GEREÇ.....</b>	<b>7</b>
2.1. GELENEKSEL DERLEME .....	7
2.2. ARAŞTIRMA SORULARI .....	7
2.3. DAHİL ETME ve HARIÇ TUTMA KRİTERLERİ.....	8
<b>2.3.1. Araştırmanın Dahil Etme Kriterleri.....</b>	<b>8</b>
<b>2.3.2. Araştırmanın Hariç Tutma Kriterleri .....</b>	<b>8</b>
2.4. TARAMA YILLARI.....	8
2.5. TARAMA STRATEJİSİ ve VERİ TABANLARI .....	9
2.6. VERİLERİN ÇIKARILMASI .....	9
2.7. ARAŞTIRMAYA DAHİL EDİLEN ÇALIŞMALARIN ÖZELLİKLERİ.....	9
2.8. ARAŞTIRMADAKİ KATILIMCILARIN ÖZELLİKLERİ.....	10
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>12</b>
<b>3.KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ LİTERATÜR.....</b>	<b>12</b>
3.1. ERGENLİK .....	12
<b>3.1.1. Ergenliğin Kuramsal Temelleri.....</b>	<b>12</b>
3.1.1.1. Psikososyal Gelişim Kuramı.....	12
3.1.1.2. Stanley Hall Kuramı.....	13
3.1.1.3. Psikanalitik Kuram.....	13
3.2. BENLİK.....	14
3.3. BENLİK SAYGISI.....	16
3.4. BENLİK SAYGISI İLE İLGİLİ LİTERATÜR ÇALIŞMALARI.....	18
3.5. BAĞLANMA STİLLERİ.....	21
3.6. BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLGİLİ LİTERATÜR ÇALIŞMALARI.....	23
3.7. EBEVEYN TUTUMLARI.....	25
3.8. EBEVEYN TUTUMLARI İLE İLGİLİ LİTERATÜR ÇALIŞMALARI.....	26

<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>30</b>
<b>4.TARTIŞMA.....</b>	<b>30</b>
4.1. GELENEKSEL ÇALIŞMADA ELDE EDİLEN BULGULARIN TARTIŞILMASI.....	30
4.2. GELENEKSEL ÇALIŞMANIN GÜÇLÜ VE ZAYIF YÖNLERİ.....	32
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>34</b>
<b>5.SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>34</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>39</b>

# GİRİŞ

Ergenlik; çocuktan yetişkinliğe geçiş dönemidir. Çocukluk ve yetişkinlik arasındaki bu geçiş; yaşam döngüsünün önemli bir parçasıdır. Ergenlik dönemi, fiziksel süreçler ve duygusal süreçlerle birlikte bunların yol açtığı psikososyal ve cinsel olgunlaşma ile başlayarak, bireyin kimlik duygusunu, bağımsızlığını ve sosyal anlamda üretkenlik kazandığı zaman sona eren bir süreçtir. Bu dönem psikolojik, biyolojik ve sosyal açıdan değişikliklerle var olan bir dönemdir. Ergenlikte kimlik gelişimi; psikolojik gelişim, bilişsel gelişim, biyolojik gelişimdeki hızlı büyüme ve cinsel gelişim özellikleriyle belirlenebilir. Sosyal olarak ise ergenlik genç yetişkinlik rolüne hazırlığın olduğu bir süreçtir (Derman, 2008). Ergen bu dönemdeki değişimlerine uyum sağlamaya çalışırken aynı zamanda yetişkinlik dönemine de hazırlık yapmaya başlar. Bu hazırlıkta, sağlıklı bir benlik algısı oluşturma çabası vardır. Bireylerin kendilerine verdikleri değer ile kendilerini kabul etme düzeyleri, benlik saygısını ifade etmektedir (Rosenberg, 1986).

Benlik Saygısının gelişiminde ebeveyn tutumlarının da önemli etkileri olduğu bilinmektedir (Furnham ve ark., 2000). Ergenlerin; ebeveynleri ve akranları ile kurdukları ilişkilerde güvenli bağlarının olmaması, sağlıklı benlik gelişimini olumsuz yönden etkileyen faktörlerden birisidir (Kaya, 2017).

Ergenlik döneminin temel gelişimsel görevi; ergenin sağlıklı bir kimlik duygusu kazanmasıdır. Bu dönemde ergenin ebeveynleriyle olan ilişkisi ve ebeveynlerin kendileri arasındaki ilişki, sorunlarla başa çıkma becerileri, problem çözme becerileri; ergenin kimlik ve benlik gelişiminde etkilidir. Benlik saygısı; bireyin kendini onaylaması ya da kendinden memnun olması anlamına gelmektedir. Benlik saygısının yüksek olması için de bulunulan aile ortamında; ebeveynlerin hem kendi aralarında hem de çocukları ile iyi iletişimi iyi kuran, çocuklarına karşı güven aşılayan, hoşgörülü ve esnek bir yaklaşımda olan bireylerden oluşmalıdır (Yavuzer ve ark., 2011). Ergen; bu dönemi sağlıklı bir şekilde geçiremezse, kimlik ve rol karmaşası yaşayabilir. Benlik saygısını azaltan hatta yok eden yakın çevre faktörleri; aile bireylerinin çocuktaki iç denetim mekanizmalarını geliştirememeleri, aşırı baskıcı, otoriter bir yaklaşım içinde bulunmalarıdır. Çünkü benlik saygısı, insan olarak kendisine değer verilen bir ortamda oluşur ve gelişir. Bu da çocuğun fikirlerine değer verilen, sözleri dinlenen, ebeveynlerinden destek gören bir aile ortamında oluşur (Yavuzer ve ark., 2011).

Ergenler, ergenlik dönemine özgü zorluklar ve çatışmalar yaşamaktadır. Bunlar; kimlik oluşumu ile birlikte bilişsel gelişimin hızlanması, preödüpal ve ödüpal çatışmaların yeniden

alevlenmesiyle, dürtüsel gereksinimlerde ve duygu yoğunluğunda artma ile meslek seğimi, karşı cinsle kurulan ilişkilerle, ebeveynden ayrılma-bireyselleşme sürecinin deneyimlenmesi gibi nedenlerle oluşmaktadır (Derman, 2008). Ergenler bu sreğte fiziksel, bilişsel, psikolojik ve toplumsal değişimler yaşamaktadır. Bu değişim süreci ergenlerde uyum sağlama ve aynı zamanda yetişkin yaşama hazırlık için sağlıklı bir benlik algısı oluşturma ęabası ile geğer. Bu dönemde sağlıklı bir benlik için yeni rollerin ve değerlerin kazanılması, kazanılan bu rollerin ve değerlerin sonucunda ise ergenin bütünlük, süreklilik ve aynılık duygusu ile benliğini oluşturması gerekir. Bu sreğlerin yaşattığı ęalkantı ve stres hem ergen hem de aile açısından zorlayıcı bir sreğ olabilmektedir. Ergenlik döneminin en temel gelişimsel görevi, ergenin sağlıklı bir benlik oluşurmaya ęalıřması, yetenek ve becerilerini tanımaya başlaması, birey olarak kim olduğunu bulma ęabasıdır. Ergen yaşadığı fiziksel değişimlerle bedenindeki farklılıklarla baş etmeye ęalıřırken bir yandan da hem kendine hem de ęevresindekilere göre kendisinin kim olduğunu ve ileride ne olacağının sorularının yanıtlarını arar.

# 1. Bölüm

## Araştırmanın tasarımı

### 1.1. Araştırmanın problemi

Geçmişten günümüze literatüre bakıldığında, benlik saygısı ile ilgili birçok çalışmanın olduğunu görmekteyiz. Benlik saygısı, kişinin kendisine karşı geliştirdiği olumlu ve olumsuz tutumlardır (Rosenberg, 1965). Kohut'a göre benlik saygısının ilk temelleri, çocuk ilk doğduğunda çocuğun bakımını üstlenen yani anne veya baba yerine geçen kişinin kendisine gösterdiği ilgi ve bu ilgiye uygun bir ilişkiyle bağlantılı olarak atılır (Kohut, 1983). Benlik saygısının düşük olması ise, bireyin kendisine karşı olumsuz bir tutum içerisinde olmasını, önemsiz ve değersiz hissetmesini ifade eder. Genellikle düşük benlik saygısı, sosyal ilişkilerde zayıflık, yakınlık kurmada zorluğu beraberinde getirir (Coopersmith, 1974).

Benlik saygısı insanın aile hayatından başlayan ve hayatı boyunca değişiklikler gösterebilen ve kişinin bio-psiko-sosyal tüm yönlerini etkileyebilen bir olgudur (Sevim ve ark., 2021). Benlik saygısının ilk temelleri erken çocukluk dönemlerinde atılsa da ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de bireyin tutumlarını ve öz-saygısını önemli düzeyde etkilemektedir.

Ebeveyn tutumları; genel anlamda ebeveynlerin çocuğunu yetiştirirken benimsedikleri temel prensipler, hal, tavır, yaklaşım ve davranışların bütünüdür. Bu tutumlar; otoriter, demokratik ve izin verici-müsamahakar olarak ayrılmaktadır. Her bir tutumun ergenlerin benlik saygısı üzerinde olumlu ve olumsuz olarak etkileri vardır. Genel olarak bakıldığında; demokratik ebeveyn tutumuyla yetiştirilen ergenlerin benlik saygısının daha olumlu olduğu görülmektedir (Yılmaz, 2008). Otoriter ve izin verici-müsamahakar tutumla büyüyen ergenlerin ise benlik saygılarında düşüş görüldüğü ve olumsuz etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır (Kaya, 2017). Aynı zamanda bağlanma stillerinin de ergenlerde benlik saygısı üzerinde etkisine bakıldığında; ebeveyn ve çocuk arasındaki güvenli bağlanma, çocuğun benlik saygısını arttırdığını saptarken; korkulu ve saplantılı bağlanan çocuğun ise benlik saygısında düşüş olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanan ergenlerin, güvensiz bağlanan ergenlere göre benlik saygısı puanları daha yüksek bulunmuştur (Yersel, 2019).

Tüm bu bilgiler bir araya getirildiğinde, benlik saygısının insan yaşamında özellikle ergenlik döneminde etkisi olduğu görülmektedir. Ortaya çıkan yüksek ve düşük benlik algısı, ergenlerin tutum ve davranışlarını etkilemektedir.

Bu araştırmanın problemi; ergenlerde benlik saygısına etki edecek birçok faktör vardır ancak ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin, ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisinin olabileceği düşünülerek özellikle bu iki bağlam kullanılmış ve derleme çalışması yapılmıştır. Bu nedenle, alan yazında; bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini inceleyen literatürler taranmış ve bir araya getirilerek bir geleneksel derleme oluşturulmuştur.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Ergenin içinde bulunduğu aile yapısı, aile içindeki ilişkiler ve ebeveyn tutumları ergenin kişilik ve benlik saygısının oluşmasında oldukça etkilidir. Ebeveyn tutumları, ergenlerin gelişim alanlarını etkileyen en önemli çevresel faktördür. Bu geleneksel derleme çalışması, ergenlerin benlik saygısında ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin etkilerini inceleyen araştırmaları bir araya getirmektedir. Araştırmanın temel sorusu ise, ‘Ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisi nedir?’ olarak belirlenmiş olup, bu soruya yanıt arama doğrultusunda yapılan bir çalışmadır.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisinin değerlendirildiği çalışmaların geleneksel olarak taranması ve analiz edilmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmekte ve konuya dair yüksek kanıt sunulması hedeflenmektedir. Bu hedef doğrultusunda; Bağlanma stilleri, ebeveyn tutumları, çevresel faktörler, ergenlik gelişim dönemi gibi faktörlerin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisinin olup olmadığı incelenecektir. Bu geleneksel derleme araştırması sonucunda elde edilen bulguların; mevcut alan yazımına, çocuk-ergen uygulamalarına ve gelecek bilimsel araştırmalara ışık tutması beklenmektedir.

## **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Çalışmaya dahil edilen araştırmalar bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisiyle ilgili yapılan ampirik çalışmalarla sınırlıdır.
2. 2017-2023 yılları arası Google Akademik, YÖK Açık Bilim, PubMed, Science Direct, YÖK Tez Merkezi veri tabanları aracılığı ile tam metin haline ulaşılabilen

çalışmalarla sınırlı tutulmuştur. Yayın dili Türkçe ve İngilizce olan çalışmalarla sınırlıdır.

3. Çalışmaya dahil edilen araştırmaların bulguları ile sınırlıdır.

4. Bu çalışmaya için ergen yaş grubu dahil edilmiştir.

Çalışmamızın, belirtilen sınırlılıklara rağmen bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerin benlik saygısı üzerinde etki eden faktörlerin belirlenmesi noktasında literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## 1.5. Araştırmanın Tanımları

Araştırmada kullanılan temel kavramların teorik tanımlarına aşağıda yer verilmiştir.

“Ergenlik”, “Benlik”, “Benlik saygısı”, “Bağlanma”, “Ebeveyn Tutumları”

**Ergenlik:** Ergenlik, bireyin gelişim süreci içerisinde çocukluk döneminin bitişiyle beraber sözü edilen dönemin başlangıcından fizyolojik olarak erişkinliğe ulaşıncaya kadar geçen bir gelişim dönemidir (Koç, 2004). Yavuzer’e (2010) göre ergenlik; bireyin bilişsel, biyolojik, psikolojik, toplumsal yönden gelişim göstermesi ve olgunlaşmanın içinde bulunduğu, çocukluktan yetişkinliğe geçiş evresidir. Ergenlik çağı başka bir ifade ile gençlik çağı olarak da adlandırılmaktadır.

**Benlik:** Benlik kavramı ilk olarak William James’in 1890 tarihinde yazdığı “The Principles of Psychology” adlı kitabında dile getirilmiş ve kavram bilimsel anlamda ele alınmıştır. James’e göre benlik; her bireyde fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyal nitelendirmeler ile tanımlanan ‘*benim (me)*’ ile algılama, düşünme ve hatırlama işlevlerini içeren ‘*ben (I)*’ olgularının eş zamanlı gelişimidir. Markus ve Zajonc (1985), psikoloji açısından benlik kavramını, bireyin bilişinin temel bileşeni olarak ileri sürerken; Erikson (1968) benlik kavramının, psikolojik stres ve çatışmanın kaynağı olduğunu belirtmektedir.

**Benlik Saygısı:** Benlik saygısının en geniş açıklaması; kişinin kendisini gururlu, değerli, gayretli, etkin ve başarılı biri olarak görmesi veya hissetmesidir. Bir başka deyiş şekliyle kendisini yargılaması ve değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan duygudur ve bireyin kendisini değerlendirmesi ile ortaya çıkan sonucu da kabullenmesi ve beğenmesidir (Kohut, 1971).

**Bağlanma:** Bowlby (1969) bağlanma kavramını; rahatlık, güvenlik ve desteği içeren duygusal bir bağ olarak tanımlamaktadır. Bowlby' göre bağlanma davranışı, kişinin korktuğu durumlarda ilişki kurmak ya da yakınlık aramak amacıyla duyduğu istek şeklinindedir.

Rudnytsky (1997)'e göre ise bağlanmanın anlamı, yaşamın ilk günlerinden başlayan ve evre ile kurulan iletişim sonucunda gelişmekte olan, duygusal yanı yoğunlukta olan, stres durumlarında daha da belirgin hale gelen, sürekliliği olan ve dayanıklı bir bağdır.

**Ebeveyn Tutumları:** Ebeveyn Tutumları bireylerin almış olduğu eğitim, kültürel, sosyo-ekonomik yapıları ve anne-baba arasındaki ilişkinin boyutlarına göre farklılık göstermektedir. Genel anlamda ebeveynlerin çocuğunu yetiştirirken benimsedikleri temel prensipler, hal, tavır, yaklaşım ve davranışların bütünüdür denilebilir.

## 2.BÖLÜM

### Yöntem ve Gereç

#### 2.1. Geleneksel Derleme

Geleneksel derlemeler genel olarak tercih edilen konunun geniş bir yelpazede araştırılması, değerlendirilmesi ve incelenmesidir. Geleneksel derlemelerde kendine özgü resmi kuralları yoktur. Ancak her derleme türünde, bir derleme yazısının önceden belirlenmiş ve metinde de açıkça anlatılmış bir yöntemle ilerlemesi ve yapılandırılmış bir düzen şeklinde yazılmasıdır.

Derlemelerde de araştırmalarda olduğu gibi en çok kullanılan yapı “giriş, yöntem, tartışma ve sonuçlar” düzeni vardır. Kullanılan bu yapıya başlıklar, özet, anahtar sözcükler ve kaynakça eşlik etmektedir.

Giriş bölümünde; derlemenin ne amaçla yapıldığını açıklamak ve okuyan kişileri derlemenin gerekliliğine ikna etmek gerekmektedir. Derleme için seçilen konu ile ilgili son gelişmeler aktarılmaktadır. Yöntem bölümünde ise, derlemenin yeterliliğini kanıtlayacak şekilde ayrıntılı yazılmaktadır. Taranan veri tabanları, anahtar sözcükler, literatür taraması için kullanılan yıl aralıkları detaylıca yazılmalıdır. Ayrıca literatür taramasında kullanılan dahil etme ve hariç tutma kriterleri açıklanmalıdır. Tartışma bölümünde ise, taranan literatür sonuçlarının genel bir yorumunu yaparak özetlenir. Daha çok nesnel yorumlanmaya çalışılır eğer yorumlamak için yeterli kanıt yoksa kanıtların yetersiz olduğu belirtilmelidir. Elde edilen tüm sonuçların gelecekteki araştırmalara katkısının ne olacağı açıklanmalıdır. Sonuç olarak geleneksel derlemeler belirli bir konu hakkındaki bilgilerin güncel durumlarını ve olası etkilerini incelenmek amacıyla yapılmış girişimlerdir (Erol, 2022).

Bu çalışmada da literatürde ele alınan ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerinin ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisine ilişkin incelemeleri araştırmak amacıyla geleneksel derleme yöntemi kullanılmıştır.

#### 2.2. Araştırma Soruları

Bu çalışmanın temel amacı bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisinin geleneksel derleme yöntemi ile araştırılmasıdır. Bu çerçevede temel soru “Bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı

üzerindeki etkisi nedir?’’ olarak belirlenmiştir. Temel soru dışında, aşağıda yer verilen sorular çalışma sonunda cevaplandırılmaya çalışılmıştır:

- Bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisi literatürde nasıl ele alınmıştır?
- Bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumları ergenlerde benlik saygısını başka hangi değişkenlerle etkilemektedir?

### **2.3. Dahil Etme ve Hariç Tutma Kriterleri**

Dahil etme ve hariç tutma kriterler, belirlenen konuya uygun olarak belirlenmiştir. Veri tabanı, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini içeren çalışmalar için elektronik ortamda taranmıştır.

#### **2.3.1. Araştırmanın Dahil Etme Kriterleri**

- Bağlanma stillerinin 10-30 yaş arasındaki ergenlerin benlik saygısını araştıran araştırmalar,
- Ebeveyn tutumlarının 10-30 yaş arasındaki ergenlerin benlik saygısını araştıran araştırmalar,
- 2017-2023 yılları arasında yapılmış çalışmalar,
- Nicel ve Nitel araştırma yöntemleri kullanan araştırmalar,
- Türkçe ve İngilizce dilinde yayınlanmış çalışmalar dahil etme kriterleri olarak belirlenmiştir.

#### **2.3.2. Araştırmanın Hariç Tutma Kriterleri**

- 2017 yılından önce yapılmış çalışmalar,
- Meta analiz, sistematik derleme ve klasik derleme çalışmaları,
- Psikometrik çalışmalar,
- Yetişkin benlik saygısını içeren araştırmalar hariç tutma kriterleri olarak belirlenmiştir.

### **2.4. Tarama Yılları**

Bu çalışma, 2017-2023 yılları arasında yapılan çalışmaları içermektedir. Araştırma soruları ve anahtar kelimeler 2017-2023 yılları arasında gerçekleştirilmiştir. Literatür tarama 29 Mayıs 2023 tarihinde sonlandırılmıştır.

## 2.5. Tarama Stratejisi ve Veri Tabanları

“Benlik Saygısı”, “Ergenlerde benlik saygısı”, “Bağlanma stilleri”, “Ebeveyn tutumları”, “Ebeveyn tutumları ve ergenlerde benlik saygısı”, “Bağlanma stilleri ve ergenlerde benlik saygısı”, olarak belirlenen anahtar kelimeler; “Google Scholar”, “ScienceDirect”, “PubMed”, “Yök Tez Merkezi” ve “Tübitak Ulakbim” gibi elektronik veri tabanlarında taranmıştır.

Araştırma yapılırken anahtar kelimeler, başlıklar ve özetlerde yer alan tüm kelimeler belirlenmiştir. Bunun dışında, belirlenen anahtar kelimelerle veri bulunmayan çalışmaların tespit edilebilmesi için çalışmaya dahil edilen araştırmaların kaynakçıklarından yararlanılmıştır.

## 2.6. Verilerin Çıkarılması

Kaynaklardan çıkarılan veriler arasında, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini araştıran çalışmaların sonuçlarına, kullanılan ölçümlere, araştırma yöntemlerine ve katılımcıların özelliklerine bu çalışmada yer verilmiştir.

## 2.7. Araştırmaya Dâhil Edilen Çalışmaların Özellikleri

Bu geleneksel derlemede toplamda 37 kaynak kullanılmıştır. Dahil edilen çalışmaların 26’i Türkçe kaynaklardan, 11’i İngilizce kaynaklardan oluşmaktadır. Çalışmada 19 Türkçe tez çalışması bulunurken; 7 Türkçe, 11 İngilizce makale olarak toplam 18 makale kullanılmıştır. Bu çalışmaların 35’ü niceliksel çalışmalardan oluşurken, 2’si niteliksel çalışmaları da içermektedir.

İncelenen çalışmalar 2017-2023 tarihleri arasında yayınlanmıştır. 2017 yılında yayımlanan çalışma sayısının (n=5) olduğu görülürken, 2018 yılında yayımlanan çalışma sayısının (n=7) olduğunu, 2019 yılında (n=11) olarak çalışmaların yoğunlaştığı, 2020 yılında (n=6), 2021 yılında (n=5) ve 2022 yılında (n= 2) ve en az çalışmanın ise 2023 yılında (n=1) yapıldığı görülerek, çalışmaların 2019 yılından sonra azaldığı saptanmıştır.

Bunun dışında Türkiye’de yapılan çalışma sayısı 26 iken Türkiye dışında yapılan çalışma sayısının 10 olduğunu görmekteyiz. Türkiye dışında yapılan çalışmalarda ise, Belgrad, Nepal, Amerika, İtalya, Almanya, Tahran, Kore, Nijerya ve İspanya gibi ülkeler vardır.

Ayrıca kaynaklardan 18’i ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerinde etkisi ile ilgili sonuçlar içerirken; 17’si bağlanma stillerinin ergenlerde benlik saygısı üzerinde ekisi

ile ilgili sonuçlar içermektedir. Hem ebeveyn tutumlarının hem de bağlanma stillerinin ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisi ile ilgili sonuçlar içeren 2 makale bulunmaktadır.

Çalışmalarda kullanılan ölçeklere baktığımızda ise en çok kullanılan iki ölçek şu şekildedir; ‘Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’ 12 çalışmada kullanılırken; ‘Anne-baba Tutum Ölçeği’ 11 çalışmada kullanılmıştır. Bunun dışında genel bilgi kazanmak için en çok kullanılan iki ölçek ise; ‘Kişisel Bilgi Formu’ ve ‘Demografik Bilgi Formu’ dur. ‘Kişisel Bilgi Formu’ 10 çalışmada kullanılırken, ‘Demografik Bilgi Formu’ ise 9 çalışmada kullanılmıştır.

Ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerini saptamak amacı ile 2 çalışmada ‘Algılanan Anne-Baba Tutumu Ölçeği’, 2 çalışmada ‘Ebeveyne ve Akrana Bağlanma Envanteri Kısa Formu (EABE)’ kullanılırken diğer çalışmalarda; ‘Young Ebeveynlik Ölçeği’, ‘Ebeveyne Bağlanma Envanteri’, ‘Üç Boyutlu Ebeveyne Bağlanma Envanteri (ÜBBSÖ)’, ‘Bağlanma Stilleri Ölçeği’, ‘Ergen Bağlanma Protokolü’, ‘Çocuk Yetiştirme Tutumları Ölçeği’ ve ‘Kısaltılmış Ebeveyn Tutumları Ölçeği’ kullanılmıştır.

Benlik saygısı puanlarını saptamak amacı ile; 12 çalışmada ‘Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’ kullanılırken, 3 çalışmada ‘Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri’ kullanılmıştır. Diğer çalışmalarda ise, ‘Kendini Sevme ve Öz-Yeterlilik Ölçeği’ ve ‘Öz-Duyarlık Ölçeği’ kullanılmıştır.

Çalışmalarda değişkenleri saptamak için, 4 çalışmada ‘İlişki Ölçekleri Anketi’ kullanılırken diğer çalışmalarda, ‘Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği’, ‘Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ)’, ‘Akran İlişkileri Ölçeği’, ‘Yaşam Doyumu Ölçeği’, ‘Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği’, ‘Sosyal Güvende Hissetme ve Memnuniyet Ölçeği (SGHMÖ)’, ‘Duygusal Güvenlik Ölçeği’, ‘Bar-On Duygusal Zeka Ölçeği’, ‘Olumsuz Otomatik Düşünceler Ölçeği’, ‘Beck Umutsuzluk’ ve ‘Beck Depresyon Ölçeği’ kullanılmıştır.

İngilizce kaynaklarda ise yine benlik saygısı için; 6 çalışmada ‘Rosenberg’s Self Esteem Scale’, 2 çalışmada ‘The Satisfaction with Life Scale’, 2 çalışmada ‘Family Assessment Device’ kullanılmıştır. Diğer kullanılan ölçekler ise; ‘Physical Self-Efficacy Scale’, ‘Social Physique Anxiety Scale’, ‘Parental Authority Questionnaire’, ‘Demographic Information Form’, ‘Experiences in Close Relationships Scale II’, ‘The Relationship Questionnaire’, ‘Young’s Internet Addiction Test’, ‘Parenting Style Scale’, ‘Child Maltreatment Scale’, ‘Armsden and Greenberg’s Peer Attachment Scale’, ‘Parental Control Scale’, ‘Attachment Style Questionnaire’, ‘State Trait Anger Inventory’ ve ‘Beck Depression Inventory.’

## **2.8. Araştırmalardaki Katılımcıların Özellikleri**

Bu geleneksel derlemede ele alınan 37 araştırmada toplam 15.607 katılımcıya ilişkin veri bulunmaktadır. Çalışmalarda örneklem sayısı en az 33 (Tüzün ve ark., 2017) olarak incelenmişken, en fazla 1831 (Lim, 2020) olarak incelenmiştir. Çalışmaların içinde cinsiyet bilgisine yer verilmeyen yalnızca bir çalışma mevcuttur. Diğer 36 çalışmada ise 8100 kadın, 6866 erkek ve 9 cinsiyet belirtmeyen katılımcı dahil edilmiştir. Katılımcıların 10-30 yaşları arasında değişkenlik gösterdiği çalışmalar incelenmiştir.

## **3.BÖLÜM**

### **KURAMSAL ÇERÇEVE**

#### **3.1. Ergenlik**

Ergenlik dönemi literatürde pek çok tanımla karşımıza çıkmaktadır. En geniş tanımıyla çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak adlandırılan ergenlik, içinde yer alan gençlik dönemi ile hayatın en dinamik dönemi olarak değerlendirilmektedir (Şen, 2011). Latincedeki “Adolescent” kelimesinden Türkçeye “ergenlik” olarak geçmiş olan bu kavramın kökeninin “Adolescere” fiilinden geldiğini ve “büyümek” anlamına geldiğini, belirli bir sürece işaret ettiğini görmekteyiz (Yavuzer, 1993).

Ergenlik terimini ilk kullanan kuramcının G. Stanley Hall olduğunu ve ilk bilimsel çalışmalarını “Adolescence” isimli kitabında yayınladığına tanıklık etmekteyiz (Ekşi, 1990). Bu bağlamda Hall; ergenlik dönemindeki bireyin görüş ve tepkilerinin, anlam ve değerleriyle çatışması sonucu stres yaşadığını belirtmektedir. Bu sebeple ergenlik dönemini “fırtına ve stres dönemi” olarak değerlendirmektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

Ergenlik dönemi, karmaşık duyguların ve kişilerarası çatışmaların yanı sıra fiziksel, bilişsel, toplumsal ve duygusal değişimlerin yaşandığı, cinsel kimliğin yeniden belirlenerek, amaçların değerlendirildiği ve sorumluluk alma gerekliliğinin olduğu bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır (Palabıyıköğlu, 2000). Ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak kabul edilir ve insan hayatı için kritik bir süreç olarak değerlendirilmektedir. İnsan hayatının her bir evresi ayrı bir şekilde önemlidir. Ergenlik döneminde biyolojik, psikolojik ve sosyal yönden birçok değişim yaşanmaktadır. Bu sebeple bireyin en önemli evresidir (Avcı, 2006).

Ergenlik dönemi, içerisinde birçok yapıyı bulundurmakla beraber, ego gelişiminin bir parçasını oluşturur. Aynı zamanda çatışmalar, sosyalleşme, duygu geçişleri, fiziksel değişimler, sosyal statü, arzuların artışı, başarı ve inançlar ergen gelişiminde önemli faktörlerdendir. Bu faktörler ergen gelişimine katkı sağladığı gibi, benlik saygısı gelişiminde de kritik bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır (Erkan ve ark., 2005).

#### **3.1.1. Ergenliğin Kuramsal Temelleri**

##### **3.1.1.1 Psikososyal Gelişim Kuramı**

Erikson (1968)’a göre kimlik oluşumu, çocukluktan başlayan ve yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Bu oluşum ise erken gelişim dönemlerinin aşamalı bir sonucu olmakla beraber Erikson

(1968) bu sonucun hızlı veya kolay bir şekilde meydana gelmediğini aktarmaktadır. Yaşanılan sürecin en kritik zamanı ise ergenlik dönemine denk gelmektedir. (Arı, 2006).

Erikson psikososyal gelişim kuramında 8 evreden bahsetmiştir. Bu kurama göre orta çocukluğun son yılları ile ergenlik dönemi 12-18 yaşlarını kapsamaktadır. Bu dönem kimlik kazanımına karşı rol karmaşasına denk gelmektedir. Erikson'a göre içe bakış ve keşfetme evresi, kimliğin ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Ergenler bu süreçte kimlik kazanımı ve rol karmaşasından uzaklaşarak, kendilerine bir kimlik oluşturma ihtiyacı ile "Ben kimim ve nereden geliyorum? Nereye gidiyorum?" gibi ve benzeri soruları da sormaktadırlar. Erikson, tüm bu soruların cevabını kişinin kendisinin verebileceğini söyler. Kişinin kişisel kimliği oluşurken uğranan başarısızlık ise bir rol karışıklığına ya da sürekli bir yabancılık duygusuna sebep olabilmektedir (Özbay, 2000). Özetle Erikson; ergenlik sürecinde ortaya çıkan kişilerarası ilişkilerin olumlu ucunda kimlik duygusundan bahsederken, olumsuz ucunda rol karışıklığı duygusunun yer aldığından bahsetmiştir (Elkind, 1978).

Sekiz psikososyal gelişim döneminin, her birisinin farklı farklı gelişim görevleri vardır. Bireyin içinde bulunduğu gelişim döneminin görevlerini yerine getirebilmesi için, o dönemin çatışmalarını çözmesi gerekir. Çünkü bireyin benlik saygısının ilk temelleri, ilk gelişim döneminde atılmaktadır (Erikson, 1984).

### **3.1.1.2 Stanley Hall Kuramı**

Ergenlik terimini psikolojiye kazandıran kuramcı G. Stanley Hall'dır. Hall, Darwin'in evrim teorisinden etkilenmiştir ve ergenliği vahşilikten uygarlığa geçiş olarak tanımlamıştır. Ergenliği stres ve fırtınalar dönemi olarak nitelendiren Hall, bireysellik duygusunun geliştiği bir yeniden doğuş dönemi olarak nitelendirilebileceğini de belirtmiştir (Şimşek, 2010). Ergenliği bireyselliğin geliştirildiği bir dönem olarak görmesi; Hall'ın ergenlik dönemine dair en önemli katkısı olarak görülmektedir. Ona göre ergenlik yıllarının fırtınalı ve stresli olması ergenin yeniden yapılanmasına yardım etmektedir (Gallatin, 1995).

Hall'e göre ergenlik gelecek yaşamın akışını değiştirebilecek özelliğe sahip bir dönemdir. Bu dönemde, toplumsal rollerin belirlenmesi, yeni akıl yürütme becerilerinin oluşması, bilinçli ve daha olgun kişilerarası ilişkilere girme yeteneklerinin gelişmesi mümkündür (Muuss, 1988).

### **3.1.1.3 Psikanalitik Kuram**

Freud psikanalitik kuramında, ergenlik döneminden çok çocukluk dönemine daha yoğun önem vermektedir. Freud'a göre çocukluğu anlamadan ergenliği anlamak pek mümkün

değildir. Freud, insanların doğuştan getirdikleri yaşam enerjisi ile yani libidoyla dünyaya geldiğini savunur. Belirli yaş dönemlerinde libido, vücudun farklı yerlerinde yoğunlaşmaktadır.

Psikanalitik kurama göre; ergenlik döneminde de kişinin temel amacı, genital evreye yani cinsel doyum evresine ulaşmak ve yasak olmayan libido nesnelere yatırım yapmaktır (Kulaksızoğlu, 2004).

Freud'un beş evreden oluşan kuramında, oral, anal, fallik, latent ve genital dönemleri vardır. Genital dönem 11-13 yaşlarını kapsamaktadır ve ergenliği temsil etmektedir. Bu dönemde ergenin fizyolojik olgunluğa erişmesi ve bazı hormonların etkisinin artmasıyla, cinsellik başta olmak üzere çeşitli dürtülerinin de gücü artmaktadır. Bu dürtü artışı ise ergenlik öncesi gelişim dönemlerinde yaşanan çatışmanın tekrardan yaşanmasına sebep olabilmektedir (Gençtan, 2000).

Ergenlik dönemindeki fizyolojik değişimler, gerginliklerle birlikte meydana gelir ve gencin cinselliğe karşı oluşturduğu savunma mekanizmaları sonucu ortaya çıkan stresli ve fırtınalı bir dönemdir. Böylelikle Freud ve Hall'un kuramı arasında birtakım benzerlikler olsa da Freud çocuklukta cinselliğin öneminin üzerinde dururken, Hall'un kuramında kritik evreler vardır (Kulaksızoğlu, 2004).

### **3.2. Benlik**

Benlik kavramının birçok farklı tanımı vardır. Türk Dil Kurumuna göre benlik kavramı, ‘‘ Bir kimsenin öz varlığı, kişiliği, onu kendisi yapan şey, kendilik ve şahsiyet’’ olarak tanımlanmıştır. Böylelikle, kişinin kendisini tanımasına ve kendisini bilmeye başladığı süreçte benlik kavramı gelişmeye başlamaktadır (Kuzgun, 1972).

William James'in The Principles of Psychology (1952/1891) adlı eserinde benlik konusu ele alınarak, psikoloji biliminde ilk kez benlik kavramından bahsedilmiştir. James bu eserde, benliğin iki boyutta düşünülmesi gerektiğini belirtmektedir. Bu iki boyut, ‘‘bilen benlik (self as knower)’’ ve ‘‘bilinen benlik (self as known)’’ olarak karşımıza çıkar. James, bilimin konusunun ise bilinen benlik olmasının zorunlu olduğunu belirtmektedir. Çünkü bilen benlik özne (I), bilinen benlik nesne (me)'dir (Bacanlı, 2004). Benlik kavramının aktif kısmını bilen benlik oluşturmaktadır. Aktif kısım, yaşantıları deneyimleyen, seçim ve plan yapan, hatırlayan boyuttur. Bilinen benlik ise yaşam deneyimlerinin nesnesi olarak tanımlanır. Benlik bu iki boyutun eş zamanlı olarak gelişimiyle oluşmaktadır (Arıcak, 1995; Bacanlı, 2004).

William James dört tip benliğin olduğunu ileri sürmüştür. Bunlar, maddesel benlik, sosyal benlik, ruhsal benlik, saf egodur. Maddesel benlik, kişilerin çevresinde bulunan bireylerle özdeşlemesini içermektedir. Sosyal benlik, kişinin içinde bulunduğu sosyal çevrelerde kendisini dışarıya yansıttığı şeklidir. Ruhsal benlik, kişilerin kendilerine yönelik algılarını kapsarken, son olarak saf ego ise kişinin kendisini düşündüğü kısmı kapsamaktadır. Saf ego bilinen benliği ifade ederken, maddesel, sosyal ve ruhsal benlik bilen benliği ifade etmektedir (James, 1950). William James'ten sonra benlik kavramı psikoloji biliminde, bireysel psikoloji, sosyal psikoloji, gelişim psikolojisi, klinik psikoloji ve benzeri gibi birçok alanda araştırma konusuna dahil olmuştur (Köknel, 1999).

Cooley benlik kavramını William James'ten sonra ele alan kişidir. Cooley, daha çok benliğin sosyal yönüne vurgu yapmıştır. Bireyin toplum içerisindeki etkileşimleri sonucu oluşan benliğini ‘’ayna benlik’’ olarak değerlendiren Cooley, bireyin etkileşimde bulunduğu diğer kişilerin kendisini nasıl değerlendirdiklerini ve algıladıklarını yansıtan bir kavramlaştırma olarak değerlendirmiştir (Kula, 2001)

Benlik kavramına dair oluşturulmuş pek çok kuram bulunmaktadır. Benlik kavramıyla ilgilenen bir diğer kuramcı ise Carl Rogers'dır. Rogers (1961), benliği kişilik ile ilgili en önemli kavram olarak tanımlamaktadır. Rogers'a göre yaşamın ilk yıllarında benlik oluşmamaktadır ancak algısal alanın bireyin bir parçası olanlar ve olmayanlar şeklinde farklılaşması ile oluşmaya başlamaktadır (Geçtan, 1993). Rogers (1961), benlik kavramını kişinin kendisini algılaması, diğer insanlarla olan ilişkilerine dair algıları ve bütün bu algılara verdiği değerler şeklinde tanımlamıştır.

Rogers benlik kavramına çok önem vermiştir. Rogers'a göre benlik, kişinin fenomenolojik ve algısal alanının bir bütünüdür. Benlik kavramı, kişinin ne olduğundan daha çok ne olmak istediği ve ne olması gerektiği ile ilgili görüşlerini de içerir. Bireyin kendisini algılamasından oluşan benliğe gerçek benlik denirken, kişinin ne olmak istediği konusundaki görüşler ise ideal benliği oluşturmaktadır (Soner, 1995).

Rogers'a göre bireyin olumlu bir benlik için koşulsuz sevgi içerisinde büyümesi gerekir. Koşulsuz sevgi ortamlarında yetişen bireyin benlik anlayışı daha güçlü ve olumlu olur. Bireyin benlik bilinci ile yaptığı davranış arasında tutarsızlık olursa da kaygı ortaya çıkmaktadır. Eğer birey yaptığı davranışlar sonrasında kendini kandırmaya başlarsa, kaygı düzeyi artarak zamanla bireyin benlik bilincini temelden sarsacaktır (Cüceloğlu, 2011).

Adler'e göre, ‘’yaşam biçimi’’ bireyin kendine özgü davranış örüntüsüdür ve erken çocukluk döneminde olan etkileşimler sonucunda oluşmaktadır. Birey yaşam deneyimleri ile birlikte sürecin içerisindeyken genel bir tepki geliştirmekte ve genel tepki, benlik kavramıyla

aynı anlama gelmektedir. Benlik, bireyin kişilik gelişimi ile özünün gelişimini kapsamaktadır (Adler, 2012).

Jung'a göre benlik, ego seviyesinde kişiliği bütünleştiren bir sistemdir. Benliğin, kişinin bilinçdışı içedönük ve dışadönük yönlerinin farklılaşmasında ve bütünleşmesinde görevi vardır (Jung, 2011).

Benlik 'ben' kavramını tanımlayan bütün fikir, değer ve algılardan ibarettir ve 'ben kimim' ya da 'ne yapabilirim'in farkında olmayı kapsar. Bu algılanan benlik ise bireyin hem dünyayı hem de kendi davranışını algılamasını etkiler (Atkinson, 1999).

### 3.3. Benlik Saygısı

Benliğin duygusal boyutu benlik saygısıdır. Birey, kendisinin kim olduğu ile ilgili belirli fikirlere sahip olmasıyla birlikte, belirli duygulara da sahiptir. Böylece benlik saygısı, bireyin kendi benliğini beğenme ve değerli bulma derecesi olmaktadır (Adams, 1995).

Benlik saygısı, ergenlikte önem kazanmaktadır. Ergenlik döneminde görülebilen çeşitli sorunların ortaya çıkmasında, ruh sağlığının bir göstergesi olan kimlik gelişiminde, benlik saygısının önemli bir etkisi olduğu bilinmektedir (Çuhadaroglu ve ark., 2004).

Rosenberg'e göre benlik saygısı, kişinin kendisine karşı geliştirdiği olumlu ve olumsuz tutumlardır. Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde benlik gelişimini büyük ölçüde tamamlamaktadır. Tamamlanan benlik ile beraber ulaşılan değerlilik yargısı bireyin benliğe duyduğu saygıyı ifade ederken, benliğe ilişkin değerlendirmelerin sonucu ise benlik saygısı düzeyinin artması ya da azalması durumunda belirleyicisi olmaktadır. Rosenberg'e göre kişinin kendi benliğine dair yaptığı değerlendirmelerde; kendisine karşı olumlu bir tutum benimsiyorsa benlik saygısı yüksek, olumsuz bir tutum içerisindeyse benlik saygısının düşük olması beklenmektedir (Rosenberg, 1965). Rosenberg (1965)'e göre yüksek benlik saygısı ve düşük benlik saygısı vardır.

**1. Yüksek benlik saygısı:** Yüksek benlik saygısına sahip kişiler kendilerini yeterli derecede iyi olarak görürler. Kişi kendisini olduğu gibi kabul etmekle birlikte kendisine karşı saygı duymaktadır. Kendisinin değerli bir birey olduğunu düşünür. Ancak bu durum kişinin başkalarından üstün görmesi ya da hayranlık bekleme olarak yorumlanmamalıdır. Yüksek benlik saygısına sahip kişiler kapasitelerinin, yeteneklerinin ve eksikliklerinin farkındadırlar. Kendi sınırlarını bilirler ve sürekli bir değişim, gelişim peşinde olurlar.

2. **Düşük benlik saygısı:** Düşük benlik saygısına sahip kişiler kendi benliklerini beğenmezler, reddetme eğilimindedirler ve çekimsiz kalmaktadırlar. Genel olarak tatmin olmama durumu hakimdir. Düşük benlik saygısına sahip kişiler, yüksek benlik saygısına sahip kişilere göre kendilerine karşı daha az güvene ve saygıya sahiptir. Genellikle kendi kapasitelerinin ve yeteneklerini göremezler.

Sullivan'a göre ergenlik dönemi başarılı bir şekilde geçirilip sonlandırılırsa, birey dönem sonundan her türlü koşul karşısında yeterli benlik saygısına sahip olarak çıkmaktadır. Benlik saygısı, başkalarına karşı saygıyı ve kişisel özellikleri toplumsal düzene uyumlu şekilde, kişisel girişimciliği de beraberinde getirmektedir. Eğer ergenlik döneminde benlik saygısı düşük bir şekilde geliştirilirse ileriki zamanlarda bireyin kendi benliğini kabul etmemesine, içe kapanma ve saldırganlık gibi davranışlarına yol açabilmektedir (Satılmış ve ark., 1989).

William James (1980)'e göre, bireyin başarmak istediği ile başarabildikleri arasındaki fark ne kadar düşük ise benlik saygısı o kadar yüksek olacaktır (Saygın, 2008).

Adler, benlik saygısını aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçiş olarak görür. Bireyin doğum sırası ve aile içindeki konumunun benlik saygısının üzerinde etkili olduğunu vurgulamıştır (Adler, 2012). Adler'e göre insanlar bir takım eksiklik ve aşağılık duyguları ile doğar. Bunlar bireyin gelişimi için önemli bir motivasyon kaynağıdır. Birey eksikliklerini gidermek için çaba gösterir ancak bu eksiklikleri gideremezse aşağılık kompleksine kapılır ve düşük bir benlik saygısına sahip olur (Mischel, 1993). Adler (2014)'e göre; aile içindeki davranışlar ve tutumlar, sosyal ilişkilerde reddedilme, sosyal iletişimsizlik, kronik hastalıklar, noksanlık gibi etmenler benlik saygısı üzerinde etkilidir.

Kohut (1971), benlik saygısının gelişiminde üç ana etkene değinmiştir. Bunlar; başkalarının saygısı, yeterlilik ve kendilik (kişinin başkalarının saygısı ve yeterliliklerini kendisine göre değerlendirmesi)'tir. Kohut'a göre benlik saygısının ilk temelleri, çocuk ilk doğduğunda çocuğun bakımını üstlenen yani anne veya baba yerine geçen kişinin kendisine gösterdiği ilgi ve bu ilgiye uygun bir ilişkiyle bağlantılı olarak atılır (Kohut, 1983).

Benlik saygısı, insanların toplum içerisinde var olma çabaları ile kendilerini değerli hissetme oranlarına göre kendiliklerine yönelttikleri olumlu ve olumsuz tutumlardır (Baumeister ve ark., 2003).

Coopersmith (1974) benlik kavramının değerlendirici tarafını benlik saygısı olarak ele almıştır. Coopersmith'e göre benlik saygısı, bireylerin kendilerini değerli, başarılı, önemli ve yetenekli görme derecelerini ifade eder. Benlik saygısının yüksek olması, kişinin kendisine ve hayatına karşı olumlu, tutarlı biçimde yaklaşmasını, çevresindekilerle iletişiminin daha güvenli

hale gelmesini ifade eder. Benlik saygısının düşük olması ise, bireyin kendisine karşı olumsuz bir tutum içerisinde olmasını, önemsiz ve değersiz hissetmesini ifade eder. Genellikle düşük benlik saygısı, sosyal ilişkilerde zayıflık, yakınlık kurmada zorluğu beraberinde getirir.

Erikson benlik konusunda anne ve çocuk arasındaki iletişimin önemli olduğunu vurgulamıştır. Ergenlik döneminde ergen benliğini yoğun bir şekilde düzenleme çabası içerisindeydir. Erikson'a göre ergenlik döneminde kimlik arayışı vardır ve bu kimlik arayışında ergen yeni savunma mekanizmaları geliştirir ve kendine özgü denemeler yapar. Bu denemelerin sonucunda iç ve dış baskıların üstesinden gelmek için yollar arar. Böylece ergen, neler yapır neler yapamayacağını dair gerçekçi bir benlik saygısı geliştirir (Maşrabacı, 1994).

Yavuzer (2005)'e göre düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin özellikleri şu şekildedir:

1. Görev ve denemelerden kaçınır.
2. Ufak bir hayal kırıklığı bile görevinden veya denemesinden vazgeçmesine sebep olur.
3. Başarısızlık veya kaybetme durumlarına inandığında yalan söyler.
4. Olaylar karşısında başkalarını suçlarlar.
5. Sosyal anlamda geri çekilir, arkadaşlıklarında azalma vardır.
6. Kendine yönelik eleştirileri vardır.
7. Dışardan gelen övgü ve eleştirileri kabullenmede zorluk yaşarlar.
8. Saygısız davranış ve tavırları benimserler.
9. Evde ya çok yardımcı olurlar ya da hiç olmazlar.

Yavuzer (1993)'e göre yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin özellikleri şu şekildedir:

1. İkili ilişkilerde veya çoklu gruplarda daha toleranslı olurlar.
2. Bağımsız bir şekilde hareket ederler.
3. Daha sağlıklıdırlar.
4. Grup çalışmalarında etkileşimleri daha çoktur.
5. Hayata karşı daha anlamlı bir bakış açıları vardır.
6. Kaygı düzeyleri ve depresif halleri daha azdır.
7. İş hayatında başarı ve yarışı severler, bağımsızlığa önem verirler.

### **3.4. Benlik Saygısı ile ilgili Literatür Çalışmaları**

Yapılan araştırmalar sonucunda ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin ergenlerdeki benlik saygısı üzerindeki etkisiyle ilgili birçok araştırma olduğu söylenebilir. Bu

bölümde özellikle benlik saygısı ile ilgili yapılan araştırmalara bakılacaktır. Bireyin duygusal durumuna, stresle mücadelesine ve genel yaşam zorluklarına karşı uyum sağlamasına kadar benlik saygısı önemli rol oynamaktadır. (Lazarević ve ark., 2017).

Olcay Atıcı (2019)'nın yaptığı araştırmaya göre akranları ile ilişkileri iyi olan, ebeveynlerinden gördükleri kabul ve denetimi daha olumlu ise ergenin benlik saygısı yüksek olmaktadır. Duygusal olarak güvensiz olan, ebeveynleri arasındaki çatışmayı olumsuz değerlendiren bir ergenin ise benlik saygısının daha düşük olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısının yüksek ve düşük olması açısından cinsiyet faktörüne bakıldığında ise, erkek cinsiyetli ergenlerin benlik saygısının, kız cinsiyetli ergenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ebeveyn tutumları ve benlik saygısı arasındaki korelasyona bakıldığında ise pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Yani yüksek benlik saygısına sahip olan ergenlerin, ebeveynlerinden daha çok kabul ve ilgi görme ve değerlendirme eğilimi vardır. Ebeveyn tutumları olumlu oldukça, ergenlerin benlik saygısının da artacağı belirtilmiştir. Akran ilişkileri açısından değerlendirildiğinde ise, ergenlerin akran ilişkileri olumlu yönde arttıkça, benlik saygısı da artmaktadır. Pérez-Fuentes ve ark. (2019)'nun yaptığı araştırma sonuçları da bunu destekler niteliktedir. Araştırma sonuçlarına göre, ebeveyn-çocuk ilişkisinde ebeveynleriyle en çok iletişim kuran, olumlu etkiler alan ve özerklikleri ve mizahı desteklenen ergenlerin benlik saygısı yüksek çıkarken; ebeveynleriyle ilişkileri az olan ergenlerin benlik saygısı düşük çıkmıştır. Aynı zamanda araştırma sonucunda, benlik saygısı yüksek olan ergenlerin yaşam doyumunun daha yüksek çıktığı da saptanmıştır. Kaya (2017); ergenlerde benlik saygısının yüksek olması, ebeveynleriyle bağlanma puanlarının doğru orantılı olarak yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Karaman (2019) ise yaptığı çalışmada ebeveyn tutumlarının, 21-25 yaş aralığındaki bireylerde benlik saygıları üzerindeki etkilerini incelenmiştir. Bu çalışmanın sonucuna göre 21-25 yaş aralığındaki bireylerin benlik saygısı, ebeveyn tutumlarına göre değişiklik göstermektedir. Benlik saygısı ve demokratik tutum arasında pozitif yönde bir sonuç bulunmuşken, otoriter ve koruyucu tutum ile benlik saygısı arasında herhangi bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Özetle, demokratik tutum sergileyen ebeveynlerin çocuklarında benlik saygısı daha yüksek görülürken; aile içindeki fiziksel ve duygusal şiddet etkenlerinin de katılımcıların benlik saygısını düşürdüğü ve olumsuz yönde etkilediği de görülmüştür.

Demokratik tutuma sahip ebeveynler genellikle ergenlerin sevgi, ilgi, yakınlık gibi gelişimsel süreçteki gereksinimlerini karşılayabilmekte ve sıcak ilişkiler kurabilmektedir. Bu durum ergenin benlik gelişimini olumlu yönde etkilemektedir. Otoriter veya koruyucu-istekçi tutuma sahip ebeveynler ise ergenlerin gelişimsel süreçteki gereksinimlerini yerine getirirler bile ergenin bireyselleşmesi konusunda, aşırı koruyucu, baskıcı, eleştirellerdir. Psikolojik

olarak ve davranış açısından kontrollerinin yüksek olması, ergenlerin benlik gelişiminde sıkıntılar yaşamamasına sebep olabilmektedir (Kaya, 2017).

Yılmaz (2018)'in yaptığı araştırmada ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, baskıcı-otoriter ebeveyn tutumu ve benlik saygısı arasında negatif yönde doğrusal bir ilişki bulunurken, koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu arasında da negatif yönde doğrusal bir ilişki bulunmuştur. Usta (2017)'nin yaptığı araştırmada ise ergenlik dönemindeki bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları ve bireyin benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırmaya göre benlik saygısı, ailenin ilgisine, gelir durumuna, eğitim durumuna, annenin mesleğine ve ergenin cinsiyetine bağlı olarak değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda bu araştırmanın istatistiksel analiz sonuçları ise kız ve erkek ergenlerde benlik saygısıyla ilişkili bir farklılık olmadığına işaret etmiştir. Yılmaz (2020)'in yaptığı araştırmaya göre, ergenlerin benlik saygıları arttıkça, problem çözme becerilerinin de arttığı saptanmıştır.

Dinç (2019) yaptığı çalışmada benlik saygısını çocuk sıralamasına göre incelemiştir. Bu incelemenin sonucuna göre, bireyin kaçınıcı çocuk olduğu durumu ile benlik saygısı ortalamalarının arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Psikolojik yardım alma ile benlik saygısı arasında yaptığı incelemede ise, psikolojik yardım almayanların benlik saygısı puanlarının ortalamalarının daha yüksek çıktığı görülmüştür. Bir diğer sonuç, erkeklerin benlik saygısının kızların benlik saygısına göre daha yüksek olduğudur.

Görmüş (2021) benlik saygısının yüksek olmasının güvenli bağlanma stiline sahip olmasıyla ilişkili sonuçlar bulmuştur. Aynı zamanda benlik saygısıyla ilgili yaptığı araştırmaya göre kız ergenlerin, erkek ergenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduğunu saptamıştır. Mohammad Beigi Ali ve ark. (2022)'nin yaptığı araştırmada bu sonucu destekler niteliktedir. Bu araştırmanın da sonucuna göre, kadınların ortalama benlik saygısı puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Lotfi ve arkadaşlarının (2020) yaptığı çalışmada, erkek çocuğun benlik saygısının düşük olmasının nedenleri incelendiğinde, annelerin daha çok erkek çocukları üzerinde korumacı ve müdahaleci tutumlar sergilediği nedeninden kaynaklı olduğu saptanmıştır. Banstola ve arkadaşlarının (2020) cinsiyet sonuçları ise bu bahsedilen araştırmalardan farklı bir sonuca ulaşmıştır. Banstola ve arkadaşlarının yaptığı araştırma sonucuna göre erkek ergenlerin benlik saygısı kız ergenlere göre daha yüksektir.

Yakupoglu (2019)'un 14-18 yaş aralığındaki ergenler ile yaptığı araştırma sonuçlarında; ergenlerin çoğunlukla olumlu benlik algısına sahip olduğu görülmüştür. Tüzün ve arkadaşlarının (2017) yaptığı çalışma sonuçlarına göre, benlik puanları yüksek olan kişilerin kişilerarası ilişkilerde yakınlaşmakta zorluk çekmediğini, başkalarına bağımlı olmadığını temsil

ederken; benlik puanı düşük olan kişilerin ise ilişki kurmada zorluk çektiği ve başkalarına bağımlı olduğunu ifade etmektedir. Bu sonuca göre, kişinin başkalarını güvenilir görmesi, kendi benliğini değerli algılama eğilimindedir. Aydın (2019)'un araştırmasında ise, ergenlerin benlik saygısının olumlu yönde artışı için annenin öğrenim düzeyinin yüksek olması da etkilidir. Baba öğrenim değişkenine göre, ergenlerin benlik saygısında herhangi bir farklılık görülmemiştir. Özetle benlik saygısının artışı konusunda, annenin öğrenim düzeyinin babanın öğrenim düzeyinden daha fazla etkili olduğu belirtilmiştir. Aynı zamanda ergenlerin benlik saygılarında, kardeş sayısındaki farklılıkta herhangi bir değişim göstermemiştir. Cinsiyet farklılıklarının benlik saygısı üzerindeki etkisine bakıldığında ise, ergenlerin benlik saygısının düşük ya da yüksek olmasında cinsiyet farklılıklarının bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yersel (2019)'in yaptığı çalışma sonuçlarına göre, ergenlerin benlik saygısı puanı arttıkça sosyal olma puanının da pozitif yönde arttığı saptanırken, çocukluk çağı narsisizm puanları yükselirken benlik saygısı puanlarının azaldığı saptanmıştır. Aynı zamanda araştırmada, benlik saygısı puanı arttıkça ergenin akademik puanının arttığı yönünde de ilişki saptanmıştır. Biter (2021) çalışmasında ise, benlik saygısının yaşın artmasıyla birlikte arttığını düşündürmektedir. Araştırma sonuçlarına göre yüksek benlik saygısına sahip kişilerin, kendilerine ve çevrelerine değer verirler, problemleri karşısında daha güçlü bir duruş sergilerler ve sosyal ilişkilerinde daha anlayışlıdır.

İmanoğlu (2021) yaptığı çalışmada benlik saygısını, öz-şefkatin öz sevecenlik alt boyutunda belirleyici olarak görebileceğimizi belirtmiştir. Öz-sevecenliği ise bireyin kendisine karşı sevecen bir tutumda olması ve ilgiye değer görmesi olarak aktarmıştır.

### **3.5. Bağlanma Stilleri**

Bağlanma kuramına göre, bireyin bakımını veren kişiler ile yani ebeveynleri ile olan ilişkileri benlik gelişimi üzerinde etkilidir (Demir, 2015).

Ainsworth bağlanma örüntülerini, düşük ve yüksek stresli koşullar içinde ve çevreyi keşfetme arasındaki dengeyle incelemiştir. Bu incelemeye göre Ainsworth üç tür bağlanma örüntüsü belirlemiştir. Bunlar; güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanmadır (Ainsworth, 1979).

1. *Güvenli Bağlanma:* Güvenli bağlanmaya sahip bebekler, ebeveyni yanında olmadığında da onların ihtiyaçlarını karşılayacaklarına, ulaşılabilir olduklarına dair içsel modele sahiptirler. Annenin yanlarından ayrılışına tepki gösterirler ancak anne yanlarına geri döndüğünde etkileşime açık haldedirler. Annelerini güvenli alan

olarak görürler ve çevreyi keşfederler. Güvenli bağlanan bebeklerde anneye daha yakın fiziksel temasta buldukları, işbirlikçi oldukları ve daha az öfkeli oldukları gözlemlenmiştir (Ainsworth, 1979).

2. *Kaygılı-kararsız bağlanma*: Kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip bebekler ise annesi tarafından sinyallerine tutarsız geri dönütler alır. Genelde anneler ulaşılamaz veya tepkisizdir. Böylelikle bebekler hem kaygılı hem de kırgındır (Hazan ve Shaver, 1987). Bebekler başkaları tarafından sakinleştirilemez ve genellikle tanık olmadıkları durumlara karşı korku duymaktadırlar (Burger, 2006).

3. *Kaçınan bağlanma*: Kaçınan bağlanmaya sahip bebekler, anneleri kendi alanlarından çıktığında herhangi bir tepki vermemekte, anne kendi alanına girdiğinde de uzak ve duygusal anlamda tepkisiz kalmaktadır (Ainsworth, 1979).

Bowlby bağlanmayı, bebeğe ilk bakım vereni yani anneyi, birincil bağlanma figürü olarak açıklamıştır (Bowlby, 2018). Bowlby'e göre bağlanma kuramı, çocuklar ve ebeveynlerin arasındaki ilişkide duygusal kısmın önemini içerir. Bowlby, temel bakım veren kişinin çocuğa güven duygusunu vermesini ve duygu düzenlemesinde destek olmasını savunmaktadır. Yapılan bu destek, çocuğun empati becerisini, duygusal becerisini, ikili ilişkilerini ve sosyal uyumunu şekillendirme de yardımcı olacaktır (Bowlby, 1969).

Bartholomew ve Horowitz (1991), Bowlby'nin benlik ve içsel çalışan modelini, erken dönem bağlanma tanımlarından destek alarak bir araya getirmişlerdir. Dörtlü bağlanma modeli tanımlamışlardır. Bunlar güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört sınıflandırma şeklindedir. Bu modele göre güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri olumlu benlik modelini ifade ederken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri ise olumsuz benlik modelini ifade etmektedir.

1. *Güvenli bağlanma*: Güvenli bağlanmada kişinin özgüveni yüksektir, başkalarına karşı güvenme daha rahat bir şekilde oluşur. Kişi kendisinin sevmeye değer olduğunu düşünür. Başkalarına karşı daha kabul eden bir yaklaşım sergiler, sıcak ve hassas olarak değerlendirilebilirler.
2. *Saplantılı bağlanma*: Saplantılı bağlanmaya sahip olan kişi, ebeveynlerine karşı tutarsız ve duyarsız bir tutum içerisindedir. Genelde başkalarına karşı yakın ilişki kurma istekleri vardır ancak bu ilişki genelde yapışkan ilişki tarzındadır. Bu sebeple genelde saplantılı bağlanmaya sahip kişiler çevresindekileri kaçırabilmektedir (Bartholomew ve ark., 1991).
3. *Kayıtsız bağlanma*: Kayıtsız bağlanmaya sahip kişilerde, yüksek benlik saygısı ve başkalarına karşı olumsuz bir tutumda olmanın karışımı ile tanımlanmaktadır. Kayıtsız

bağlanan kişiler, yakın ilişkilere karşıdır ve özerkliklerine büyük önem vermektedir. Başkalarına ihtiyaç duymayı reddederler (Bartholomew ve ark., 1991).

4. *Korkulu bağlanma*: Korkulu bağlanmaya sahip kişiler ise başkalarının güvenilmez olduklarını düşünürler, insanları reddederler, sevilme duygularına sahiptirler. Diğer insanlara karşı yakın olmaktan rahatsızlık duyarlar ve başkalarına karşı güvenmekte ve bağımlı olmakta sıkıntı yaşarlar (Bartholomew ve ark., 1991).

Mohammad Beigi Ali ve arkadaşlarının (2022) yaptığı çalışmanın sonucuna göre ergenlerin güvenli bağlanmanın en güvenilir kaynağı olarak babaları ve akranlarından çok, annelerine güvenme eğiliminde olduklarını göstermektedir.

### **3.6. BAĞLANMA STİLLERİ İLE İLGİLİ LİTERATÜR ÇALIŞMALARI:**

Yapılan araştırmalar sonucunda bağlanma ile ilgili pek çok çalışmanın olduğu görülmüştür. Bu çalışmalar sonucunda bağlanma türlerinin ergenler üzerinde birçok etkisinin olduğu söylenebilir.

Erken çocukluk döneminde ebeveynlerine ya da bakım verenine güvenli bağlanan kişiler olumlu benlik saygısına sahiptirler. Bu bireylerin özgüvenleri yüksektir, kendilerini severler, kişilerarası ilişkileri güven çerçevesindedir ve güçlüdürler. Saplantılı bağlanan kişiler ise olumsuz benlik saygısına sahiptirler. Bu kişilerde değersizlik duyguları vardır, bağımlı kişilik özellikleri gösterirler ve kişilerarası ilişkilerde zorlayıcıdır (Berber Çelik, 2018).

Berber Çelik (2018) yaptığı çalışmada bağlanma türlerini, ergenlerde psikolojik iyi oluş ve sosyal güvende hissetme açısından incelemiştir. Yapılan araştırmanın sonucuna göre güvenli bağlanma ile büyüyen bireylerde sosyal güvende hissetme ve memnuniyet düzeyleri yüksek bulunmuştur. Korkulu bağlanma ile büyüyen bireylerde ise, sosyal güvende olma ve memnuniyet düzeylerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özetle, güvenli ve korkulu bağlanmalar, ergenlerde sosyal güvende hissetme ve memnuniyet duygularını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Özet olarak, bağlanma stillerinin; birçok davranışı olumlu ya da olumsuz etkilediği, benlik saygısı üzerindeki etkisinin olduğu ve sosyal güvende hissetme durumlarında etkili olduğu bulunmuştur.

Yersel (2019)'in çalışmasında ebeveyn tutumlarının, ergenlerin ebeveynlerine bağlanma durumlarıyla ve algıladıkları benlik saygısıyla ilişkisi incelenmiştir. Yapılan çalışmanın sonuçlarına göre, ebeveyn ve çocuk arasındaki güvenli bağlanma, çocuğun benlik saygısını arttırdığını saptarken; korkulu ve saplantılı bağlanan çocuğun ise benlik saygısında düşüş olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanan ergenlerin, güvensiz bağlanan ergenlere göre

benlik saygısı puanları daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyet bazlı bakıldığında, erkek ergenlerin güvenli bağlanma puanları, kız ergenlerin güvenli bağlanma puanlarına göre yüksek bulunmuştur. Korkulu ve saplantılı bağlanma puanlarında ise kız ergenlerin erkek ergenlere göre puanı daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca ergenin korkulu bağlanma puanı arttıkça sosyal olma puanının azaldığı da saptanmıştır. Bu araştırma ile tutarlı olarak Yakupoğlu (2019)'un 14-18 yaş aralığındaki ergenler ile yaptığı araştırma sonuçlarına göre; güvenli bağlanan ergenlerin daha olumlu bir benlik algısına sahip olduğu görülürken, saplantılı bağlanan ergenlerin ise daha olumsuz bir benlik algısına sahip olduğu görülmüştür. Araştırma sonucuna göre, en yüksek anlamlı ilişkinin, korkulu bağlanma ile olumsuz benlik algısı arasında olduğu saptanmıştır. Araştırmada bağlanma stilleri ve ergen cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak güvenli bağlanma ile ergenlerin cinsiyeti arasında anlamlı bir farklılık görülmüş olup, bu farkın erkek cinsiyetindeki ergenlerin lehine olduğu tespit edilmiştir. Korkulu bağlanma da ise bu farkın kız cinsiyetindeki ergenlerin lehine olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlara göre; kız ergenlerin erkek ergenlere göre daha çok korkulu bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür. Yaş açısından incelendiğinde ise bağlanma türlerinden korkulu bağlanma stiline yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Dinç (2019) yaptığı araştırmada, bağlanma ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu incelemeye göre, bireyin güvenli bağlanma puanları arttıkça benlik saygısı puanı da artacak; güvenli bağlanma puanları azaldıkça da benlik saygısı puanları azalacaktır. Saplantılı bağlanmada ise puan arttıkça benlik saygısı puanı azalacak, saplantılı bağlanma puanı azaldıkça benlik saygısı puanı da artacaktır. Kaya (2017)'nin araştırma sonuçlarında da ebeveynleriyle olumlu bağlanma gösteren ergenlerin benlik saygıları üzerinde olumlu etkisi bulunmuştur.

Bitir (2021) yaptığı araştırma sonuçlarına göre, kişilerin güvenli bağlanma stili ile benlik saygısı arasında pozitif bir korelasyon vardır. Güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stili, cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Sosyoekonomik açıdan değerlendirildiğinde ise, kaygılı-kararsız bağlanan bireylerin alt sosyoekonomik düzeydeki bireylerde orta ve üst düzeye göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. 18-25 yaş aralığındaki kişilerin yaşları arttıkça, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma düzeyleri düşmüştür.

Onur (2023)'un yaptığı çalışma sonuçlarına göre güvenli ve kaçınan bağlanma stillerinde cinsiyetlerine göre bir farklılık bulunmazken, kaygılı ve kararsız bağlanmada kadınların daha yatkın olduğu belirlenmiştir. Ebeveynlerin ilgisiz tutumuna sahip olan ergenlerin güvenli bağlanma seviyesi düşük, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma seviyesi daha yüksektir. Tepeli Temiz ve Tarı Cömert (2018) tarafından yapılan araştırma sonuçları da

bunu destekler niteliktedir. Araştırmaya göre, öğrencilerin ebeveyn tutumlarına ilişkin algıların bağlanma yapılarını etkilediği, demokratik ve hoşgörülü ebeveyn tutumlarının bağlamayı olumlu etkilediği belirtilmiştir. Tepeli Temiz ve Tarı Cömert (2018)'in yaptığı çalışmadaki diğer sonuçlar ise, bağlanma stili ile yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiye bakıldığında, ergenlerde kadınların daha çok kaygılı-kararsız bağlanma özelliklerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Kişilerde bağlanma özelliklerine bakıldığında ise, güvenli bağlanma sosyal ve duygusal ilişkiler üzerinde olumlu etkisi görülürken, saplantılı, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanmada olumsuz etkiler görülebilmektedir.

Del Giudice (2019) yaptığı araştırmada, bağlanma stilleri ve cinsiyet farklılıklarına ilişkin sonuçlar bulmuştur. Bu sonuca göre, bağlanmanın çocukluk döneminden itibaren olduğu ve bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Aktaş (2020) sonuçlarına göre erkek ergenlerin, kız ergenlere göre babaya bağlanma oranları daha yüksek bulunmuştur. Anneye bağlanmada cinsiyet farkı incelendiğinde ise, kız ergenler ile erkek ergenler arasında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır. Çokparlamış (2018)'in yaptığı araştırma bunu destekler niteliktedir. Araştırma sonucuna göre, korkulu bağlanmada kadın katılımcıların puanları, erkek katılımcıların puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Yine bu sonuç ile tutarlı olarak; Görmüş (2021) yaptığı araştırma da korkulu bağlanma stilinde kız ergenlerin, erkek ergenlere göre daha fazla olduğunu saptamıştır. Bunun sebebini kız ergenlerin, erkek ergenlere oranla daha fazla toplumsal yapıda yetiştirilme tarz ve tutumlarının farklılıklarından kaynaklandığını öngörmüştür. Güvenli bağlanma stiline sahip olan ergenlerde daha yüksek benlik saygısı olduğunu da saptamıştır. Korkulu bağlanma stiline sahip ergenlerin ise daha çok duygusal sorunlar ile ilgili güçlük çektiği sonucuna ulaşılmıştır. Kayıtsız bağlanma stiline sahip ergenlerin de akranlarıyla ilgili sıkıntılar yaşadığı sonucuna ulaşmıştır.

Tüzün ve ark. (2017)'nin yaptığı çalışma sonuçlarına göre, ebeveynle kurulan güvenli bağlanma ilişkisi, kişide güvenlik duygusunu oluşturmakta ve benliğini olumlu yönde etkilemektedir. Cacioppo ve ark., (2019)'na göre de, kaygılı-kararsız bağlanan çocuklarda, ebeveynlerinden ayrılma söz konusu olduğunda ortaya öfke, kaygı ve stres gibi durumlar çıkar. Bu durumdan dolayı yabancı kişilerle iletişimi kabul etmemektedirler.

### **3.7. Ebeveyn Tutumları**

Ebeveynler çocuklarına karşı birçok tutum geliştirebilmektedir. Bazı ebeveynler çocuklarına karşı ılımlı ve sevecen bir tutum sergilerken, bazı ebeveynler ise çocuğa karşı isteksiz ve baskıcıdır (Güneysu ve Bilir, 1988). Ebeveyn tutumları; çocukların davranışları

ve tutumları üzerinde büyük ölçüde etkilidir (Yavuzer, 2005). Yapılan araştırma sonuçlarına göre, ebeveyn tutumları ile çocuğun davranışları ve psikolojik durumu arasında bir bağlantı bulunmaktadır (Steinberg, 2001).

Baumrind (1996) yaptığı faktör analiz çalışmalarına dayanarak, ebeveyn tutumlarının duyarlılık ve talepkarlık boyutlarına dikkat çekmiştir. Ebeveyn duyarlılığı, ebeveynlerin çocuğun ihtiyaç ve isteklerine kabul edici, destekleyici bir tutum sergilemesidir. Ebeveyn talepkarlığı ise, ebeveynlerin çocuğundan sorumlu ve olgun davranışlar beklemesidir. Baumrind (1966) yaptığı çalışmalarda ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken benimsedikleri yaklaşımları üç temel gruba ayırmıştır. Bunlar; otoriter, demokratik ve izin verici-müsamahakar'dır.

3. *Otoriter Ebeveyn tutumu:* Baskıcı-otoriter tutumda, ebeveynin çocuk üzerindeki kontrolü yüksek olmasına karşın ilgi ve şefkatte düşüktür (Yavuzer, 2003). Bu tutuma sahip ebeveynler, çocuklarının davranışlarını sıklıkla kısıtlamakta veya cezalandırmaktadır. Böylelikle çocuğun gelişiminde olumsuz yansımalar gözlemlenmektedir. Çocuk, yeni deneyimlere karşı uzak durmakta, kendisine çizilen sınırların dışına çıkamamakta, risk alamamaktadır (Cüceloğlu, 2006).
4. *Demokratik Ebeveyn Tutumu:* Demokratik ebeveynler çocuklarını yetiştirirken çözüm odaklı olurlar ve makul bir şekilde çocuğa danışmanlık yaparlar (Baumrind, 1966). Çocuğunu demokratik şekilde yetiştiren ebeveynler, çocuklarından uygun davranışlar beklerler. Çocuklarına karşı sabırlı, duyarlı, alakalı ve yapıcı bir tavır takınmaktadırlar. Bu tür ebeveynler, çocuklarının haklarına ve sınırlarına saygı duyarlar (Baumrind, 1968).
5. *İzin Verici-Müsamahakâr Ebeveyn Tutumu:* İzin verici ebeveynler genel olarak çocuklarına herhangi bir sınırlama getirmez. Çocuklarına karşı çok fazla özgürlük alanı bırakan yapıdadırlar. Bıraktıkları bu özgürlük alanını denetlemezler. Genel olarak çocuklarına karşı sevgi doludurlar ancak bu ebeveyn tutumunda çocuklar kendilerini çok fazla güvenme hissetmezler (Baumrind, 1968).

### **3.8. Ebeveyn Tutumları ile ilgili Literatür Çalışmaları:**

Alanyazın incelendiğinde, ebeveyn tutumlarının pek çok araştırmaya konu olduğunu söyleyebilmekteyiz. Günümüze kadar yapılan araştırma bulgularına göre; algılanan ebeveyn tutumlarının, ergenlerin benlik saygısı üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymuştur.

Karaman (2019)'nın yaptığı araştırma sonuçlarına göre, 21-25 yaş arasındaki bireylerin gelişimi ile ebeveynlerin tutumları ve aile içi iletişimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmaya göre bireyler, sağlıklı ve mutlu bir aile ortamında büyüdüyse ebeveynlerini daha demokratik bulurken, daha az otoriter olarak algılamaktadır. Sevgi ve saygı ortamında büyüyen bireylerin, gelecekte kendilerine ve genel olarak insanlara karşı saygı duymayı öğreneceklerini, benlik saygılarının diğer kişilere göre daha yüksek olacağı düşünülmüştür.

Ebeveyn tutumlarının benlik saygısı üzerindeki etkilerine dair yapılmış birçok araştırma sonucu bulunmuştur. Örneğin, Yılmaz (2018)'in yaptığı araştırma sonuçlarına göre; demokratik ebeveyn tutumu arttıkça ergenlerin benlik saygısı da artmaktadır. Baskıcı-otoriter tutum ve koruyucu-istekçi tutum ile yetiştirilen ergenlerde ise benlik saygısı düşmektedir. Bu araştırmayı destekler nitelikteki araştırmalar şu şekildedir; Yersel (2019), anne ve baba tutumunu demokratik olarak nitelendiren ergenlerin, benlik saygı puanlarının anne ve baba tutumunu otoriter olarak algılayan ergenlere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. İmanoğlu (2021) ise, yaptığı analizler sonucunda, ergenlerin reddedici ve aşırı korumacı ebeveyn tutumuna maruz kalmalarının benlik saygısı üzerinde negatif yönde etkisi olduğunu aktarmıştır. Aydın (2019)'ın araştırma sonuçlarına göre de demokratik ebeveyn tutum puanları arttıkça, ergenin psikolojik iyi oluş puanlarının arttığını saptanmıştır. Otoriter ve koruyucu ebeveyn tutumları arttıkça da psikolojik iyi oluş puanlarının azaldığı görülmüştür. Aynı zamanda kız ergenler, ebeveynlerinin tutumlarını otoriter olarak görürken; erkek ergenler ebeveyn tutumlarını demokratik ve koruyucu olarak görmektedirler. Ancak ebeveynlerin öğrenim düzeyinin artması, ergenlerde algılanan demokratik tutum puanlarını arttırırken, otoriter ve koruyucu puanlarını azaltmaktadır. Diğer bir sonuca göre ergenlerin benlik saygısı arttıkça psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Özetle, demokratik ebeveyn tutumu ve benlik saygısı, ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını olumlu şekilde etkilerken, otoriter ebeveyn tutumları olumsuz şekilde etkilemektedir. Yılmaz (2020) ise, ergenlerin algıladığı demokratik ebeveyn tutumunun yükselmesiyle, benlik saygısı seviyesinin yükseldiğini; ergenlerin algıladığı koruyucu-istekçi ebeveyn tutumunun arttıkça, ergenlerin benlik saygısı seviyesinin düştüğünü; otoriter ebeveyn tutum puanları yükseldikçe de benlik saygısı seviyesi düştüğünü saptamıştır. Cankardaş (2019) da ebeveyn tutumları ve ergenlerin benlik saygısı arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu; reddedici ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun da benlik saygısını azalttığını saptamıştır. Aremu (2018) yaptığı araştırma sonucunda, otoriter veya esnek yapıdaki ebeveynlik tazına sahip ergenlerin benlik saygısının pozitif ilişkili olduğunu bulmuştur. Aynı şekilde; Queiroz ve ark. (2020)'nin araştırma sonuçları da ergenlerde benlik saygısı puanının yüksek olmasında, otoriter ve

hoşgörülü ebeveyn tutumlarının önemli olduğunu iletirken, otoriter ve ihmal edici ebeveynlik tutumuna göre daha yüksek puanlar aldıklarını da aktarmıştır. Kaya (2017)'nin yaptığı çalışma sonuçlarına göre, ergenin ebeveyn tutumunu demokratik ise benlik puanları yükselmektedir. Ebeveyn tutumu koruyucu istekçi veya otoriter ise benlik puan ortalamaları azalmaktadır. Yine bu çalışmalarla tutarlı olarak; Kayaalp ve ark. (2018)'nin yaptığı araştırma sonucuna göre demokratik ebeveyn tutumu artınca ergenin benlik saygısı da yükselmektedir. Ayrıca ebeveynlerin koruyucu ve otoriter tutumları arttıkça ergenlerin benlik saygılarında düşüş olduğu saptanmıştır. Curun (2018)'in yaptığı çalışmada; demokratik ebeveyn tutumları, benlik saygıları ile olumlu; otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveyn tutumları ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Son olarak; Bayraktar ve ark. (2009)'nin yaptığı çalışmada, aşırı koruyucu ebeveyn tutumuna sahip, olumsuz benlik puanları yüksek olan ergenlerin, reddedici ebeveyn tutumuna sahip, düşük olumsuz benlik grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek puan aldıkları saptanmıştır.

Tuzgöl Dost, Aytaç ve Kıbrıslıoğlu Uysal (2019)'ın yaptığı çalışma ebeveynlik tarzının ergenlerin benlik saygısını, kişisel gelişimini ve yaşam doyumunu ne ölçüde yordadığını incelemiştir. Çalışma sonuçlarına göre, ebeveynlerin duygusal açıdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu, ergenlerde ruhsal gelişim açısından önemli görülmüştür. Sonuçlara göre babanın aşırı koruyucu, annenin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı davranışlarının artması, üniversite öğrencilerinde nevrotik davranışları arttırmaktadır. Babanın duygusal açıdan yoksun bırakıcı, annenin aşırı koruyucu olması ise, üniversite öğrencilerinin dışadönüklüklerini azaltmaktadır. Babanın izin verici davranışları arttıkça öğrencilerin yumuşak başlılığını arttırırken, annenin izin verici olup hem annenin hem babanın duygusal bakımdan yoksun bırakması ise öğrencilerde yumuşak başlılığı azaltmaktadır. Annenin duygusal açıdan yoksun bırakması ve aşırı izin verici olması öğrencilerin sorumluluklarını azaltırken, babanın aşırı koruyucu ve annenin yoksun bırakması da öğrencilerde benlik saygısını azaltmaktadır. Genel olarak araştırmalara bakıldığında hem annenin hem de babanın duygusal açıdan yoksun bırakan ebeveynlik tutumları, çocuklarında düşük benlik algısı, olumsuz kişilik özellikleri ve düşük yaşam doyumuyla ilgili fazla ilişkili olduğu söylenebilir.

Ebeveyn tutumlarının demokratik olması, çocuklarda psikososyal açıdan normal bir gelişim süreci yaşamasına yardımcı olur (Conrad ve ark., 2021) ve tutumların genel olarak demokratik ve hoşgörülü olması çocuklarda psikososyal açıdan normal gelişim süreçlerinin yaşanmasına katkı sağlar (Conrad ve ark., 2021). Bununla tutarlı olarak, Yörük Topuz ve Cihangir Çankaya (2022)'nin yaptığı ebeveyn tutumlarına ilişkin araştırmanın sonuçlarında da ebeveynlerden görülen kabul ve ilginin desteği çocukların psikolojik sağlık düzeylerini

olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Ebeveynlerin kabul edici tutumları, yakın ve sıcak ilişki kurmaları ergenlerin sorun çözme becerilerini arttırmakta ve koruyucu faktör olmaktadır. Bu tutuma sahip ebeveynler ergenlerin ihtiyaçlarına duyarlı, anlayışlı ve yardımsever bir taraftan yaklaşarak daha olumlu ve yakın bir ilişki kurarlar. Bu durum ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini arttırmaktadır. Bunları destekleyen bir diğer çalışma; Yılmaz (2020)'in ebeveyn tutumlarının, problem çözme becerileri üzerindeki etkisini de incelediği araştırmadır. Bu araştırmaya göre, öğrencilerin algıladığı demokratik ebeveyn tutumu arttıkça, ergenlerin problem çözme becerileri de artmaktadır. Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu arttıkça, ergenlerin problem çözme becerileri azalmaktadır. Otoriter ebeveyn tutumu arttıkça da ergenlerin problem çözme becerileri azalmaktadır. Elden edilen sonuca göre, ergenlerin demokratik ebeveyn tutumu artarken, otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveyn tutum algısı azalmaktadır. Bozkurt (2020)'un yaptığı çalışmaya göre, otoriter bir tutumla büyüyen çocuklarda özgüven duygusu gelişmez ve dış otoritelere bağımlı, içe kapanık bireyler olabilmektedirler.

Cankardaş (2019) yaptığı çalışmada, erkek bireylerin ebeveynlerinden genelde reddedici tutum görme düzeyleri yüksektir. Erkeklerin ebeveynlerinden duygusal sıcaklık görme düzeylerinin daha düşük olduğu belirtilmiştir.

Lim (2020)'in yaptığı araştırmaya göre, otoriter ve hoşgörülü ebeveyn tutumlarının önemli bir özelliği sıcaklık göstermektir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı sıcaklık göstermesi de çocuklarda yüksek benlik saygısının önemli bir yordayıcısıdır.

## 4. BÖLÜM

### TARTIŞMA

#### 4.1. Geleneksel Derlemede Elde Edilen Bulguların Tartışılması

Bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini inceleyen bu geleneksel derleme, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisine dair pek çok kanıt sunmaktadır. Yapılan araştırmalar, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerdeki benlik saygısı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir. Özellikle benlik saygısıyla ilgili yapılan araştırmalar, bireyin duygusal durumu, stresle başa çıkma becerisi ve genel yaşam zorluklarıyla uyum sağlaması gibi alanlarda benlik saygısının önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Araştırmalar ergenlerin benlik saygısı ile ebeveyn tutumları arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Pérez-Fuentes ve ark. (2019)'nın yaptığı araştırma sonuçlarında; ebeveyn-çocuk ilişkisinde ebeveynleriyle en çok iletişim kuran, olumlu etkiler alan ve özerklikleri ve mizahı desteklenen ergenlerin benlik saygısının yüksek çıktığını saptamıştır. Yüksek benlik saygısına sahip olan ergenlerin ebeveynlerinden daha çok kabul, ilgi ve değer gördüğü tespit edilmiştir.

Bu sonuç ile tutarlı olarak Olcay Atıcı (2019)'nın araştırması da ergenlerin benlik saygısının ebeveyn tutumlarıyla ilişkili olduğunu göstermiştir. İyi bir ebeveyn tutumuna sahip ergenlerin benlik saygısının daha yüksek olduğu ve akranlarıyla iyi ilişkiler kurduğu saptanmıştır. Aynı zamanda benlik saygısı ile güvenli bağlanma arasında pozitif bir korelasyon olduğu gözlemlenmiştir. Görmüş (2021) ergenlerin benlik saygısının yüksek olmasının güvenli bağlanma stiline sahip olmalarıyla ilişkili sonuçlar bulmuştur.

Cinsiyet faktörüne gelince, erkek cinsiyetli ergenlerin benlik saygısının genellikle kız cinsiyetli ergenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Banstola ve ark. (2020)'nin yaptığı araştırma sonucuna göre erkek ergenlerin benlik saygısı kız ergenlere göre daha yüksektir. Ancak, bu konuda bazı araştırmalar farklı sonuçları da ortaya koymuştur.

Benlik saygısıyla ilgili yapılan araştırmalar, ergenlerin benlik saygısının akademik başarı, problem çözme becerileri, sosyal ilişkiler ve genel yaşam uyumu gibi alanlarda olumlu bir rol oynadığını göstermektedir. Örneğin; Yılmaz (2020)'in araştırma sonucuna göre, ergenlerin benlik saygıları arttıkça, problem çözme becerileri de artmaktadır. Yüksek benlik saygısına sahip olan ergenlerin kendilerine ve çevrelerine değer verdikleri, problemleri daha iyi yönetebildikleri ve sosyal ilişkilerinde daha anlayışlı oldukları gözlemlenmiştir.

Sonuç olarak, ergenlerin benlik saygısı üzerinde birçok faktörün etkili olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin tutumları, bağlanma stilleri, akran ilişkileri, sosyal medya kullanımı ve bireysel özellikler gibi faktörler, ergenlerin benlik saygısını şekillendirebilir.

Yapılan araştırmalar, bağlanma konusunda birçok çalışmanın bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmalar, bağlanma stillerinin ergenler üzerinde çeşitli etkilere sahip olduğunu göstermektedir. Bağlanma stillerinin, ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisi ile ilgili yapılan araştırma sonuçlarına göre, güvenli bağlanma türüne sahip olan ergenlerin olumlu benlik saygısı, yüksek özgüven, sağlam kişilerarası ilişkiler ve sosyal güvende hissetme eğilimleri vardır. Aksine, saplantılı bağlanma türüne sahip ergenler olumsuz benlik saygısı, değersizlik duyguları, bağımlılık ve zorlayıcı ilişki özellikleri sergilerler.

Berber Çelik (2018) tarafından yapılan çalışmada, erken çocukluk döneminde güvenli bağlanma ile büyüyen bireylerin olumlu benlik saygısına sahip olduğu belirlenmiştir. Bu bireylerde özgüven yüksektir, kendilerini severler, güvene dayalı sağlam kişilerarası ilişkiler kurarlar. Saplantılı bağlanan kişiler ise olumsuz benlik saygısına sahiptirler, değersizlik duygularıyla mücadele ederler, bağımlı kişilik özellikleri gösterirler ve kişilerarası ilişkilerde zorluk yaşarlar. Berber Çelik'in çalışmasının yanı sıra Yersel (2019) ve Yakupoğlu (2019) tarafından yapılan araştırmalar da güvenli bağlanma ile büyüyen ergenlerin sosyal güvende hissetme ve memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Korkulu bağlanma ile büyüyen ergenlerde ise sosyal güvende olma ve memnuniyet düzeylerinin düşük olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmalara göre, bağlanma stilleri ergenlerde sosyal güvende hissetme ve memnuniyet duygularını etkilemektedir.

Ebeveyn tutumlarının bağlanma ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye etkisi ise Yersel (2019) ve Kaya (2017) tarafından yapılan araştırmalar sonuçları doğrular niteliktedir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, güvenli bağlanma ile büyüyen ergenlerin benlik saygısı olumlu etkilenmektedir. Ebeveynlerin ilgisiz tutumuna maruz kalan ergenlerin ise güvenli bağlanma seviyesinin düşük, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma seviyesinin ise daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bir diğer yapılan araştırmada ise, güvenli bağlanma stili ile benlik saygısı arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, kaygılı-kararsız bağlanan bireylerin yaşları arttıkça kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma düzeylerinin azaldığı saptanmıştır (Biter, 2021).

Bağlanma stilleri ve cinsiyet faktörünü ele alan Del Giudice (2019) ve Aktaş (2020) yaptıkları araştırmalarda; bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiğini sonucuna ulaşımlardır. Örneğin, korkulu bağlanma stilinde kız ergenlerin, erkek ergenlere göre daha yüksek oranda olduğu belirtilmektedir.

Sonuç olarak yapılan çalışmalar bağlanma stillerinin; benlik saygısı, sosyal güvende hissetme ve kişilerarası ilişkilerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Güvenli bağlanma stilinin olumlu benlik saygısı ve sağlam ilişkilerle ilişkili olduğu, saplantılı bağlanma stilinin ise olumsuz benlik saygısı ve zorlayıcı ilişkilerle ilişkili olduğu görülmektedir. Ebeveyn tutumları, cinsiyet ve yaş gibi faktörlerin bağlanma stillerini etkileyebildiği ve bağlanmanın benlik saygısı üzerinde önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir.

Alanyazın incelendiğinde, ebeveyn tutumlarının pek çok araştırmaya konu olduğu ve ergenlerin benlik saygısı üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Karaman (2019)'ın araştırması, sağlıklı ve mutlu bir aile ortamında büyüyen bireylerin ebeveynlerini daha demokratik algıladığını ve benlik saygılarının diğer kişilere göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Yılmaz (2018) ise demokratik ebeveyn tutumunun benlik saygısını artırdığını, baskıcı-otoriter ve koruyucu-istekçi tutumların ise benlik saygısını düşürdüğünü belirtmiştir. Benzer şekilde, Yersel (2019) ve İmanoğlu (2021) da demokratik ebeveyn tutumunun benlik saygısını olumlu etkilediğini, reddedici ve aşırı korumacı tutumların ise benlik saygısını olumsuz etkilediğini göstermişlerdir. Ayrıca, Aydın (2019)'ın çalışması demokratik ebeveyn tutumunun ergenlerin psikolojik iyi oluşunu artırdığını, otoriter ve koruyucu tutumların ise azalttığını göstermiştir. Buna ek olarak, annenin ve babanın duygusal açıdan yoksun bırakıcı tutumlarının düşük benlik algısı, olumsuz kişilik özellikleri ve düşük yaşam doyumu ile ilişkili olduğu Tuzgöl Dost, Aytaç ve Kıbrıslıoğlu Uysal (2019) tarafından belirtilmiştir. Yörük Topuz ve Cihangir Çankaya (2022) ise kabul edici ve ilgi gösteren ebeveyn tutumunun çocukların psikolojik sağlamlık düzeyini olumlu yönde etkilediğini bulmuşlardır. Bu çalışmaların genel olarak demokratik ve hoşgörülü ebeveyn tutumlarının çocukların sağlıklı gelişimini desteklediği yönündeki bulguları desteklediği görülmektedir (Conrad ve ark., 2021).

Sonuç olarak; bu bağlamda yapılan çalışmalar; bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkilere dair güçlü kanıtlar sunmaktadır. Tüm çalışmaların sonuçlarının tutarlı ve ortak bulgular vermesi, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

## **4.2. Geleneksel Çalışmanın Güçlü ve Zayıf Yönleri**

Bu derlemenin birçok güçlü yönü olduğunu görmekteyiz. Bunlar;

1. Bu çalışma ergenlerde benlik saygısı üzerinde etki eden bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarını birlikte ele alan ilk geleneksel çalışmadır.

2. Araştırmaya yalnızca 2017-2023 yılı arasındaki çalışmaların ve 10-30 yaş arası ergen popülasyonun dahil edilmesi, araştırma veya derleme kapsamında incelenen çalışmaların sonuçları arasında karşılaştırma yapmayı kolaylaştırabilmektedir.
3. Bağlanma stilleri, ebeveyn tutumları ve benlik saygısı literatürlerini içeren elektronik veri tabanının geleneksel olarak taranması ve çalışma bulgularının literatür ile çoğunlukla uyumlu sonuçlar bildirmesi bu çalışmanın güçlü yanı olarak kabul edilebilir.
4. Bu geleneksel derlemeye dahil edilen çalışmaların hem Türkiye'deki kaynakların hem de yurtdışındaki yabancı kaynakların taranmasıyla oluşturulması, bu derlemenin daha güçlü olmasını sağlamaktadır.

Mevcut geleneksel derleme çalışmasının belirtilen güçlü yönleri dışında bazı zayıf yönleri de bulunmaktadır. Bunlar;

1. Literatür taramalarında 2017-2023 yılları arasındaki kaynaklar kullanıldığı için önceki yıllarda yapılmış yüksek kalite puanlı araştırmalar dahil edilememiştir.
2. Bazı çalışmalar, düşük örnekleme büyüklüğü, öznel ölçümler veya yöntemsel zayıflıklar gibi sorunlara sahip olduğu için sonuçların güvenilirliğini ve geçerliliğini etkilenmiştir.

Bu geleneksel derleme çalışması, belirli sınırlılıklara sahip olmasına rağmen, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisini etkileyen çeşitli faktörler açığa çıkmaktadır. Gelecekte yapılacak olan çalışmalar, bu sınırlılıkları göz önünde bulundurarak geliştirilmelidir, böylece ilgili literatürün güçlenmesi sağlanmalıdır. Bu geliştirmeler için bir sonraki bölümde bazı önerilerde bulunulacaktır.

## 5.BÖLÜM

### SONUÇ ve ÖNERİLER

1. Bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu vurgulanmıştır.
2. Güvenli bağlanma stilinin ergenlerde olumlu benlik saygısı, yüksek özgüven ve sağlam kişilerarası ilişkilerle ilişkili olduğunu göstermektedir.
3. Güvenli bağlanma stiline sahip olan ergenler, ebeveynleriyle iletişim kurma, olumlu etkiler alma ve özerkliklerinin desteklenmesi gibi faktörlerle daha yüksek benlik saygısına sahip olmaktadır.
4. İyi bir ebeveyn tutumuna sahip ergenlerin benlik saygısının daha yüksek olduğunu ve akran ilişkilerinde başarılı olduklarını göstermektedir.
5. Benlik saygısı ile güvenli bağlanma arasında pozitif bir korelasyon olduğu ve yüksek benlik saygısına sahip olan ergenlerin genellikle güvenli bağlanma stiline sahip olduğu gözlemlenmektedir.
6. Erkek cinsiyetli ergenlerin genellikle kız cinsiyetli ergenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu belirlenmiştir, ancak bazı araştırmalar farklı sonuçlar sunabilmektedir.
7. Benlik saygısıyla ilgili yapılan araştırmalar, ergenlerin benlik saygısının akademik başarı, problem çözme becerileri, sosyal ilişkiler ve genel yaşam uyumu gibi alanlarda olumlu bir rol oynadığını göstermektedir.
8. Ebeveynlerin tutumları, bağlanma stilleri, akran ilişkileri, sosyal medya kullanımı ve bireysel özellikler gibi faktörler, ergenlerin benlik saygısını şekillendirebilir.
9. Güvenli bağlanma stilinde büyüyen bireylerin olumlu benlik saygısına sahip olduğu, saplantılı bağlanma stilinde büyüyen bireylerin ise olumsuz benlik saygısı sergilediği görülmektedir.
10. Demokratik ebeveyn tutumu genellikle ergenlerin benlik saygısını artırırken, baskıcı-otoriter ve koruyucu-istekçi tutumlar benlik saygısını düşürebilmektedir.

#### **Psikoloji Disiplinine İlişkin Öneriler**

Bu geleneksel derleme, çeşitli sınırlılıklara rağmen bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini ortaya koymuştur. Bu çerçevede, bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisinin tespit

edilmesine yönelik yapılan araştırmalar, psikoloji disiplinde ve uygulamalarında çeşitli öneriler sunmaktadır. Bu öneriler;

1. *Ebeveynlerin Bilinçli Olarak Tutumlarını Yönetmeleri*: Ebeveynler, ergenlerin benlik saygısı üzerinde etkili olabilecek tutumlarını ve davranışlarını bilinçli bir şekilde yönetmelidir. Örneğın, eleştirel veya aşırı kontrolcü tutumlar yerine, destekleyici, anlayışlı ve sevgi dolu bir tutum sergilemek önemlidir.
2. *Bağlanma İlişkisini Güçlendirmek*: Ebeveynler, sağlıklı bir bağlanma ilişkisi geliştirmek için çocuklarıyla düzenli iletişim kurmalı ve duygusal destek sunmalıdır. Güvene dayalı bir ilişki, ergenlerin kendilerini değerli hissetmelerini ve benlik saygısını geliştirmelerini destekler.
3. *Sınırlar Koymak ve Özerklik Vermek*: Ebeveynler, ergenlere uygun sınırlar koymalı ve kurallar belirlemelidir. Ancak, aynı zamanda ergenlere özerklik vermek de önemlidir. Ergenler, bağımsızlıklarını deneyimleyerek kendi yeteneklerine güvenebilir ve benlik saygısını artırabilirler.
4. *Olumlu Geri Bildirim ve Takdir Sunmak*: Ebeveynler, ergenlerin başarılarını tanımak ve onlara olumlu geri bildirimlerde bulunmak için fırsat yaratmalıdır. Takdir edilmek, ergenlerin kendilerini değerli hissetmelerini ve benlik saygılarını artırmasını sağlar.
5. *Rol Model Olmak*: Ebeveynler, kendilerini olumlu bir şekilde ifade ederek, sağlıklı bir özsaygı ve benlik saygısı modeli sunmalıdır. Ebeveynlerin kendi benlik saygısıyla ilgili tutumları, ergenlerin benlik saygısını etkileyebilir.
6. *Destekleyici Bir Ortam Sağlamak*: Ebeveynler, aile içi iletişimi desteklemek ve duygusal açıdan destekleyici bir ortam sağlamak için çaba göstermelidir. Ergenlerin duygusal ihtiyaçlarına cevap vermek ve onları anlamak, benlik saygısının güçlenmesine yardımcı olabilir.
7. *Profesyonel Destek Arayışı*: Ebeveynler, ergenlerin benlik saygısıyla ilgili sorunlarını fark ederlerse, profesyonel yardım almak için terapist veya danışman gibi uzmanlara başvurmalıdır. Uzmanlar, ebeveynlere ve ergenlere daha spesifik öneriler ve stratejiler sunabilir.
8. *Empati ve Anlayış Göstermek*: Ebeveynler, ergenlerin duygusal deneyimlerini anlamaya ve empati göstermeye çalışmalıdır. Ergenler, duygusal destek ve anlayış gördüklerinde, benlik saygılarını artırabilirler. Ebeveynler, ergenlerin hislerini ciddiye almalı, onları dinlemeli ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamak için çaba göstermelidir.
9. *Olumsuz Eleştirden Kaçınmak*: Ebeveynler, eleştiri ve aşağılama gibi olumsuz tutum ve davranışlardan kaçınmalıdır. Bunun yerine, yapıcı geri bildirimler vererek ve

sorunları açık bir şekilde konuşarak ergenlerin gelişimine katkıda bulunmalıdır. Olumsuz eleştiri, ergenlerin benlik saygısını olumsuz etkileyebilir ve kendilerine olan güvenlerini zedeleme potansiyeline sahiptir.

10. *Özgüven Geliştirme Faaliyetlerine Destek Olmak*: Ebeveynler, ergenlerin özgüvenlerini geliştirmelerine yardımcı olacak faaliyetlere destek olabilirler. Örneğin, ergenlerin ilgi duydukları hobileri keşfetmelerini, yeni beceriler edinmelerini ve başarılarına odaklanmalarını teşvik edebilirler. Bu tür etkinlikler, ergenlerin yeteneklerini keşfetmelerine ve kendilerine olan güvenlerini artırmalarına yardımcı olabilir.

Bu öneriler, ebeveynlerin ergenlerin benlik saygısını desteklemek için kullanabileceği genel stratejilerdir. Her ergen birey benzersizdir ve farklı yöntemlere ihtiyaç duyabilir, bu nedenle ebeveynlerin çocuklarını tanımak ve onların özel ihtiyaçlarına odaklanmak da önemlidir.

## **Ergen Psikologlarına İlişkin Öneriler**

Bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumları ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sonuçlarına göre ergen psikologlarına şu önerilerde bulunulabilir;

- *Ebeveynlerle İletişimi Güçlendirmek*: Ergen psikologları, ebeveynlerle sıkı ve işbirlikçi bir iletişim kurmalıdır. Ebeveynlerin tutumları, ergenlerin benlik saygısı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu nedenle, ebeveynlerin psikolojik durumları, beklentileri ve tutumları hakkında bilgi toplamak, ergenlere daha etkili bir şekilde yardımcı olabilmek için önemlidir.
- *Ebeveynlere Eğitim ve Rehberlik Sağlamak*: Ergen psikologları, ebeveynlere ebeveynlik becerileri, bağlanma teorisi ve ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkileri hakkında bilgi ve rehberlik sunmalıdır. Ebeveynlere, sağlıklı bir bağlanma ilişkisi kurmaları, destekleyici bir ortam yaratmaları ve ergenlerin benlik saygısını desteklemek için etkili stratejiler sunulmalıdır.
- *Ergenlere Kendilik Hakkında Farkındalık Geliştirmeleri İçin Destek Olmak*: Ergen psikologları, ergenlere kendilik hakkında farkındalık geliştirmeleri için destek olabilirler. Kendilik kavramı, benlik saygısının temelini oluşturur. Ergenlere, kimlik gelişimi, kişisel değerler, güçlü yönler ve hedefler gibi konular üzerinde çalışmalarına yardımcı olabilirler. Bu şekilde ergenler, kendi kimliklerini keşfetmeye ve olumlu bir benlik saygısı geliştirmeye yönelik adımlar atabilirler.
- *Güvenli Bir Danışmanlık Ortamı Sağlamak*: Ergen psikologları, güvenli bir danışmanlık ortamı oluşturmalı ve ergenlere kendilerini ifade etme ve duygusal

deneyimlerini paylaşma fırsatı sunmalıdır. Ergenler, duygusal destek ve anlayış gördüklerinde, benlik saygılarını artırabilirler. Ergenlere, kendilerini kabul etme ve değerli hissetme konularında destek olmak önemlidir.

- *Grup Çalışmaları ve Destek Grupları Oluşturmak:* Ergen psikologları, ergenler arasında grup çalışmaları veya destek grupları düzenleyerek, benlik saygısını artırmaya yönelik etkileşim ve destek sağlayabilirler. Ergenler, benzer yaşam deneyimlerini paylaşarak, birbirlerine destek olabilir ve benlik saygılarını güçlendirebilirler.

Bu öneriler, ergen psikologlarının ebeveynlerle ve ergenlerle çalışırken benlik saygısını desteklemek için kullanabilecekleri genel stratejilerdir. Her ergen birey benzersizdir, bu nedenle bireysel ihtiyaçlara odaklanmak ve terapi sürecini kişiselleştirmek önemlidir.

### **Gelecek Bilimsel Araştırmalara Yönelik Öneriler**

Bu geleneksel çalışmanın sınırlılıkları göz önüne alındığında, bağlanma stillerinin ve ebeveyn tutumlarının ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisini faktörleri belirlemek amacıyla yürütülen gelecekteki araştırmalara yönelik bazı öneriler sunulabilir. Bu öneriler, ilgili alanda çalışma yapacak araştırmacıların dikkate alması gereken noktaları vurgulamaktadır. Öneriler şu şekildedir;

- *Uzun Vadeli İzleme:* Gelecekteki çalışmalar, ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisini uzun vadeli olarak incelemelidir. Bu, ergenlik döneminden yetişkinliğe geçiş sürecini kapsayan daha uzun süreli çalışmaları içerebilir. Böyle bir izleme, ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin uzun vadeli etkilerini anlamamıza yardımcı olabilir.
- *Farklı Kültürlerde Araştırmalar:* Çalışmalar, farklı kültürlerde yapıldığında, ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisi hakkında daha kapsamlı bir anlayış sağlanabilir. Kültürel farklılıkların bu ilişkideki etkilerini incelemek, kültürel faktörlerin rolünü anlamamıza ve kültüre özgü müdahale stratejileri geliştirmemize yardımcı olabilir.
- *Çoklu Değişkenleri İncelemek:* Gelecekteki çalışmalar, ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisini anlamak için çeşitli değişkenleri dikkate almalıdır. Örneğin, sosyoekonomik durum, aile yapısı, cinsiyet, sosyal destek gibi faktörlerin de bu ilişkideki rolünü incelemek daha kapsamlı bir anlayış sağlayabilir.
- *Nörolojik Araştırmalar:* Gelecekteki çalışmalar, ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki nörolojik temellerini inceleyebilir.

Nörolojik araştırmalar, bu ilişkinin sinirsel düzeyde nasıl işlediğini ve beyin bölgelerinin rolünü daha iyi anlamamıza yardımcı olabilir.

- *Biyolojik ve Genetik Faktörleri İncelemek:* Gelecekteki çalışmalar, ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisini anlamak için biyolojik ve genetik faktörleri de dikkate alabilir. Bu çalışmalar, genetik yatkınlığın, beyin işlevlerinin ve hormonal değişikliklerin bu ilişki üzerindeki rolünü inceleyebilir.
- *Teknoloji ve Diğer Dış Etkilerin Rolünü İncelemek:* Gelecekteki çalışmalar, teknolojinin ve diğer dış etkilerin (sosyal medya, internet kullanımı, medya vb.) ergenlerin benlik saygısı üzerindeki etkisini daha ayrıntılı olarak araştırabilir. Bu çalışmalar, ebeveyn tutumları ve bağlanma stilleri ile teknoloji kullanımı arasındaki etkileşimi ve ergenlerin benlik saygısına olan etkisini anlamamıza yardımcı olabilir.

Bu öneriler, gelecekteki çalışmalarda "ebeveyn tutumları ve bağlanma stillerinin ergenlerde benlik saygısı üzerindeki etkisi" konusunda daha kapsamlı bir anlayış sağlamayı hedeflemektedir. Bu çalışmalar, ebeveynlik uygulamalarının ve müdahalelerinin benlik saygısı üzerindeki etkisini anlamamıza ve ergenlerin sağlıklı gelişimini desteklemek için daha etkili stratejiler geliştirmemize yardımcı olabilir.

## KAYNAKÇA

Adams, J.F. (1995). *Ergenliği Anlamak*. (B. Onur ve diğ., Çev.) İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları.

Adler, A. (2012). *İnsan doğasını anlamak*. (D. Başkaya, Çev.) İzmir: İlya Yayınevi.

Ainsworth, M. D. S. (1979). Attachment as Related to Mother-Infant Interaction. *Advances in the Study of Behavior*, 1–51. doi:10.1016/s0065-3454(08)60032-7

Aktaş, E. (2020). *Ergenlerin ebeveyne bağlanma stilleri ile sosyal görünüş kaygısı ve sosyal dışlanma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Aremu, T. A., John-Akinola, Y. O., & Desmennu, A. T. (2018). *Relationship Between Parenting Styles and Adolescents' Self-Esteem*. *International Quarterly of Community Health Education*, 0272684X1881102. Doi: [10.1177/0272684X18811023](https://doi.org/10.1177/0272684X18811023)

Arı, R., 2006. *Gelişim ve öğrenme*. 3. Basım. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

Arıca, O. T. (1995). *Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Atkinson, R., Atkinson, R., Smith, E., Bem, D., Nolen, S. (1999). *Psikolojiye Giriş*. (Y. Alogan, Çev.). Ankara: Arkadaş Yayınları.

Avcı M. (2006). Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları, Atatürk Üniversitesi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1): 39-64.

Aydın, E. (2019). *Ergenlerin algılanan anne baba tutumlarının benlik saygısı ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan.

Bacanlı, H. (2004). *Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlama Psikolojisi*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı.

Banstola, R. S., Ogino, T., & Inoue, S. (2020). Impact of Parents' Knowledge about the Development of Self-Esteem in Adolescents and Their Parenting Practice on the Self-Esteem and Suicidal Behavior of Urban High School Students in Nepal. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6039. doi: [10.3390/ijerph17176039](https://doi.org/10.3390/ijerph17176039)

Bartholomew, K., and 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. doi:10.1037//0022-3514.61.2.226

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., ve Vohs, K. E. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 1–44.

Baumrind, D. (1966). *Effects of authoritative parental control on child behavior*, *Child Development*, 37(4), 887-907.

Baumrind, D. (1968). Authoritarian v.s. authoritative parental control. *Adolescence*. 3,255-272.

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*. 4/1, 1-103.

Bayraktar, F., Sayıl, M., Kumru, A. (2009). Liseli Ergenler ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyn ve Akrana Bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 48 - 68.

Berber Çelik, Ç. (2018). Bağlanma Stilleri, Psikolojik İyi Olma ve Sosyal Güvende Hissetme: Aralarındaki İlişki Ne?. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13 (25), 27-40. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/befdergi/issue/38072/399356>

Baumrind, D. (1996). The Discipline Controversy Visited. *Family Relations*, 45(4), 405-414.

Biter, E. (2021). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin aile aidiyet düzeyinin bağlanma stilleri ve benlik saygısı bağlamında incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.

Bozkurt, B. (2020). *Çocukluk çağı travmalarının, anne baba tutumlarının ve bağlanma stillerinin evlilik uyumu üzerindeki etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Bowlby, J. (2018). *Bağlanma*. (Çev. Tuğrul Veli Soylu). Pinhan Yayıncılık, İstanbul.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol.1.Attoclement*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1969). *Attachement: Attachement and Loss*. London: Hogarth.

Burger, J. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Cacioppo, M., Barni, D., Correale, C., Mangialavori, S., Danioni, F., & Gori, A. (2019). Do attachment styles and family functioning predict adolescents' problematic internet use? A relative weight analysis. *Journal of Child and Family Studies*, 28(5), 1263-1271. DOI:[10.1007/s10826-019-01357-0](https://doi.org/10.1007/s10826-019-01357-0)

Cankardaş, S. (2019). Kadın ve Erkeklerde Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Belirlenmesinde Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Benlik Saygısının Rolü. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(1), 79-97. Retrieved from: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iupcd/issue/46458/567925>

Conrad, R., Forstner, A. J., Chung, M. L., Mücke, M., Geiser, F., Schumacher, J., & Carnehl, F. (2021). Significance of anger suppression and preoccupied attachment in social anxiety disorder: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 21(1), 1-9. DOI: [10.1186/s12888-021-03098-1](https://doi.org/10.1186/s12888-021-03098-1)

Coopersmith, S. (1974). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W.H. Freeman. And Company.

Curun, F. ve Orçun Yücel, D. (2018). Ergenlerde ebeveyn tutumları ve duygusal zekâ ilişkisi: benlik saygısının aracı rolü / Parental attitudes and emotional intelligence in adolescences: the mediating role of self esteem. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*. 8(2), s. 579-603.

Cüceloğlu, D. (2006). *Başarıya Götüren Aile, Sınav Döneminde Ana babalık.*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D., 2011. *İnsan ve davranışı*. 21.Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi. Ss, 428-429

Çokparlamış, N. (2018). *Bağlanma stillerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.

Çuhadaroğlu, F., Canat, S., Kılıç, E., Senol, S., Rugancı, N., Öncü, B., Hosgör, A.G., Isıklı, S., Avcı, A. (2004). Ergen ve Ruhsal Sorunlar. Durum Saptama Çalışması. *Türkiye Bilimler Akademisi (TÜBA) Raporları*, Ankara.

Del Giudice, M. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current Opinion in Psychology*, 25, 1-5. DOI:[10.1016/j.copsy.2018.02.004](https://doi.org/10.1016/j.copsy.2018.02.004)

Demir, İ. (2015). *Benlik, kimlik ve kişilik*. Nobel Yayın Dağıtım: Ankara

Derman O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Adölesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*. 2008; 63:19-21.

Dinç, J. (2019). *Lise döneminde benlik saygısı ve bağlanma türleri*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Ekşi, A. (1990). *Çocuk, genç, ana babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.

Elkınd, D. & Dönmez, A. (1979). Erik Erikson: İnsanda Gelişimin Sekiz Evresi. Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES), 12(1), 27-38.DOI: 10.1501/Egifak\_0000000613

Erikson, E. H., (1968). *Identity: youth and crisis*. New York: W. Norton & Company Inc.

Erikson, E. H. (1984). *İnsanın Sekiz Çağı* (1. Basım), (Çev. T. Bedirhan Üstün ve Vedat. P.). Sevinç Matbaası, Ankara.

Erkan, S., Kaya, A. (2005). *Grupla psikolojik danışma ve rehberlik programları*. Ankara: Pagem A Yayıncılık.

Erol A., (2022). Derleme Yazmanın Temel İlkeleri. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 59(1), 1-2.

Freud, S. (1994). *Psikanalize yeni giriş dersleri*. (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki Yayınları.

Furnham, A. & Cheng, H. (2000). Perceived parental behavior, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35(10), 463-470. doi: 10.1007/s001270050265

Gallatin, J. (1995). Ergenlik kuramları. J.F. Adams (Ed) Ergenliği anlamak (49-80) (Çev. Nermin Çelen) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi.

Geçtan, E., (1993). *Psikanaliz ve sonrası*. 5. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Gençtan, E. (2000). *Psikanaliz ve sonrası*. (9. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi

Görmüş, K. (2021). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ile benlik saygısı, aile aidiyeti ve yaşadıkları güçlükler arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Güneysu, S., Bilir Ş. (1988). Üniversite gençlerinin kendini-kabul düzeyine algılanan ana baba tutumlarının etkisi. *Psikoloji Dergisi*, 6(22):127-133.

Hazan, C., and Shaver, P.(1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

İmanoğlu, M. C. (2021). *Algılanan ebeveynlik tutumları, benlik saygısı, olumlu-olumsuz duygulanım ve öz-şefkat ilişkisi* (Yayımlanamamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

James, W. (1950). *The Principles Of Psychology Volume I. Reprint Edition*, Dover Publications: Mineola USA, s:651-655.

[http://library.manipaldubai.com/DL/the\\_principles\\_of\\_psychology\\_vol\\_I.pdf](http://library.manipaldubai.com/DL/the_principles_of_psychology_vol_I.pdf)

James, W. (1950). The principles of psychology Volume I. Reprint Edition, *Dover Publications: Minel USA*, <http://www.public-library.uk/ebooks/50/61.pdf>

Jung, G. (2011). *Jung kilit fikirler*. (K. Atalay, Çev.). İstanbul: Optimist.

Karaman, A. (2019). *21-25 yaş arası gençlerde benlik saygısına etki eden ebeveyn tutumları*. (Yüksek Lisans Tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.

Kaya, Ş. (2017). *Ergenlerde anne-babaya bağlanma örüntüsünün benlik saygısı ve yalnızlık ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.

Kaya, Y. (2017). *Ergenlerin Benlik Algıları, Algıladıkları Ebeveyn Tutumları, Ebeveyne ve Akarana Bağlanma Durumları ve Ebeveynlerinden Beklentileri*. (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, İstanbul.

Kayaalp, İ. & Gündüz, B. (2018). Ergenlerin Anne Baba Tutumları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracı Rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (48), 514-536. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/39596/421134>

Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1 (17), 231-238. <https://dergipark.org.tr/en/pub/erusosbilder/issue/23750/253040>

Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. International Universities Press: New York; 1971, s.54.

Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.

Kohut, H. (1983). *The Analysis of the Self*. International Universities Press: New York

Köknel, Ö. (1999). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. (15. Basım). İstanbul, Altın Kitaplar.

Kula, N. (2001). *Kimlik ve din*. İstanbul: Ayışığı Yayınları.

Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Yayınevi.

Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik psikolojisi*. (6. Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi.

Kuzgun, Y. (1972). Kendini gerçekleştirme. *Araştırma Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 10(0), 162-172.

Lazarević, L.B., Lazarević, D. & Orlić, A. (2017). Predictors of students' self-esteem: The importance of body self-perception and exercise. *Psihološka istraživanja*, 20(2), 239-254. Doi: 10.5937/PsIstra1702239L

Lim, Y. (2020). Self-esteem as a mediator in the longitudinal relationship between dysfunctional parenting and peer attachment in early adolescence. *Children and Youth Services Review*, 116, 105224. doi:[10.1016/j.childyouth.2020.105224](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105224)

Markus, H.R., Zajonc, R.B. (1985). The cognitive perspective in social psychology. *In the Handbook of Social Psychology* (Vol. I, 3rd Ed.), ed.: G. Lindzey & E. Aronson, pp. 137-230, Random House.

Maşrabacı, T. S. (1994). Hacettepe üniversitesi birinci sınıf öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Mischel, W. (1993). *Introduction to Personality*, 5th Edition, Holt, Rinehart and Winston Inc.

Mohammad Beigi Ali, Sadeghi Zohreh, Babaei Mahsa. (2022). Prediction of self-esteem as it relates to parental and peer attachment among adolescents with a cultural perspective. *J Psychology and Mental Health Care*, 6(5): DOI: 10.31579/2637-8892/190

Muuss, R.E. (1988). *Theories of adolescence*. New York: McGraw-Hill.

Onur, T. (2023). *Ergenlerde bağlanma stilleri ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Olca Atıcı, S. (2019). *İlk ergenlik döneminde benlik saygısının, evlilik çatışması, akran ilişkileri ve ebeveyn tutumu ile olan ilişkisinde, duygusal güvenliğin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.

Palabıykoğlu, R., (2000). *Kişilik gelişiminde temel kavramlar*. (2.Baskı). H.D. Özgüven (eds). Ankara: Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Antip A.Ş. Tıp Kitapları ve Bilimsel Yayınları.

Pérez-Fuentes, M. del C., Molero Jurado, M. del M., Gázquez Linares, J. J., Oropesa Ruiz, N. F., Simón Márquez, M. del M., & Saracosti, M. (2019). Parenting Practices, Life Satisfaction, and the Role of Self-Esteem in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 4045. Doi: [10.3390/ijerph16204045](https://doi.org/10.3390/ijerph16204045)

Rogers C.R., (1961). *On Becoming A Person*. Mariner Books: U.S.A, [http://books.google.com.tr/books?id=FTEPV9IYQ5EC&printsec=frontcover&hl=tr&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com.tr/books?id=FTEPV9IYQ5EC&printsec=frontcover&hl=tr&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false).

Rosenberg, M. (1965). *Society And Adolescent Self-Image*. Princeton University Pres, New Jersey. ss.14-38.

Rosenberg, M. (1986). *Self-concept from middle childhood through adolescence*. In J. Suls & A. G. Greenwald (Eds.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 2). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Rudnytsky, P. L. (1997). The Personal Origins of Attachment Theory. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 52(1), 386-405. doi:10.1080/00797308.1997.11822469

Sevim, K., ve Artan, T., (2021). Yüksek ve Düşük Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler. *Toplumsal Politika Dergisi / Turkish Journal of Social Policy*. Yıl: 2021, Cilt: 2, Sayı: 2, ss. 109-121

Satılmış, G. ve Seber, S. (1989). Yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin benlik saygısı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 68-73.

Saygın, Y. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.

Steinberg, L. (2001). *Parent-child relationships*, In *Gale Encyclopedia of Childhood and Adolescence* (Vol. 6, pp. 2270-2276). Gale Group.

Şen, M. (2011). Türkiye’de ergen profili. *Aile ve Toplum Dergisi*, 27 (7), 89-102.

Şentürk, S. S. (2010). *Liseli ergenlerin yalnızlık algısının sosyal beceri, benlik saygısı ve kişilik özellikleri bağlamında değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Şimşek, D. (2010). *Yatılı ilköğretim bölge okulu ve ailesi yanında kalan ilköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin akran ilişkileri, sosyal destek algıları ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.

Tepeli Temiz, Z., & Tarı Cömert, I. (2018). The relationship between life satisfaction, attachment styles and psychological resilience in university students. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31:274-283. DOI:10.5350/DAJPN2018310305

Türker, A. (2021). *Ergenlerde çocukluk çağı travma yaşantıları ve bağlanma stillerinin aldıkları depresyon tanısı şiddetiyle ve aile tutumları ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Tuzgöl Dost, M. , Aytaç, M. & Kıbrıslıoğlu Uysal, N. (2019). Ebeveynlik Biçiminin Kişilik Özellikleri, Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumunu Yordama Gücü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (71), 1146-1165. DOI:10.17755/esosder.472964

Tüzün, Z. Ve Soygüt, G. (2017). Ergen Bağlanma Biçimlerinin Tematik Uyarılara Verilen Öyküsel Tepkiler Aracılığıyla Değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(3), 181- 189.

Usta, H.K. (2017). *Ergenlerde benlik saygısının algılanan anne-baba tutumları ve olumsuz otomatik düşüncelerle yordanması: Samsun ili örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

Yersel, Z. (2019). *Çocuk ve ergenlerde anne-baba tutumu ve bağlanma durumunun algıladıkları benlik saygısı ve çocukluk çağı narsizmi ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.

Yakupoglu, A.S. (2019). *Ergenlerde bağlanma stilleri ve benlik algılarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Yavuzer, H. (1993). *Çocuk psikolojisi*. 3.basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2003). *Ana Baba ve Çocuk*. 16.Baskı. Remzi Kitabevi: İstanbul

Yavuzer, H. (2005). *Çocuk psikolojisi*. 28.Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2005). *Gençleri Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi

Yavuzer, H. (2010). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H., Köknel, Ö., Kulaksızoğlu, A., Ayhan, H., Dodurgalı, A. ve Ekşi, H. (2011). *Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları* (1.basım). Timaş Yayınları.

Yılmaz, K. (2018). *Anne-baba tutumlarının ergenlerde benlik saygısına etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.

Yılmaz, N. (2020). *Lise öğrencilerinde anne baba tutumları ile benlik saygısı ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.

Yörük Topuz, İ. & Cihangir Çankaya, Z. (2022). *Özel Yetenekli Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlığının Yordayıcıları: Benlik Saygısı, Akran İlişkileri ve Ebeveyn Tutumları*. *Ankara*

*Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 23 (2), 271-294.  
DOI:10.21565/ozelegitimdergisi.742426

Queiroz, P., Garcia, O. F., Garcia, F., Zacaes, J. J., & Camino, C. (2020). Self and Nature: Parental Socialization, Self-Esteem, and Environmental Values in Spanish Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3732.  
Doi:[10.3390/ijerph17103732](https://doi.org/10.3390/ijerph17103732)