

BAĞLANMA SÜRECİ: RUH SAĞLIĞI AÇISINDAN LİTERATÜRÜN GÖZDEN GEÇİRİLMESİ

*ATTACHMENT PROCESS: REVIEW OF THE LİTERATURE IN TERMS OF
MENTAL HEALTH*

Gülseren KESKİN* **Olcay ÇAM****

*Ege Üniversitesi Atatürk Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu

** Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu

Anahtar Sözcükler: Bağlanma, Bağlanma süreci, Ruh sağlığı

Key Words: Attachment, Attachment process, Mental health

ÖZET

Bu yazıda bağlanma kuramı, anne-bebek arasındaki bağlanma, bağlanma stilleri, çocuk ve ergen bağlanmasında ebeveynin rolü, bağlanma ile ilgili psikopatolojik bozukluklar, yetişkin bağlanması ile ilgili araştırmalar gözden geçirilmiştir. “PubMed” ve “ScienceDirect” tıbbi arama motorları kullanılarak, özellikle 1985-2004 yılları arasında yayımlanan makaleler öncelikli olarak değerlendirilmeye alınmıştır. Bebeklik döneminde duygusal gelişimin sağlıklı olabilmesinde anahtar rolü ana-baba oynamaktadır. Bebeklikteki bağlanma kavramı; anne-baba yada birincil bakım verenlere olumlu tepkilerin verilmesi, bu kişilere yönelme, arama, bağlanılan kişinin varlığının duyumsanmasına eş zamanlı olarak rahatlama duygusunun eşlik etmesi gibi duygu ve davranış örüntülerinin tümünü kapsamaktadır. Bağlanma bebekle birincil bakım veren kişi arasında gelişen ve bebekte güven duygusunu yerleştiren güçlü bir bağdır. Bağlanma kuramı bebek psikolojisini temel almasına rağmen ergenleri anlamak için de kullanılmıştır. Bebeklik döneminde yaşanan patolojik bağlanma örüntülerinin gelecekteki ilişkiler üzerindeki etkisi günümüzde önemini koruyan bir konu niteliğindedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıkan birçok psikopatolojinin kaynağı, bebeğin birincil bakıcısı ile olan ilişkisinin niteliği ile yakından ilişkilidir. Sonuç olarak, bağlanma kuramı psikiyatrik yaklaşıma ve klinik uygulamalara farklı bir alt yapı oluşturur. Bu durum doğumdan yetişkinlik sürecine kadar bireysel gelişim, bağlanma süreci, davranışsal gelişim sürecinin dikkate alınmasını gereğini vurgular. Böylece bu yaklaşımla bağlanma ile ilgili bozuklukların çözümüne olanak sağlanmış olur.

SUMMARY

This article reviews literature on attachment theory, process of mother-infant attachment, attachment styles, role of parent on child and adolescent attachment, attachment related psychopathological disorder, adult attachment. Articles, published in 1985-2004 and searched via “PubMed” and “ScienceDirect”

medical search engines, are primarily included in the review. Parents play a key role in the emotional development of infants. Attachment concept in infancy consists of many affectional and behavioral patterns of positive reactions to parents or primary caregivers, seeking and preference of them, sense of pleasure in the presence of primary caregivers. Attachment is the strong emotional bond that develops between infant and caregiver, providing the infant with emotional security. Attachment theory is central in infant psychology but is also more and more used to understand adolescent's vulnerability.. Effect of pathological attachment process in infancy on future relationships is still a popular reseach topic todays. The main cause of many psychopathologies in childhood and adolescence related to the quality of infant-caregiver relationship. Hence attachment theory drawing up a new concepts to psychiatric aproach and clinical practice. Indeed, this concept permits to take into account in a combined manner individual development, processes of attachment, and behaviour adjustments, from birth throughout adulthood. So this aproach give a permission to solution of related to attachment disorder.

GİRİŞ

Erken çocukluk döneminde ana baba-çocuk ilişkilerinin kişinin gelişimini, diğer insanlarla ilişkilerini ve psikolojik uyumunu etkilediği konusunda genel bir kabul vardır. Bu kabule götüren ilk ve en önemli kanıtlar Bowlby'nin çocuğa temel bakım veren kişi ile çocuk arasında kurulan sosyal bağın (attachment-bağlanma) normal gelişim için oldukça önemli olduğunu gösteren araştırma sonuçlarıdır (Crockenberg ve ark. 1993)

Tanım olarak bağlanma biçimi, yaşamın erken döneminde belirlendiği ve süreklilik gösterdiği düşünülen bireyin diğer insanlarla ilişki kurma örüntüsüdür. Bağlanma kuramcılarına göre bağlanma biçimi süt çocukluğu döneminde güvenli ya da güvensiz olarak bir kez belirlendikten sonra yaşam boyunca süreklilik gösterir (Bowlby 1988).

Zeanah ve arkadaşları (1997), bağlanma ilişkisinin niteliğinin anne ile bebek arasındaki ilişki tarzı ile şekillendiğini belirtmişlerdir. Anne-bebek ilişkisindeki ilk süreç, açlık ve susuzluk gibi fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasıdır. Bunun ardından, annenin bebeği ile geçirdiği zaman dilimi ve bu zaman dilimini nasıl kullandığı önem kazanmaktadır. Bebeğin sosyal ve duygusal açıdan gelişebilmesinde, mevcut bağın kuvvetlenmesinde annenin duyarlılığı önemlidir (Demulder ve ark 2000, Denham 1994, Isabella 1993). Anne çocuk ilişkisinde gerek anne gerekse de bebek birbirlerinin duygularına cevap verdikleri oranda aralarındaki duygusal iletişimin kalitesi artmaktadır (Isabella, Belsky 1985, Isabella 1993).

Bağlanma davranışının oluşmasında bebeğin uyarıcıları sosyal olarak algılayıp yanıtlaması ilk başlarda ayrışmamış ve özgül olarak anneye yönelmemiştir. Bağlanmanın gelişmesini, anneden ayrılma engeller (Bowlby 1988, Cook 2000). Annenin ya da bağlanılacak kişinin

bebekle ilişki içinde olmaması, (izolasyon) sonucu bağlanma birlikte oluşamaz. Bebeği ile ilişki kuramayan annelerin; zeka düzeyi düşük ya da duygusal olarak olgunlaşmamış kişiler oldukları gözlenmiştir (Ainsworth 1989, Ainsworth 1997). Bağlanma sürecinin iyi bir şekilde geliştiği durumlarda; bireylerin ilerleyen yaşamında, aile ve iş yaşamlarındaki doyum düzeyleri de artmaktadır.

Anne-Bebek Arasında Bağlanmanın Gelişimi

Preverbal dönem öncesinde erişkin-bebek arasındaki iletişiminin ana kaynağını duygular oluşturur. Bebek, doğumu ile annenin duygusal alanın en önemli üyesi olur. Bu üyelik doğum öncesinde başlamıştır, doğumla birlikte doruğa ulaşır. Bebek bu duygusal alan içinde büyür ve anneye bağlanır (Ainsworth 1997). Doğum sonrası anne ve çocuk arasında güvene dayanan bir ilişki oluşur. Anne-bebek arasındaki güvenli ilişki baba ve kardeşlerin katılımı ile güçlenmektedir. Bu sosyal desteğin niceliği ve niteliğiyle anne-bebek bağlanması arasında kuvvetli ilişkinin olduğu bildirilmektedir (Lowinger ve ark 1995, Waters ve ark 2000). Bebekle ilişkide bu derin memnuniyet duyguları ebeveynler tarafından bebeği kabullenme durumunun en üst düzeye ulaşması için temeldir. Bebeğe özel bir sevgi hissetmek ve anne/baba rolünün iyi bir şekilde yerine getirilmesi bağlanmaya doğru duygusal bir atmosfer yaratır. Bebeğe yönelen annelik/babalık davranışları, bebeğin kendisine değer verme duygusunun gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Anne bağlanma süreci içinde: öğretebilen, bebeğin kendini tanımada "ayna" görevi üstlenen, beslenme ve yıkama gibi teke tek ilişkide duyarlı ve işbirliğine yönelik görevler üstlenen bir kişi olarak tanımlanır. Erken dönemde, doğumdan hemen sonra çıplak olarak bebeğin kucağa alınması ile annenin bebekle ten temasının olması, bağlanma duygusunu artırır. Böylece dokunma duygusu ile bebeğin dış dünyayı algılaması da kolaylaşmaktadır (Troy 1995). Dokunma, anne-bebek ilişkisini artırır. Bebekle göz-göze ve ten-tene teması yakınlaşmanın önemli bir parçasıdır. Bebek bu dönemden itibaren bakıcısına gülümsemekte, uzun süreli göz ilişkisi kurmakta ve diğer insanlara göre ona daha fazla ses çıkartmaktadır. Onun yanında kendisini daha rahat hissetmektedir. Anne/babanın anne/baba rolünü kabullenmesi, bebeğin gereksinimlerini tanınması ve uygun bir şekilde karşılaması ile bağlanma gelişir. Ancak anne/babalar bebeklerinin gereksinimlerinin kendilerinden farklı olduğunun farkına vararak bebeğin bireyselleşmesine izin verirler. (Kenny, Gallagher 2002). Bağlanma oluşabilmesi için bebeğin anneyi diğerlerinden ayırt edebilmesi, nesne sürekliliğinin ve sembolik oyun yetisinin (oyunda nesnelere ve kişileri simgesel olarak temsil edebilme) olması gerektiği düşünülmektedir (Pehlivan Türk 2004).

Yaşamın ilk iki yılını kapsayan bağlanma süreci dönemlere ayrıldığında; doğumdan 8-12 haftaya kadar uzanan ilk dönem bağlanma öncesi dönem olarak ifade edilir. Bu süreç içinde bebek

anneye yönelmiştir, annenin uyaranlarıyla hareketlenir. Çevresindeki kişilere yönelme davranışı gösterir ancak kişileri ayırt edebilme yetisi yoktur ya da çok kısıtlıdır (Haight ve ark 2003, Joseph 1992). Bağlanmanın ilk işaretlerinin ortaya çıktığı ikinci dönem 8-12 haftadan 6. aya kadar uzar. Bu dönemde bebek anneyi yabancılardan ayırt etmeye ve dikkatini daha çok anneye yönlendirmeye başlar. Bağlanmanın tam olarak gözlemlendiği 3. dönem 6-24 aylar arasındadır. Altıncı aydan itibaren "Ayrılma-Bireyselleşme" dönemi başlar. Bu süreçte iki ana gelişimsel süreç yaşanır. Birincisi; intrapsişik otonominin, algılamının ,belleğin ve gerçeği değerlendirmenin evrimi olan bireyselleşme ile farklılaşma, uzaklaşma ve mesafe koyma, sınır oluşumuyla birlikte, anneye bağların çözülmesini içeren ayrılımdır. Bu dönemin başlangıcında bebeğin anneye bedeninin daha fazla farkındalığını içeren bir ilişki kurmaya başlaması dikkat çeker. Bebek bedenini annenin kucağına göre biçimlendirir. Bedeni ile annenin bedeni arasındaki mesafeyi ayarlama becerisini geliştirir. Bebek sosyal gülümseme de edinir. Mahler'e göre, çocuğun sağlıklı olması için anneden ayrılması, kopması gerekmektedir. Bu dönemde bağlanma davranışı yakınlık arayışı ile kendini gösterir ve küçük çocuklarda bağlanılan kişilerden ayrılma ile belirginleşir. Çocuğun bireyselleşip anneden ayrılabilmesi de, ancak ona güvenli bağlanabilmiş olabilmesi ile olanaklıdır (Ainsworth 1997). Bu süreçte bebek anneden ayrıldığında ağlar, huzursuzluk işaretleri gösterir, annenin dönmesi ile birlikte veya annenin dönüşünden emin olduğunda ağlama sonlanır. Bu dönemin ardından çocuk yaşamında gerek birincil bakıcısıyla gerekse de diğer insanlarla geliştireceği karmaşık yapıdaki ilişkilere girer (Isabella, Belsky 1985). Sekizinci ayla birlikte bebekler çevrelerindeki ilişki örüntülerini anlamlandırmaya başlarlar. Bu dönemde, bebek gerçek ve belirgin bir objeye yönelmektedir. Bu ay öncesinde anne bebek için çok önemli değilken, sekizinci aydan itibaren bağlanma ilişkisiyle bebek çok geniş yelpazede olan sosyal ilişkilerini sınırlandırmaktadır. Artık bebek ilgisini tüm ihtiyaçlarını karşılayan kişiye yöneltmektedir. Bu dönemden itibaren bebekler yabancı kişilerle karşılaştıklarında korku, kaygı ya da kaçma davranışlarında bulunurlar (Haight ve ark 2003, Joseph 1992). 25' nci aydan sonra anneden bağımsızlaşarak birey olma yolunda ilerleyen çocuğun annesiyle geliştirdiği ilişkide çeşitli zorluklar yaşanır.

Bağlanma için gerekli olan anne-bebek arasındaki sürecin özellikleri şunlardır (Ainsworth 1989, Bowlby 1988);

a. Erken ikili ilişki (memelilerde ve kuşlarda olduğu gibi) bebek annesi ile çok erken dönemde ilişki içine girer. Bu durum yaklaşık yedi ay civarında ortaya çıkan birincil bağlanma ilişkisidir ve süreklilik özelliği taşır.

b. İlk sosyal nesne olan annenin duyarlı ve etkileşimsel özellikleri: Anne, bebeğin çevresini davranışlarının gelişebileceği temel

alan durumuna getirir. Bu temel alan bebeğin ruhsal gelişmesini yapacağı, isteklerinin karşılandığı, ona uygun koşulların bulunduğu alandır. Anne, bebek için bu temel alanı hazırlar ve bebek bu temel alanda ruhsal gelişmesini yapar, onun isteklerini karşılar, ona uygun koşullar bulur.

c. Erken dönemde ben ve diğeri ayrışması: Bağlanmanın getirdiği birliktelik içinde bebeğin bağımsız davranmayı denemesi için uygun koşulların sağlanması ve bu denemelere olanak sağlanması anlamını taşır.

d. Erken güvenli tutumun oluşması : 12' nci ay sırasında hareketlenme (emekleme-yürüme) ile başlar. Ancak bu özellik hareketlilik öncesinde bilişsel düzeyde ortaya çıkar. Evin alansal olarak tanınması, annenin özgül davranışlarını bekleme, annenin bebeğin uyarılarına yanıt vermesi ve annenin oyunlarında bebek tarafından kullanılmasını ifade eder.

e. Ayrılık protestosu: 12-30' ncu aylar arasında gözlenir. Daha erken dönemlerde de saptanabilir. Anneden ayrılma ile birlikte ikili ilişkinin bozulmasını taşıyamama, ikili ilişkiyi oluşturmak için anneyi ilişkiye davet etmeyi ifade eder. Diğer bir deyimle ilişkinin bozulduğunun farkına varılması ile çevreyi, anlık kopmuş, bozulmuş ilişkiyi onarmak için uyarma girişimidir. Ayrılık bebek için dayanılmazdır. Ayrılmanın yerine bir başkasının konulması için 'yakınlık arayışı' içine girer. Ayrılık durumlarında 'ayrılık protestosu' ortaya çıkar, bağlanılana yönelir. Bağlanılan nesnenin kaybolmasına dayanılmaz ve bu durum protestoya yol açar.

f- Güvenli-temel tutumun pekişmesi. Birinci yaşta tutum belirginleşmiştir. İkinci yaşta ayrılık protestosu zayıflar, üçüncü yaşta diğer kişiye, amaca yönelik yönelme vardır. Bağlanma güveni doğurur. Böylece bebek araştırmacı davranışta bulunur. Bağlanma olmadan araştırmacı davranış oluşmaz.

g- Diğer kişilerle ilişkinin olgunlaşması. Güvenli tutumun anneden ayrı başka kişilere aktarılması ve aktarılan kişiden güvenli yanıtın alınmasıdır. İlk bağlanılan ile kurulmuş olan etkileşimin belirlediği içsel bir çalışma modelidir. Kurulan içsel çalışma modeli dış dünya ile kurulacak olan ilişki modelini oluşturur.

h- Güvenli-temel tutumun anneden ayrı başka kişilere aktarılması. Bağımsızlaşmaya eş zamanlı olarak iletişim ve denetim görevleri ile birlikte olgunlaşmadan söz edilebilir. Bağlanma bebeklik ya da çocukluk ile sınırlı değildir. Yaşam boyu sürer. Bağımlılıktan ayrılığa, tam bağımlılıktan "Olgun bağımlılığa" ulaşılır (Ainsworth 1989, Bowlby 1988, Tyrrell, Dozier 1999). Bebeklikte atılan tohumlar, çocuk büyüdükçe, diğer insanlarla yaşananlar tarafından da gelişerek, birey olma ile ait olma arasındaki hassas denge kurularak devam eder.

Bağlanma ve Sosyal Gelişim

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

Bağlanma sistemi, bebeklerin bakıcıları ile ilişkileri temelinde gözlenen üç davranış örüntüsü ile tanımlanabilir: ilki; yakınlığı arama, yakınlığı koruma ve ayrılığı protesto etme, ikincisi keşfetme etkinlikleri için bakıcıyı “güvence üssü” olarak kullanma ve son olarak, destek ve güvenlik için bakıcıyı “güvenli sığınak” olarak kullanmadır (Crockberg ve ark 1993). Bakıcının “ulaşabilirliği” tehdit edildiği anda bağlanma sistemi otomatik olarak etkilenir. Bu durumda bakıcının çocuğa göstereceği tepkilerin kalitesine bağlı olarak, etkilenen bağlanma sistemi ya bakıcı ile temas yeniden kurularak ilişkinin onarılmasına çalışır, böylece “hissedilen güvenlik” sağlanır ya da çocukta kaygı ve huzursuzluk yaratacak olan ayrılığı protesto tepkileri ortaya çıkar. Bakıcıdan uzun süre ayrı kalma, bağlanmanın çözülmesi (detachment) anlamına gelen sosyal çevreden kopma veya geri çekilmeyle sonuçlanabilir (Bowlby 1988).

Bowlby'ye göre, ağlama, keşfetme gibi ayrılığa karşı gösterilen kaygı, protesto ve kopma tepkileri çocuğun temel koruyucusundan ayrılmaya karşı gösterdiği yüksek düzeyde uyum sağlamaya yönelik tepkilerdir. Çocuğun sıkıntısını ifade etme amacı bakıcısının yanına gelmesidir. Eğer yakınlığı yeniden sağlama umudu kalmamış görünüyorsa sürekli sıkıntı ifadesi fiziksel olarak çocuğun tükenmesine neden olmaktadır. Umutsuzluğun ayırt edici özelliği olan çocuğun sessiz ve hareketsiz kalmasıdır. Kopma normal etkinliğin başlamasını, büyük bir olasılıkla da yeni bir bağlanma kişisi arayışını olanaklı kılmaktadır. Aynı yakınlığı koruma gibi uzun ayrılıklardaki tepkiler de bağlanma sisteminin işlerliğini yansıtmaktadır (Bowlby 1988, Hortacsu ve ark 1993).

Bağlanma Stilleri

Bowlby tarafından 1969 yılında ilk olarak tanımlanan bağlanma kuramı, Ainsworth ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Ainsworth 1989). Ainsworth yabancı durum testi ile farklı bağlanma biçimlerinden bahsederek, güvenli ve güvensiz bağlanma örüntülerini (attachment patterns) değerlendirmiş ve farklı bağlanma stilleri, çocuğun rahatının sağlanması, güven duygusunun aşılması sırasında bakım veren kişilerin farklı tepkiler ortaya koyması ile yaşanacağını ifade etmiştir (Deniz ve ark 2005, Kirkpatrick ve Davis 1994).

Güvenli bağlanma gösteren çocuklar, annelerinin her zaman yanlarında olup, stres durumlarında yardımcı olacaklarından emin olan çocuklardır. Anne ayrıldığında tepki göstermelerine karşın döndüğünde kolaylıkla yatışırlar. Güvenli bağlanmanın gelişmesi için çocuğun kesintisiz, tutarlı tepki veren, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakım verene sahip olması gerekir. Yaşamın ilk üç yılında anne-babasına güvensiz bir şekilde bağlanan çocukların, okul öncesi dönemde problem çözme konusunda güvenli bağlanma geliştiren çocuklara göre daha sorunlu bir dönem yaşadıkları görülmüştür (Sagi-Schwartz ve ark 2003, Zeanah ve ark 1997). Bağlanma ilişkisinin niteliği konusunda okul öncesi çocuklarla yapılan çalışmaların sonuçları incelendiğinde; güvenli bağlanma geliştiren çocukların yaşitlarına göre sosyal becerilerinin yüksek, olumlu duygulanımlarının, olumsuz duygulanıma göre, daha fazla olduğu, yetişkinlerle işbirliği ve uyum içerisinde bulunabildikleri görülmüştür (Cassidy 1988). Güvensiz bağlanma geliştiren çocuklarınsa sosyal izolasyona eğilimli, sinirli, rahatsız, huzursuz, akranlarına ve öğretmenlerine karşı saldırgan, uyumsuz, depresif, imgeleme gerektiren oyunlarda başarısız oldukları ve sorumluluklarını yerine getiremedikleri gözlenmiştir (Bartholomew K, Horowitz ve ark 1991, Denham 1994). Ayrıca; bozuk, güvensiz bağlanma ilişkisi içindeki bireyler aileye bağlılıkta yetersizlik yaşayabildikleri için, bu durumlarda, cinsel bağlanma ve enest oluşabileceği belirtilmiştir (Horwitz ve ark 2001).

Bebeklik ya da erken çocukluk döneminde;

1. Birincil bakım verenin sürekli değişmesine ya da bakımın belirgin niteliksel eksikliğine bağlı olarak anne ile çocuğu arasındaki duygusal bağın sağlıklı oluşu,

2. Kalıcı bağlanmanın kurulmasını önleyici şekilde birincil bakımının sık sık değişmesi,

3. Çocuğun temel ihtiyaçlarının, sosyal ve duygusal gereksinimlerinin sürekli gözardı edilmesi, çocuğun güvenli bağlanmasını bozarak, çocuğun tepkisel bağlanma bozukluğu göstermesine neden olur. Tepkisel bağlanma bozukluğu gösteren çocuk, toplumsal iletişim ve yaşına uygun tepki verme konusunda yetersizdir. Çocuk seçici olmayan bağlanmalar ve uygunsuz toplumsal ilişkiler sergiler. Çocuk ilişki kurmada duygusal yakınlık göstermede belli bir bozukluk gösterebilir (Barnet ve Vondra 1999). Çocuğun gelişim süreci içerisinde içe çekilme, konuşma gecikmesi, insanlara karşı ilgisizlik, çevreye karşı duyarsızlık olabilir. Ek olarak bu çocuklar otistik belirtiler de gösterebilirler (Allen, ve ark 1998, Mukaddes ve ark 2004, Pehlivan Türk 2004).

Kaygılı-kararsız bağlanma örüntüsü olan çocuklar çağırıldıklarında annenin yanıt vereceğinden ya da yardımcı olacağından emin olamayan çocuklardır. Bu nedenle ayrılığa direnirler ve anne

döndüğünde yatışmazlar. Araştırmacı davranışlarda bulunmaya ilişkin kaygıları vardır. Bu anneler tepkilerinde tutarlı olmayan ve kontrol amaçlı terketme tehdidinde bulunan annelerdir (Perry 1994, Tyrrell ve Dozier 1999).

Kaçınmacı (avoidant) bağlanma örüntüsü olan çocuklar ise annelerinin yardımcı olacağına ilişkin hiç güveni olmayan çocuklardır. Sürekli olarak çocuklarını geri çeviren ya da reddeden, onlara uygun tepkiler vermeyen, empati yapmayan anneleri olan, bu çocuklar, ayrılığa tepkisiz kalıp, anne döndüğünde yakın durmazlar. Gerilimli kaçınan bağlanma geliştiren çocuklarınsa, çevrelerindeki güvencediklerinden genellikle kişileri kontrolleri altına alma eğiliminde oldukları ve öfkelerini doğrudan ifade edemedikleri, bütünlük duygusuna sahip olamadıkları, özdeğer duygusunu sürdürmedikleri tespit edilmiştir. Bu kişilerde kimlik sorunları yaşanabilir (Perry 1994, Tyrrell ve Dozier 1999).

Erken gelişim döneminde bebek için, kendini yatıştırma, güven duyma, bütünlük duygusu sağlama, duygu düzenlenmesi, özdeğer duygusunu sürdürebilme gibi kendiliğin işlevi olan ruhsal düzenlemeleri kendilik nesnesi olan anne yürütür. Bebek bu dönemde, annenin kendiliğini kullanmaktadır. Annenin çocuğa yaklaşımı, onunla kurduğu ilişki bebeğin gereksinimlerini doğru algılayan ve uygun tepkiler veren bir eşduyum (empati) özelliği taşıyorsa, anne bebeğin kendilik duygusunun gelişebilmesi için gerekli deneyimleri sağlayabilir. Annenin eşduyumlu yaklaşımı, anne çocuk ilişkisinde bebeğin kendilik nesnesinin yaşantılarını ve duygu durumlarını kendisininmiş gibi algılamasını sağlar, annenin özellikleri kendisine uygun şekilde dönüştürülerek içselleştirilir. Bu içselleştirme sürecinde bebeğin kendiliği kalıcı bir ruhsal yapı olarak gelişme fırsatı bulur. Kendilik geliştikçe kendilik nesnesinden farklılaşmaya ve ayrışmaya başlar ve zaman içinde çocukta, temelini anneden aldığı, ama onunkinden ayrı ve özgün bir kendilik duygusu gelişir, diğer taraftan ego psikolojisi kuramında kimlik oluşumu, bebeklikten beri çeşitli özdeşimlerle inşa edilen ve ergenlik döneminde bu özdeşimlerin yeniden harmanlanması ve bir süreklilik-aynılık durumu kazanmasıyla çerçevesi çizilen bir psikososyal gelişim özelliğidir. Kimlik, kendilik organizasyonunun ve işlevlerinin özel bir yanı olarak kabul edilebilir (Meeus ve ark 2002).

Güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınmacı bağlanma örüntülerine daha sonra dağınık bağlanma örüntüsü (disorganised/disoriented attachment pattern) eklenmiştir. Stres ile başetmede organize bir davranış göstermeme, yabancı durum testinde stereotipik, asimetric ve zamansız hareketlerin varlığı, donup kalma ya da hareketlerde yavaşlama dağınık bağlanma ölçütü sayılmaktadır (Hall ve Geher 2003). Bu çocukların annelerinin fiziksel taciz ya da ihmalde bulunan, psikiyatrik bozukluk oranları yüksek olan ya da kendi bağlanma

nesneleri ile olan sorunlarını çözememiş anneler olduğu bildirilmektedir. Dağınık bağlanma örüntüsünün altında yatan nedenin bakım verenden korkma olduğu belirtilmektedir (Barnett ve Vondra 1999, Van Den Boom 1994). Gerilimli direnç gösteren çocuklarınsa, sıklıkla fiziksel şiddet uyguladıkları ve düzeni bozucu davranışlar sergiledikleri, kurallara düşünmeden karşı çıktıkları ve aniden öfkelenedikleri gözlenmiştir. Bakım veren kişi tepkilerinde güven verici olmaz, tutarsız, kaba, ben merkezci ya da zorbalığa dayanan bir tutum sergilerse, çocukta huzursuzluk oluşur. Böylece anksiyöz bağlanma gelişir (Brown ve ark 1999, Crittenden 1995).

Bağlanma bozukluklarında cinsel suçların görülme olasılığı fazladır. Cinsel istismar davranışının etyolojisinde dağınık bağlanma bozukluğunun yattığı düşünülür. Ayrıca dağınık bağlanmış ergenlerde cinsel baş etme mekanizması olarak sık mastürbasyon davranışı sergileme gözlenir. Bu kişiler mahremiyetlerini kaybettiklerini düşünürler, kendilerini yalnızlığa itilmiş hissederek ve bu kişilerin cinsel bozukluklarının temelinde gelişimsel stresörlerle birlikte düşük benlik saygısı, zayıf baş etme mekanizmaları ve kişiler arası ilişkilerde bozulma yatar (Brown ve ark 1999, Mikulincer ve Nachshon 1991).

Bağlanma Üzerinde Ebeveynin Rolü

Bağlanma, ebeveynlerin ya da bakım verenlerin koruma, destek verme, çocuğun rahatını sağlama gibi işlevleri iyi bir şekilde yerine getirmesiyle gelişir. Bunlar duygusal bağlanmaya yardımcı olur. Bowlby (1988), çocuğun bağıllık sisteminin gelişiminde, açlık ya da diğer konforunu bozacak fiziksel ve duygusal sıkıntıya maruz kalmasının, güvenlik ve iyilik halinin sürdürülmesine yönelik dıştan gelecek tehditlerin ve bağlanma figüründen gelecek tehditlerin olmasından önemli derecede etkilendiğini, ifade eder. İdeal koşullar altında çocuk dıştan gelecek tehdiye karşı yakınlık kurabileceği bir bağlanma figürü arar ve ihtiyacı olan iletişimi sağlamaya çalışır.

Bir veya birden fazla bağıllık figürü genellikle uyumu bozar ya da duyarlılığı ortadan kaldırır. Çocuk bu durumlarda güvensiz bağlanma şeklini geliştirir. Bu, kişinin ileride kendine ve partnerine karşı negatif içsel çalışma modeli geliştirmesine neden olur. İçsel çalışan modeller, birbirleriyle ilişkili olan iki farklı boyuttan oluşmaktadır: Bu boyutlardan olan kendilik modeli, bireyin kendisini ne kadar değerli gördüğüne ve başkaları tarafından da ne oranda sevildiğine ilişkin algılarını ifade eder. Diğer model ise, bireyin ihtiyacı olduğunda yakın çevresindeki insanlardan ne oranda yardım isteyebileceğine ve güven vericiliğine ilişkin değerlendirmelerini yansıtmaktadır (Goldberg 1991, Green ve Goldwyn 2002).

Bowlby (1988), yenidoğan bebeklerin ve çocukların, bakıcıları ile ilişki kurma ihtiyacı içerisinde olduğunu vurgulamıştır. Anne ve bebek

arasındaki ilişki yakınlık arayışı ile belirginleşmektedir (Hortacsu ve ark 1993). Goodfriend (1993), çeşitli nedenlerle doğumdan hemen sonra annelerinden ayrılarak, özel bakıma alınan bebeklerde; gelişmenin yavaşladığı ya da durduğunu, bu bebeklerin yemek yemediklerini, sosyal geri çekilme yaşadıklarını ve yüzlerinde sürekli bir üzüntülü ifade taşıdıklarını belirtmiştir. Birincil bağlanma objesinden herhangi bir sebeple ayrılan bebeklerde kalp atımının hızlandığı ve nörobiyolojik sistemlerin işleyişinde farklılaşmalar olduğu ortaya çıkmıştır (Holmes 1994).

Bebeklik döneminde duygusal gelişimin sağlıklı olabilmesinde anahtar rolü ana-baba oynamaktadır. Hayatın ilk üç yılında ortaya çıkan birçok psikopatolojinin kaynağı, bebeğin birincil bakıcısı ile olan ilişkinin niteliği ile yakından ilişkilidir. Ortaya çıkan çoğu patoloji, bu ilişkinin ele alınmasını gerektirmekte ve klinik açıdan tedavinin temelini oluşturmaktadır. Bu nedenle, bebek ve birincil bakıcısı arasındaki ilişki örüntülerinin berraklaştırılması ve dinamiklerin saptanması önem taşımaktadır. Bebeklik dönemi psikopatolojisi üzerinde önemle durulan konu bağlanma örüntüsüdür (Zeanah ve ark 1997).

Bowlby (1988) uzun yıllar boyunca annelerinden ayrılarak, çocuk bakım evlerinde yetiştirilen bebek ve çocukların tepkilerini gözlemlemiştir. Çocukların, çoğunun ayrılığa benzer tepkiler göstererek, anneden ayrıldığında huzursuzluk hissederek, onu aramaya başladıklarını belirlemiştir. Bu ayrılık anksiyetesine karşı tepkiler ise, sırasıyla ağlama, keşfetme, başkalarının sakinleştirme çabalarına direnç gösterme, ardından umutsuzluğun gelmesi ve son olarak duygusal kopmanın gelişmesi şeklinde olduğunu görmüştür. Uzamış ayrılığa çocuğun tepkisinin başlangıçta protesto, ardından umutsuzluk, sonunda ayrılma şeklinde olduğunu belirtmiştir. Çocuk, ayrılığa tepki olarak, apati ve gelişimin gerilemesi ile kendini gösteren anaklitik depresyon geliştirmektedir.

Öte yandan bebeklerin anne yoksunluğuna verdiği tepkilerin uzun süreli etkileri de vardır. Ayrılma sonrasında tekrar bakıcıları ile bir araya gelen çocuklar terk edilmeye karşı daha yüksek bir kaygı, ebeveynlerden ayrılmamak için aşırı tepki, annenin yanında olmak için aşırı istek göstermektedirler. Bu güvensizlik bazı durumlarda ayrılığın bitiminden aylar sonrasına kadar devam etmektedir. Umutsuzluk evresini geçtikten sonra yeniden birleşenler, başlangıçta ayrılıkla başa çıkmışçasına anneleriyle temastan kaçınma eğilimindedirler. Ancak zamanla temas ve rahatlık aramaya yeniden başlarlar (Goodfriend 1993).

Ergende Bağlanma Süreci

Bağlanma, yaşamın ilk aylarında gelişmesine rağmen, yaşamın sonraki yıllarını pozitif ya da negatif yönde etkileyerek, yaşam boyunca

sosyal ilişkilerin gelişiminin temelinde yer alır. Ergenlikten önce, bağlanma çocuğun kendini tehlike altında ya da rahatsız hissettiğinde kullandığı benliği koruma stratejilerini ifade eder. Daha sonra bağlanma; ilişkiler, benliği koruma stratejileri üzerine şekillenir (Lapsey ve ark 2000). Ebeveynler ile geliştirilen sıcak, doyurucu bir ilişki, ileride ergenin akranlarıyla daha kaliteli bir ilişki kurmasına ve duygusal açıdan doyum sağlamasına yol açar. Olumsuz yaşantılar nedeniyle (travma, göç, annenin depresyonu) gelişen güvensiz bağlanma ise ilerde çocukta depresyon oluşmasına neden olur ve bu da ergenlik yıllarında daha fazla oranda davranış problemine yol açabilmektedir (Allen, ve ark 1998, Brown ve ark 1999).

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

Erken dönem bağlanma ilişkileri ergenin ebeveynle olan geçmişteki ilişkilerini ve ebeveynlerin verdiği tepkilerin kalitesini yansıtır. İçsel çalışma modelinde çocuğun yaşı ve çocuk tarafından bakım verenlerin ilişkisinin algılanış şekli önemli olmasına rağmen, içsel çalışma modeli çocuğun kognitif gelişim sürecine göre, bireysel farklılıklara göre değişmesi de dikkate alınması gereken bir durumdur. İçsel çalışma modeline göre, davranışsal süreç (yakınlık arama, baş etme) ve duygusal süreç (algılama, yorum, beklenti) bağlanmadan etkilenir. Ergenlerde içsel çalışma modeli ise ergenin bağlanmayla ilgili zihinsel sürecini, kişiler arası ilişkilerini yansıtır ve yaşamı boyunca değişmeden kişi üzerinde etkinliğini sürdürür (Meeus ve ark 2002).

Ergen farklı streslerle karşı karşıya kaldığında stresle baş edebilmek için güvenli bağlanmanın bir göstergesi olarak farklı uyum mekanizmaları ortaya koyar. Ebeveynleri ile uygun olmayan, zarar veren bir ilişki ile güvensiz bağlanan ergen, bağlanmayla ilişkili deneyimlerinde tutarsızlık gösterir ve yakın arkadaşlıklarında zorluklar yaşar (Lieberman ve ark 1999). Güvensiz bağlanma gösteren ergenlerde agresyon ve öfke davranışı gösterme sıklığı artmaktadır. Ergen tarafından okul çevresinde antisosyal yıkıcı davranışlar şeklinde gösterilen agresyon ebeveynlerin, çocuğun bağlanma sürecinde çocuğa karşı çekingen tavırlar sergilenmesi ya da ebeveynler tarafından çocuğun geri çevrilmesi sonucu ortaya çıkmaktadır (Waters ve ark 2000). Bu ergenler farklı gelişimsel alanlarda problemler yaşarlar; duygusal açıdan sıkıntı altındadırlar, ilerleyen yaşamlarında sosyal alanlarda sık sık problemlerle karşılaşır, sıklıkla da kişilik bozuklukları vardır. Bu kişilik bozuklukları antisosyal, narsistik, paranoid kişilik özellikleri

olarak kendini gösterir (Allen ve ark 1998, Kenny ve Gallagher 2002). Ayrıca, bağlanma davranışlarının yetişkin dönemdeki insan ilişkilerinde de rol oynamakta yani geleceğe taşınma özelliğinin olduğunu gösteren çalışmalar da vardır. Duygusal düzenekler sayesinde çocuk, anneye yakın olma ile, dolaylı bir şekilde, yaşamının devamlılığını garanti ederken, diğer insanlarla olan ilişkilerinin de ilk temellerini atmaktadır (Cassidy 1994).

SONUÇ

Bağlanma, ilk temel ilişki olan anne çocuk ilişkisi ile başlayan ancak sonraki yaşam dönemlerindeki bağlanmalar üzerinde etkinliği olan önemli bir süreçtir. Bireyin kişisel yeterlilik duygusuna ve olumlu benlik değerine sahip olması, çevresi ile güvenli ilişkiler kurmasına dayanır. Güvenli ilişkiler, çocukların olgunlaşma sürecinde de önemini korumaktadır; çünkü çocuklar insani duyguları ve güdülerini, işbirliğini, vicdani davranışları, çatışmaları çözümlenmeyi ve kendilerini anlamayı, yaşamlarındaki önemli ve sıradan olayları bağlandıkları kişilerle konuşurken öğrenmektedirler. Gelişimle birlikte çocuklar davranış açısından daha yeterli hale geldikçe ve kavramsal açıdan daha zenginleştikçe ve anne-babalarıyla etkileşimleri daha karmaşıklaştıkça, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin güvenliği de değişmektedir. Bireyin çevresi ile güvenli ilişki geliştirebilmesi anne ile kurmuş olduğu güvenli bağa bağlıdır. Güvenli bağlanma, sağlıklı duygusal ve sosyal gelişimi sağlar, bireyi stres yaratan koşullardan koruyabilir. Bebek, ebeveynlerle güven temeline dayalı deneyimler yaşayabildiği takdirde, bu duygusunu genelleyerek sosyal dünyaya yöneltebileceğini belirtmektedir. Diğer bir deyişle, çocuğun ebeveynleriyle kurduğu etkileşimlerin verimliliği, etkililiği ve güvenilirliği boyutunda başkalarıyla etkileşime girebileceği ifade edilmektedir. İlk ilişkilerinde yeteri kadar güven duygusu kazanamamış çocukların ise aile dışı ilişkilerinde daha şüpheli ve daha güvensiz davranışlar sergileyebilecekleri belirtilmektedir. Ebeveynlere duyulan güven duygusu, ebeveynlerin bebeklerinin gelişiminde oynadıkları aktif role göre değişiklik göstermektedir. Tüm bu süreçler göz önüne alındığında bağlanma; bireyin ruhsal sürecini değerlendirirken dikkate alınması ve üzerinde durulması gereken önemli bir yapıdır.

KAYNAKLAR

1. Ainsworth MD (1989). Attachments Beyond Infancy. Am Psychol. Apr;44(4):709-16.
2. Ainsworth MS (1997). The Personal Origins Of Attachment Theory. An Interview With Mary Salter Ainsworth. Interview By Peter L. Rudnytsky. Psychoanal Study Child. 52: 386-405.
3. Allen JP, Moore CM, Kuperminc G ve ark (1998). Attachment And Adolescent Psychosocial Functioning. Child Development . Oct; 69(5): 1406-19.

4. Barnett D, Vondra JI (1999). Atypical Attachment In Infancy And Early Childhood Among Children At Developmental Risk. I. Atypical Patterns Of Early Attachment: Theory, Research, And Current Directions. *Monogr Soc Res Child Dev.* 64(3): 1-24
5. Bartholomew K, Horowitz LM (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model. *Journal Of Personality And Social Psychology.* 61(2): 226-244
6. Bowlby J (1988). Developmental Psychiatry Comes Of Age. *Am J Psychiatry.* Jan;145(1): 1-10.
7. Brown J, Cohen P, Johnson JG ve ark (1999). Childhood Abuse And Neglect: Specificity Of Effects On Adolescent And Young Adult Depression And Suicidality, *Journal Of The American Academy Of Child And Adolescent Psychiatry.* 2(38): 1490-1496
8. Cassidy J (1988). Child-Mother Attachment And The Self In Six-Year-Olds. *Child Dev.* Feb; 59(1): 121-34.
9. Cassidy J (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monogr Soc Res Child Dev* 59: 228-49.
10. Cook WI (2000). Understanding Attachment Security In Family Context. *J Pers Soc Psychol.* Feb; 78(2): 285-94
11. Crittenden PM (1995). Attachment And Risk For Psychopathology: The Early Years. *Developmental And Behavioral Pediatrics.* 16(3): 12-16.
12. Crockenberg S, Lyons-Ruth K, Dickstein S (1993). The family context of infant mental health: II. Infant development in multiple family relationships. *Handbook of infant mental health*, CH Zeanah (Ed), New York Guilford Press, s. 38-55.
13. Demulder EK, Denham S, Schmidt M ve ark (2000). Q-Sort Assessment Of Attachment Security During The Preschool Years: Links From Home To School. *Dev Psychol.* Mar; 36(2): 274-82.
14. Denham SA (1994). Mother-Child Emotional Communication And Preschoolers' Security Of Attachment And Dependency. *J Genet Psychol.* Mar; 155(1): 119-21.
15. Deniz ME, Hamarta E, Ari R (2005). An Investigation Of Social Skills And Loneliness Levels Of University Students With Respect To Their Attachment Styles In A Sample Of Turkish Students, *Social Behavior And Personality.* 33(1): 19-32.
16. Goldberg S (1991). Recent Developments In Attachment Theory And Research. *Can J Psychiatry.* Aug; 36(6): 393-400.G
17. Goodfriend MS (1993). Treatment Of Attachment Disorder Of Infancy In A Neonatal Intensive Care Unit. *Pediatrics.* Jan; 91(1): 139-42
18. Green J, Goldwyn R (2002). Annotation: Attachment Disorganisation And Psychopathology: New Findings In Attachment Research And Their Potential Implications For Developmental Psychopathology In Childhood. *J Child Psychol Psychiatry.* Oct; 43(7): 835-46
19. Haight WI, Kagle JD, Black JE (2003). Understanding And Supporting Parent-Child Relationships During Foster Care Visits: Attachment Theory And Research, *Social Work.* Apr; 48(2): 195-207
20. Hall SE, Geher G (2003). Behavioral And Personality Characteristics Of Children With Reactive Attachment Disorder. *J Psychol.* Mar; 137(2): 145-62.
21. Holmes J (1994). Attachment Theory: A Biological Basis For Psychotherapy?. *Br J Psychiatry.* Jan; 164(1): 129-30.
22. Hortacsu N, Cesur S, Oral A (1993). Relationships Between Depression And Attachment Styles In Parent- And Institution-Reared Turkish Children. *J Genet Psychol.* Sep; 154(3): 329-37.

23. Horwitz AV, Widom CS, Mclaughlin J ve ark (2001). The Impact Of Childhood Abuse And Neglect On Adult Mental Health: A Prospective Study, *Journal Of Health And Social Behavior*. Jun; 42(2): 184-201
24. Isabella RA, Belsky J (1985). Marital Change During The Transition To Parenthood And Security Of Infant-Parent Attachment. *J Fam Issues*. Dec; 6(4): 505-22.
25. Isabella RA (1993). Origins Of Attachment: Maternal Interactive Behavior Across The First Year. *Child Dev*. Apr; 64(2): 605-21.
26. Joseph B (1992). Psychic Change: Some Perspectives. *Int J Psychoanal*. Summer;73 (Pt 2): 237-43.
27. Kenny EM, Gallagher LA (2002). Instrumental And Social/Relational Correlates Of Perceived Maternal And Paternal Attachment In Adolescence. *Journal Of Adolescence*. 25(2): 203-219
28. Kirkpatrick LA, Davis KE (1994). Attachment Style, Gender, And Relationship Stability: A Longitudinal Analysis. *J Pers Soc Psychol*. Mar; 66(3): 502-12.
29. Lapsey D, Varshney N, Aalsma M (2000). Pathological Attachment And Attachment Style In Late adolescence. *Journal Of Adolescence*. 23(2): 137-155
30. Lieberman M, Doyle A, Markeiwicz D (1999). Developmental Patterns In Security Of Attachment To Mothers And Fathers In Late Childhood And Early Adolescence: Associations With Peer Relations. *Child Development*. Jan-Feb; 70(1): 202-13
31. Lowinger S, Dimitrovsky L, Strauss H ve ark (1995). Maternal Social And Physical Contact: Links To Early Infant Attachment Behaviors. *J Genet Psychol*. Dec; 156(4): 461-76.
32. Mikulincer M, Nachshon O (1991). Attachment Styles And Patterns Of Self-Disclosure. *J. Pers. Soc. Psychol*. 2(61): 321-331.
33. Meeus W, Oosterwege A, Vollebergh W (2002). Parental And Peer Attachment And Identity Development In Adolescence *Journal Of Adolescence*. 25(1): 93-106
34. Mukaddes NM, Kaynak FN, Kinali G ve ark (2004). Psychoeducational Treatment Of Children With Autism And Reactive Attachment Disorder. *Autism*. Mar; 8(1): 101-9.
35. Pehlivan Türk B (2004). Otistik Bozukluğu Olan Çocuklarda Bağlanma Türk Psikiyatri Dergisi 15(1): 56-63
36. Perry SE (1994). Maternal-Fetal Attachment. *Res Nurs Health*. Aug;17(4): 315-6.
37. Sagi-Schwartz A, Koren-Karie N, Joels T (2003). Failed Mourning In The Adult Attachment Interview: The Case Of Holocaust Child Survivors. *Attach Hum Dev*. Dec; 5(4): 398-408
38. Troy NW (1995). The Time Of First Holding Of The Infant And Maternal Self-Esteem Related To Feelings Of Maternal Attachment. *Women Health*. 22(3): 59-72.
39. Tyrrell C, Dozier M (1999). Foster Parents; Understanding Of Children's Problematic Attachment Strategies: The Need For Therapeutic Responsiveness, *Adoption Quarterly*. 2(4): 49-64
40. Van Den Boom DC (1994). The Influence Of Temperament And Mothering On Attachment And Exploration: An Experimental Manipulation Of Sensitive Responsiveness Among Lower-Class Mothers With Irritable Infants. *Child Dev*. Oct; 65(5): 1457-77.
41. Waters E, Hamilton CE, Weinfield NS (2000). The Stability Of Attachment Security From Infancy To Adolescence And Early Adulthood: General Introduction. *Child Dev*. May-Jun; 71(3): 678-83.
42. Zeanah CH, Boris NW, Larrieu JA (1997). Infant Development And Developmental Risk: A Review Of The Past 10 Years *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. Feb; 36(2): 165-78.