

## Ergenlerin Duygusal Özerklik ve Yaşam Doyumlarının Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi

Selva Barkale Şahin<sup>1</sup> Erdal Hamarta<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Uzman Psikolojik Danışman, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Konya, Türkiye

[selvabarkale@gmail.com](mailto:selvabarkale@gmail.com)

(Sorumlu Yazar/Corresponding Author)

<sup>2</sup> Prof. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Konya, Türkiye

[erdalhamarta@gmail.com](mailto:erdalhamarta@gmail.com)

Makale Bilgileri	ÖZ
<p><b>Makale Geçmişi</b> <b>Geliş:</b> 08.10.2021 <b>Kabul:</b> 20.01.2022 <b>Yayın:</b> 31.03.2022</p> <p><b>Anahtar Kelimeler:</b> Ergenlik Bağlanma Stilleri Duygusal Özerklik Yaşam Doyumu</p>	<p>Araştırmada ergenlerin duygusal özerklik ve yaşam doyumlarının bağlanma stilleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda 2019-2020 eğitim öğretim yılında Konya ilinin merkez ilçelerinde bulunan özel ve devlet okullarında eğitim gören 513 öğrenci ile veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubu verilerini elde etmek için “Kişisel Bilgi Formu”, “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri -II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği”, “Duygusal Özerklik Ölçeği” ve “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır. Bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından kaygı boyutu ile duygusal özerklik ölçeğinin bağımsızlık, bireyleşme ve idealleştirmeme alt boyutları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarından kaçınma alt boyutu ile duygusal özerklik ölçeğinin bağımsızlık, bireyleşme ve idealleştirmeme alt boyutları arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Kaygı ve kaçınma alt boyutları ile duygusal özerklik ölçeği toplam puanı ve yaşam doyumunu ölçeği toplam puanı arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkinin olduğu sonu elde edilmiştir. Çalışmada kaçınma alt boyutu duygusal özerkliğin anlamlı yordayıcısı olarak belirlenmiştir. Benzer şekilde kaçınma boyutu duygusal özerklik ölçeğinin bağımsızlık, bireyleşme ve idealleştirmeme alt boyutları içinde yordayıcı olarak belirlenmiştir. Yaşam doyumunu puanının yordanmasında ise kaygı ve kaçınma alt boyutlarının anlamlı yordayıcı olduğu tespit edilmiştir.</p>

### The Examination of Emotional Autonomy and Life Satisfaction of Adolescents in terms of Attachment Styles

Article Info	ABSTRACT
<p><b>Article History</b> <b>Received:</b> 08.10.2021 <b>Accepted:</b> 20.01.2022 <b>Published:</b> 31.03.2022</p> <p><b>Keywords:</b> Adolescence, Attachment styles, Emotional autonomy, Life satisfaction</p>	<p>The aim of the study was to examine the emotional autonomy and life satisfaction of adolescents in terms of attachment styles. For this purpose, data collection was carried out with 513 students studying in private and public schools in the central districts of Konya in the 2019-2020 academic year. "Personal Information Form", "Experiences in Close Relationships Inventory -II Middle Childhood Scale", "Emotional Autonomy Scale" and "Life Satisfaction Scale" were used to obtain the study group data of the research. A negative and low-level significant relationship was found between the anxiety dimension, which is one of the sub-dimensions of the attachment styles scale, and the independence, individuation and non-idealization sub-dimensions of the emotional autonomy scale. It was observed that there was a moderately negative and significant relationship between the sub-dimensions of the attachment styles scale of avoidance and the sub-dimensions of independence, individuation and non-idealization of the emotional autonomy scale. It was concluded that there was a moderately significant negative correlation between anxiety and avoidance sub-dimensions and emotional autonomy scale total score- life satisfaction scale total score. In the study, the avoidance sub-dimension was determined as a significant predictor of emotional autonomy. Similarly, the avoidance dimension was determined as a predictor of the independence, individuation and non-idealization sub-dimensions of the emotional autonomy scale as well. Anxiety and avoidance sub-dimensions were found to be significant predictors of life satisfaction score.</p>

**Atıf/Citation:** Barkale-Şahin, S., Hamarta, E. (2022). Ergenlerin Duygusal Özerklik ve Yaşam Doyumlarının Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 4(1), 146-157.



"This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) (CC BY-NC 4.0)"

## GİRİŞ

Ergenlik, çocukluk döneminin bitişinden fizyolojik olarak erişkinliğe ulaşana kadar geçen süreçte bireyin fiziksel, hormonal, kişisel, cinsel, duygusal, zihinsel ve sosyal açılardan pek çok değişim ve gelişimini barındıran yaşam evresidir (Karataş, 2016; Koç, 2004; Kulaksızoğlu, 2004; Özbay ve Öztürk, 1992; Varış, 1963; Yazgan İnanç, Bilgin ve Kılıç Atıcı, 2005). Genç bireyin yaşamında meydana gelen bu süreçler dünya ile etkileşim kurma biçimini etkileyerek sosyal yaşantısı üzerinde değişimleri beraberinde getirmektedir (Kazdin, 2008). Bu dönemde meydana gelen değişim ve gelişimler sosyal yaşantıdaki ilişki çeşitliliğinin sağlanmasında etkili olurken kurulan ilişkiler farklı ihtiyaçların doyurulmasında önemli rol oynamaktadır (Hamarta, 2004). Bireyin yaşantısında önemi olan bu ilişkilerin ergenlik döneminde kurulmasında geçmiş dönemlerin değerlendirmeye alınmasının belirleyici olduğu görülmektedir. Ergenlik dönemine etki eden geçmiş dönem faktörleri değerlendirildiğinde çocukluk dönemi yaşantıları ön plana çıkmaktadır (Arslan, 2008).

Bireyin doğduktan sonra annesi ile kurduğu ilk etkileşim ihtiyaç karşılamaya dönük biyolojik varlığın sürdürülmesine yönelikken sonraları bu etkileşim içselleştirilerek yaşamın diğer yönlerini etkileyen bir hâl alır. Bireyin kurduğu ilk etkileşimin yaşamın diğer dönemlerinde kuracak olduğu yeni etkileşimlere etkisinin açıklanmasında bağlanma kuramının söylemleri ön plana çıkmaktadır (Hamarta, 2004; Metin Orta ve Sümer, 2016). Bowlby'e (2013) göre çocuklar doğdukları andan itibaren çevreleriyle etkileşim hâlinindedirler. Bu etkileşim çocuğun bağlanmak için bir figür oluşturmasında kilit öneme sahiptir. Yaşamın ilk yıllarında bağlanma davranışı güçlü ve düzenli bir şekilde sergilenir ancak ilerleyen yıllarda bağlanma davranışında farklılıklar görülmektedir. Ergenlik, çocukluk döneminden sonra bireyin yaşantısında bağlanma davranışının farklılıklar gösterdiği bir dönemdir. Ergenlikte bireyin artış gösteren kendine güveniyle birlikte ebeveynlerine bağlanması değişir. Ergenlik döneminde bağlanma davranışı aileden çok sosyal çevreden olan kişilere ve bireyin içerisinde bulunduğu gruplara yönelmeye başlar. Bu dönem bağlanmasında bir yön değişimi söz konusu olsa da bağlanma davranışı çocukluk bağlanmasının açık devamı niteliğindedir ve anneye babaya bağlanma hâlâ önemini korumakta ve sürdürmektedir (Bowlby, 2013; Damarlı, 2006; Kesebir, Özdoğan Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011; Morsünbül ve Çok, 2011). Erken dönem bağlanma figürlerinin içselleştirilmesinin gelecek dönemlere etkisi bağlanma kuramı çerçevesinde değerlendirildiğinde kişiler arası ilişkilerin oluşmasında bir prototip görevi gördüğü düşünülmektedir (Burger, 2006; Çakmak Tolan, 2002; Hendrick, 2016; Kesebir ve diğerleri, 2011; Şahin, 2010). Bu çerçevede bireyin tüm yaşantısı üzerinde etkili olacak erken dönem bağlanma davranışları incelendiğinde sürecin gelişiminin özerklik ile ilişkisi göze çarpmaktadır.

Bağlanma ilişkisi çocuğun güven temelinde bağlandığı figürden ayrılarak keşfetme davranışı göstermesini içerir. Erken çocuklukta görülen keşif davranışları uzun sürecek özerklik gelişiminin başlangıcı olarak görülmektedir. Erken dönemde bakım verenle kurulan nitelikli ilişki çocuğun güvenlik gereksinimini karşılarken aynı zamanda özerklik gelişimini de desteklemektedir. Çocuk kendisini güvende hissederek keşfe çıktıktan sonra korku, kaygı ya da hastalık gibi süreçleri geçirirken güvenli üs olarak bağlanma figürünü yanında aramaktadır. Özerklik davranışı zıt gibi görünse de bağlanma ilişkisiyle bağlantılı biçimde ortaya çıkmaktadır (Bowlby, 2012, 2013; Güngör, 2000; Koçak ve Karasu, 2016; Sümer, Sayıl ve Kazak Berument, 2016).

Ergenlik dönemindeki değişim ve gelişimler, yetişkinliğe geçiş evresinin ana görevlerinden olan özerklik gelişimini desteklediğinden özerklik gelişimi dönemin en önemli psikososyal gelişim görevlerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Koçak ve Karasu, 2016; Y. Özdemir ve Çok, 2011; Tatar, Bildik, Yektaş, Hamidi ve Özmen, 2016). Çalışmada ele alınan, özerkliğin alt boyutu olan duygusal özerklik (Steinberg, 2017) ergenlik döneminde sosyal çevrede kurulan ilişkilerle yakından bağlantılıdır. Ergenlik dönemindeki bireyler duygusal açıdan anne ve babalarına eskiye kıyasla daha az

ihtiyaç duyarak bu ihtiyaçlarını sosyal çevrelerindeki arkadaşlarıyla karşılamaya eğilim gösterirler. Ergenin hayatında hem ailenin hem de sosyal çevrenin olduğu iki boyutlu süreç duygusal özerkliğin gelişimi açısından önemlidir (Erçevik, 2014; Türkten ve Savran, 2010).

Ergenlik döneminde ilişkilerin aile sınırlarını aşarak daha geniş bir sosyal çevreye ulaşmasıyla yaşamı değerlendirmeye tabi tutma durumu söz konusu olabilmektedir. Yaşamını genel anlamda değerlendiren bireyin sonuçtaki memnuniyet düzeyi yaşam doyumunu kavramı ile ifade edilmektedir (Özer ve Karabulut, 2003; Vara, 1999). Değişimlerle karakterize olan ergenlik dönemi beraberinde getirdiği çeşitli zorluklar sebebiyle yaşamdan alınan doyuma azalmalar (Çivitci ve Topbaşoğlu, 2015; Ünal ve Şahin, 2013) meydana getirebilmektedir. Yaşam doyumunun bireyin bağlanma stili ile de ilişkili bir değişken olduğu göz önünde bulundurularak (Y. Özdemir ve Koruklu, 2013; Armsden ve Greenberg 1987; akt. Terzi ve Cihangir Çankaya, 2009) incelemeye değer bir değişken olarak çalışmada ele alınmıştır.

Araştırmada ergenlerin duygusal özerklik ve yaşam doyumlarının bağlanma stilleri açısından incelenmesi hedeflenmiştir. Bu amaç doğrultusunda ergenlerin bağlanma stilleri, duygusal özerklik ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı değerlendirilmiştir. Araştırmada aynı zamanda ergenlerin bağlanma stillerinin duygusal özerklik düzeyini ve yaşam doyumunu yordayıcılığı da incelenmiştir.

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemine yer verilmiştir. Araştırmada kullanılan model, araştırmanın çalışma grubu, veri toplama araçları ve süreçleri bu kısımda ele alınmıştır.

#### Araştırma Modeli

Araştırma genel tarama modeli temel alınarak yürütülmüştür. Genel tarama modelindeki araştırmalar fazla sayıda elemanın bulunduğu evren hakkında genel bir fikre ulaşmak adına evrenin tümünden ya da evrenin bir kesitinden alınacak bir grup (örnek yada örneklem) üzerinde uygulanan tarama çalışmalarıdır (Karasar, 2012).

#### Çalışma Grubu

Araştırma 2019-2020 eğitim öğretim yılında Konya'nın farklı ilçelerinde özel ve devlet okullarında öğrenim gören 13-18 yaş aralığındaki öğrenciler ile yürütülmüştür. Araştırmanın çalışma grubu uygun örnekleme yöntemi ile oluşturulmuştur (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2017). Veriler 213 erkek ve 300 kadın olmak üzere toplamda 513 kişilik çalışma grubundan toplanarak elde edilmiştir.

#### Veri Toplama Araçları ve Süreçleri

Araştırma verilerinin toplanması için "Kişisel Bilgi Formu", "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri -II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği" "Duygusal Özerklik Ölçeği" "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır. Veri toplama süreci öncesinde ölçek kullanımı için gerekli olan uygulama izinleri alınmıştır. Ölçek uygulama izinlerinin ardından uygulama yapılacak olan Konya ilinin ilçelerinde bulunan özel ve devlet okulları için MEB araştırma izni çıkartılmıştır. Araştırma izninin çıkartılmasından sonra okullarla uygulama planlamaları yapılmış ve planlar doğrultusunda uygulamalar gerçekleştirilerek 13-18 yaş aralığında bulunan 513 öğrenciden veriler toplanmıştır. Uygulamalar yaklaşık 20-25 dakika sürmüş olup herhangi bir problemle karşılaşılmamıştır.

#### *Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri -II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği*

Araştırmada bağlanma ilişkisinin alt boyutlarını belirlemek için geliştirilen (Fraley, Waller ve Brennan, 2000) ve Türkçe'ye çevrilmiş olan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II'nin (Selçuk,

Günaydın, Sümer ve Uysal, 2005) Brenning ve arkadaşları tarafından geliştirilen orta çocukluk dönemleri için uyarlanarak hazırlanmış versiyonu kullanılmıştır (Brenning, Soenens, Braet ve Bosmans, 2011). Ölçek toplamda 36 maddeden oluşmakta ve her iki alt boyut 18 madde ile ölçülmektedir. Ölçekte katılımcılara maddelerin kendilerine uygunluğuna göre derecelendirme yapabilmeleri için 1 (hiç katılmıyorum) ile 7 (tamamen katılıyorum) arasında puan aralığı verilmiştir. Ölçeğin Türk örnekleminde yapılan Faktör analizi sonucunda ölçeğin iki boyutlu yapıya sahip olduğunu görülmüştür. Birinci faktör kaçınmacı bağlanma boyutunu temsil etmekte ve toplam varyansın %18.66'sını açıklamaktadır. İkinci faktör ise kaygı alt boyutunu temsil etmekte toplam varyansın % 17.72'sini açıklamaktadır. Yapılan analizlerde, iki faktörlü yapının toplam varyansın %36.38'ini açıkladığı görülmüştür. Ölçekte yer alan her iki boyutunda yeterli iç tutarlılık katsayısına sahip olduğu belirlenmiştir. Kaçınma alt boyutu için Cronbach's alfa katsayısı .90 iken bağlanma kaygısı boyutu için .78 olarak belirlenmiştir (Kırırmer, Akça ve Sümer, 2014).

### ***Duygusal Özerklik Ölçeği***

Araştırmada Steinberg ve Silverberg tarafından geliştirilerek (1986) Türkçeye uyarlaması yapılan Duygusal Özerklik Ölçeğinden yararlanılmıştır. Duygusal özerklik ölçeğinin 14 maddeli formunda idealleştirmeme, bağımsız ve bireyleşme olmak üzere üç faktör yer almaktadır. Ölçekte katılımcılara maddelerin kendilerine uygunluğuna göre derecelendirme yapabilmeleri için 1 (bana hiç uygun değil) ile 4 (bana tamamen uygun) arası puan aralığı verilmiştir. Ölçeğin Türk örnekleminde elde edilen sonuçlarında .79 Cronbach Alfa iç tutarlık katsayı hesaplanmıştır. Ayrıca alt ölçek alt boyutları için alfa değerleri hesaplanmıştır. Hesaplanan alfa değerleri idealleştirmeme için .71, bağımsızlık için .64 ve bireyleşme için .67 olarak bulunmuştur (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

### ***Yaşam Doyumu Ölçeği***

Araştırmada Diener (1984) tarafından genç yaş gruplarına yönelik olarak geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması yapılmış olan "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır. Toplamda 5 maddeden oluşan ölçekte katılımcılara maddelerin kendilerine uygunluğuna göre derecelendirme yapabilmeleri için 1 (hiç uygun değil) ile 7 (çok uygun) arasında puan aralığı verilmiştir. Ölçeğe yönelik güvenilirlik çalışmaları için test tekrar yönteminden yararlanılmış ve uygulamalar arasındaki korelasyon .85 olarak belirlenmiştir. Ölçeğe yönelik yapılan madde analizleri sonucunda ise her madde için sırasıyla .73, .71, .76, .75 ve .80 değerlerinde korelasyon puanları tespit edilmiştir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 5 ile 35 aralığındadır. Ölçekten yüksek puan alınması yaşam doyum düzeyinin daha yüksek, düşük puan alınması ise yaşam doyumunun daha düşük olduğu şekilde yorumlanmaktadır (Köker, 1991).

### **Verilerin Analizi**

Araştırmanın veri analiz aşamasında öncelikle ölçekler incelemeye tabi tutulmuş ve yanlış ya da eksik doldurulmuş olan ölçekler değerlendirmeye alınmamıştır. Veri toplama araçlarıyla elde edilmiş olan veriler SPSS 22.0 programından yararlanılarak analiz edilmiştir. Bağlanma stilleri, duygusal özerklik ve yaşam doyum puanları arasında bulunan ilişki Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı Tekniği ile değerlendirilmiştir. Bağlanma stillerinin duygusal özerklik ve yaşam doyumunu açıklama gücünün hesaplanmasında çoklu doğrusal regresyon analizi tekniğinden yararlanılmıştır. Araştırmada yer alan tüm istatistiksel yöntemler kullanılmadan önce verilerin bu yöntemleri kullanıma uygunluğu incelenmiş ve hesaplamalar bu doğrultuda gerçekleştirilmiştir.

### **Etik**

Bu çalışma bir yüksek lisans tezinden üretilerek hazırlanmıştır. Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 18.12.2020 tarihli değerlendirmesiyle 2020/170 karar sayısıyla araştırmanın yürütülmesinde herhangi bir etik sakınca bulunmadığına yönelik kararı

alınmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Bağlanma Stilleri, Duygusal Özerklik ve Yaşam Doyumu Ölçeklerine İlişkin Korelasyon Tablosu

					Duygusal Özerklik Toplam Puan	Yaşam Doyumu Toplam Puan
Kaygı	1	.548*	-.272*	-.212*	-.296*	-.322*
		.000	.000	.000	.000	.000
Kaçınma	1	-.457*	-.453*	-.434*	-.545*	-.458*
		.000	.000	.000	.000	.000

$p^* < .05$

YİYE: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, DÖ: Duygusal Özerklik Ölçeği, YD: Yaşam Doyumu Ölçeği

Tablo 1’de bağlanma stilleri alt boyutlarından kaygı ve kaçınma alt boyutlarının duygusal özerklik toplam puan ve alt boyutları ile yaşam doyumu puanı arasında bulunan ilişkiler korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından kaygı boyutunun duygusal özerklik alt boyutları arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda idealleştirmeme ( $r = -.272$ ,  $p < .05$ ), bağımsızlık ( $r = -.212$ ,  $p < .05$ ) ve bireyleşme ( $r = -.296$ ,  $p < .05$ ) alt boyutları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Kaygı boyutu ile duygusal özerklik toplam puanı ( $r = -.322$ ,  $p < .05$ ) ve yaşam doyumu toplam puanı ( $r = -.340$ ,  $p < .05$ ) arasındaki ilişki incelendiğinde negatif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından kaçınma boyutunun duygusal özerklik alt boyutları arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda idealleştirmeme ( $r = -.457$ ,  $p < .05$ ), bağımsızlık ( $r = -.453$ ,  $p < .05$ ) ve bireyleşme ( $r = -.434$ ,  $p < .05$ ) alt boyutları arasında negatif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Kaçınma boyutu ile duygusal özerklik toplam puanı ( $r = -.545$ ,  $p < .05$ ) ve yaşam doyumu toplam puanı ( $r = -.458$ ,  $p < .05$ ) arasındaki ilişki incelendiğinde negatif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.** Bağlanma Stillerinin Duygusal Özerkliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Tablosu

Model	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Change	F	β	Standart hata	p
Kaygı	.546	.298	.295	108.23	-.034	.020	.450
Kaçınma					-.527	.015	.000*

Yordayıcı: Bağlanma Stilleri

Bağımlı Değişken: Duygusal Özerklik

$p^* < .05$

Tablo 2’de bağlanma stillerinin duygusal özerklik puanlarını açıklama ve yordama gücü çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Bağlanma stilleri duygusal özerklik toplam puanındaki toplam varyansın %29’unu açıklamaktadır ( $R^2=.29$ ,  $p<.05$ ,  $F= 108.23$   $p <.05$ ). Yordayıcılık açısından değerlendirildiğinde kaçınma alt boyutu ( $\beta=-.527$ ,  $p<.05$ ) duygusal özerkliğin negatif yönde anlamlı yordayıcısıdır.

**Tablo 3.** *Bağlanma Stilleri Alt Boyutlarının Duygusal Özerklik Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analiz Tablosu*

Bağımlı değişken						$\beta$	Standart	p
Model		R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Change	F		Hata	
Kayıgı	İdealleştirmeme	.458	.210	.206	67.59	-.031	.009	.508
Kaçınma						-.440	.007	.000*
Kayıgı	Bağımsızlık	.455	.207	.204	66.69	-.052	.007	.269
Kaçınma						-.482	.005	.000*
Kayıgı	Bireyleşme	.440	.193	.190	61.15	-.083	.010	.080
Kaçınma						-.389	.007	.000*

Yordayıcı: Kaygı, Kaçınma

Bağımlı Değişken: İdealleştirmeme, bağımsızlık, bireyleşme

$p^* <.05$

Tablo 3’te bağlanma stillerinin duygusal özerkliğin alt boyutlarını yordayıcı gücü incelenmiştir. Bağlanma stilleri duygusal özerkliğin alt boyutlarından olan idealleştirmeme alt boyut puanındaki varyansın %20’sini açıklamaktadır ( $R^2=.20$ ,  $p<.05$ ,  $F= 67.59$   $p <.05$ ). Yordayıcılık açısından değerlendirildiğinde kaçınma alt boyutu ( $\beta=-.440$ ,  $p<.05$ ) duygusal özerklik alt boyutu olan idealleştirmemenin negatif yönde anlamlı yordayıcısıdır.

Bağlanma stilleri duygusal özerkliğin alt boyutlarından olan bağımsızlık alt boyut puanındaki varyansın %20’sini açıklamaktadır ( $R^2=.20$ ,  $p<.05$ ,  $F= 66.69$   $p <.05$ ). Yordayıcılık açısından değerlendirildiğinde kaçınma alt boyutu ( $\beta=-.482$ ,  $p<.05$ ) duygusal özerkliğin alt boyutu olan bağımsızlığın negatif yönde anlamlı yordayıcısıdır.

Bağlanma stilleri duygusal özerkliğin alt boyutlarından olan bireyleşme alt boyut puanındaki varyansın %19’unu açıklamaktadır ( $R^2=.19$ ,  $p<.05$ ,  $F= 61.15$   $p <.05$ ). Yordayıcılık açısından değerlendirildiğinde kaçınma alt boyutu ( $\beta=-.389$ ,  $p<.05$ ) duygusal özerkliğin alt boyutu olan bireyleşmenin negatif yönde anlamlı yordayıcısıdır.

**Tablo 4.** *Bağlanma Stilleri Alt Boyutlarının Yaşam Doyumunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Tablosu*

Model	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Change	F	$\beta$	Standart Hata	p
Kayıgı	.471	.221	.218	72.50	-.127	.018	.007*
Kaçınma					-.388	.013	.000*

Yordayıcı: Kaygı, Kaçınma

Bağımlı Değişken: Yaşam doyumunu

$p^* <.05$



Tablo 4'te bağlanma stilleri alt boyutlarının yaşam doyumunu yordayıcı gücü incelenmiştir. Bağlanma stilleri yaşam doyumunu toplam puanındaki toplam varyansın %21 ini açıklamaktadır ( $R^2=.21$ ,  $p<.05$ ,  $F= 72.50$   $p <.05$ ). Yordayıcılık açısından değerlendirildiğinde kaçınma ( $\beta=-.388$ ,  $p<.05$ ) ve kaygı alt boyutları ( $\beta=-.127$ ,  $p<.05$ ) yaşam doyumunun negatif yönde anlamlı yordayıcısıdır.

### SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma sonuçlarına göre bağlanma stilleri alt boyutlarından kaygı ve kaçınma puanlarının duygusal özerklik toplam puanı ile arasında negatif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Kaygılı bağlanma ile duygusal özerklik alt boyutlarından idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyleşme boyutları arasında düşük düzeyde, negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Kaçınan bağlanma ile idealleştirmeme, bağımsız ve bireyleşme boyutları arasında orta düzeyde, negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Alanda çalışmalarında bağlanma stilleri ve duygusal özerklik ilişkisi üzerine fazla araştırma olmadığı görülmektedir. Var olan çalışma verilerinde ise farklılıklar bulunmaktadır. Kaygı ve kaçınma boyutlarının duygusal özerklik ile ilişkisi üniversite öğrencilerinin verileri ile incelenmiş ve bu araştırma sonucuna benzer veriler elde edilmiştir (Akyüz, 2011; Akyüz ve Şendil, 2014). Lise öğrencileriyle yürütülmüş çalışmada ise duygusal özerklik ile kaçınan bağlanma arasında pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülürken kaygılı bağlanma ile duygusal özerklik arasında pozitif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ermiş, 2019).

Bağlanma ile duygusal özerklik ilişkisinin daha iyi anlaşılması için bağlanma stilleri alt boyutları üzerinde detaylı bir tartışmaya yer vermek gerekebilir. Kaygı boyutu yakın ilişkiler temelinde reddedilme ve terk edilme hususundaki aşırı duyarlılık kaynaklı bağlanma kaygısını ifade etmektedir (Sümer, 2006). Bireylerin kaygılarından ötürü ilişkilerinde takıntılar, kıskançlıklar ve duygusal iniş-çıkışlar yaşamaları muhtemeldir (Sümer ve Güngör, 1999). İlişkiyi kaybetme kaygısı karşı tarafın taleplerini ön planda tutma eğilimine sebep olabilir. Bu durum kişinin kendi duygu ve isteklerini geri plana atmasına neden olacağından sağlıklı bir duygusal özerklik gelişiminin önünde engel teşkil edecektir. Ebeveynlere kaygılı bağlanma ilişkide duygusal bağılıktan ziyade bağımlılık oluşturarak duygusal özerklik gelişimini engelleyici olabilir. Bahsi geçen unsurlardan hareketle kaygılı bağlanma stili ve duygusal özerklik arasında görülen ters yönlü ilişkinin literatür bilgisi ile desteklendiği söylenebilir.

Kaçınma boyutunda ise başkalarına yakınlık ve bağımlıktan hissedilen rahatsızlık durumu hakimdir (Sümer, 2006). Kaçınan bağlanma başkalarına olan güveni azalttığından ilişkilerde olumsuz beklenti ve inançlara sebep olarak kişinin yakınlıktan kaçınmasına sebebiyet verir (Sümer ve Güngör, 1999). Bu durum duygusal özerkliği çağrıştıran gibi görünse de özerklik, kişinin hedeflerini belirlerken başkalarından fikir alması ancak uygulama esnasında tercihlerini ön planda tutması ile ilişkilidir. (Noom 1999; akt. Akyüz ve Şendil, 2014). Sağlıklı bir özerklik yakınlıktan uzaklık değil aksine bağımlı olmadan süren bir bağılılıkla mümkündür (Steinberg, 2017). Bu sebeplerden ötürü kaçınmacı bağlanma stiline duygusal özerklikle ters yönlü göstermiş olduğu ilişki beklendiktir.

Araştırma bulgularına göre kaçınma alt boyutu duygusal özerklik toplam puanının %29'unu, idealleştirmeme alt boyutunun %20'sini, bağımsızlık alt boyutunun %20'sini son boyut olan bireyleşme boyutunun ise %19'unu anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Alanda bağlanma stillerinin duygusal özerkliği yordayıcı gücünün ele alındığı fazla araştırma bulunmamaktadır. Ermiş (2019)'in çalışmasında bağlanma stillerinin duygusal özerklik için anlamlı bir yordayıcı olduğu ancak yordayıcılık oranlarının bu çalışmada elde edilen verilerden daha düşük ve ilişkin yönünün farklı olduğu görülmektedir. Bağlanma stillerinin duygusal özerkliği yordamasına ilişkin çalışmaların azlığından dolayı bağlanma ve genel ergen özerkliği ile yapılmış olan çalışmalar incelenmiştir. Özdemir (2016) ergenlerin anneye bağlanmasının özerklik için anlamlı bir yordayıcı iken babaya bağlanmanın anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışma özerkliğin anneye bağlanma ve öznel iyi oluş arasında bulunan ilişkide anlamlı bir aracı role sahip

olduğunu göstermektedir. Elde edilmiş olan bulguların bu çalışmanın içeriği ile yakından alakalı olduğu görülmektedir.

Bulgularda kaçınmacı bağlanmanın duygusal özerkliği yordadığı kaygılı bağlanmanın ise yordayıcı olmadığı görülmektedir. Kaygılı bağlanmaya sahip bireylerin ilişkilerinde duygusal iniş çıkışlar yaşadığı düşünüldüğünde (Sümer ve Güngör, 1999) duygusal özerklik düzeyinin belirlenmesinde anlamlı bir yordayıcılık gücü olmadığı düşünülebilir. Kaçınmacı bağlanma ise yakınlıktan sürekli kaçınma durumunun varlığı ile karakterizedir (Sümer ve Güngör, 1999). Bu durum duygusal özerklikte kaçınmacı bağlanmayı anlamlı yordayıcı konumunda görmemizi sağlıyor olabilir.

Araştırma sonuçlarına göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stili ile yaşam doyumu puanı arasında negatif yönde, orta düzeyde anlamlı ilişki vardır. Alandaki çalışmalar da bağlanma ile yaşam doyumu ilişkiselliğini vurgularken aynı zamanda bağlanma stilinin yaşam doyumu üzerinde doğrudan bir etkisinin olduğuna işaret etmektedir (Chen ve diğerleri, 2017; Shahyad, Besharat, Asadi, Alipour ve Mirnader, 2011). Çiçek (2019)'in çalışmasında ergenlerin hem anne hem de babaları ile olan kaygılı ve kaçınmacı bağlanmasının çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin tüm alt boyutlarıyla (arkadaş, aile ve benlik) negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Jiang, Huebner ve Hills (2013)'in çalışmasında ergenlerde ebeveyne bağlanmanın yaşam doyumu da dahil olmak üzere psikolojik uyumun önemli belirleyicilerden biri olduğuna dair kanıtlar elde edilmiştir. Alanda yapılmış çalışmalarda ana- babaya bağlanma düzeyinin yüksek olmasının yaşam doyumunu arttırdığına dönük bulgular bulunurken (Dilsiz, 2019; Y. Özdemir ve Koruklu, 2013; Özgüngör, 2020; West, 2018) kaygılı ve kaçınmacı bağlanmanın yaşam doyumu ile negatif yönlü ilişkiye sahip oluşu çalışmaları desteklenmektedir (Demirel, 2018; Tepeli Temiz, 2017).

Elde edilen bulgulara göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma yaşam doyumunun negatif yönde anlamlı yordayıcılarıdır ve yaşam doyumundaki değişimin %21'ini açıklamaktadırlar. Alanda verileri destekleyici çalışmalar bulunmaktadır (Dilsiz, 2019; Nickerson ve Nagle, 2004). Özdemir ve Koruklu (2013), ilk ergenlik döneminde anneye bağlanmanın yaşam doyumundaki değişimin %28'ini, babaya bağlanmanın ise %25'ini açıkladığı sonucunu elde etmiştir. Dilsiz (2019)'in çalışmasında da lise öğrencilerinin güvenli bağlanma stili yaşam doyumunun pozitif yönde anlamlı yordayıcısıyken kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stili yaşam doyumunun negatif yönde anlamlı yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Lise öğrencileri ile yürütülmüş bir diğer çalışmada ise sadece güvenli bağlanmanın yaşam doyumunu yordadığı diğer bağlanma stillerinin yordayıcılık gücünün olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Ünal, 2011; Ünal ve Şahin, 2013). Alandaki araştırmalar göz önüne alındığında, yaşam doyumu ve bağlanma stilleri ilişkisinin bu çalışma ile örtüştüğü görülmektedir. Elde edilen veriler diğer çalışmalarla örtüşerek alana katkı sağlar niteliktedir.

Sonuç itibariyle yürütülmüş olan bu çalışma bağlanma stilleri ve duygusal özerklik arasındaki ilişkinin önemini ortaya koyar niteliktedir. Ülkemizde bu değişkenlerin birlikte ele alındığı araştırmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Alanda bu konularla ilgili bilgi birikimini arttırmak için konuların farklı çalışma grupları ile ele alınması yararlı olacaktır. Bu öneri çalışma yapacak araştırmacılar için konu seçiminde yol gösterici olabilir. Araştırmada aynı zamanda bireyin yaşamından alacağı doyumla aile ilişkilerinin ilişkili olduğu görülmektedir. Belirlenen değişkenler arasındaki bu ilişkinin uygulamaya dönük çalışmalar için yön gösterici olacağı düşünülmektedir.

### KAYNAKÇA (REFERENCES)

- Akyüz, D. (2011). *Ergenlerin ebeveynleriyle yaşadıkları problemleri çözüm biçimleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide özerkliğin aracı rolünün incelenmesi*. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Akyüz, D. ve Şendil, G. (2014). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile ebeveynleriyle yaşadıkları problemleri çözüm biçimleri arasındaki ilişkide özerkliğin aracı rolünün incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 21(1), 5–16.



- Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Bowlby, J. (2012). *Güvenli bir dayanak: Ebeveyn- çocuk bağlanması ve sağlıklı insan gelişimi*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bowlby, J. (2013). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.) (2. bs.). İstanbul: Pinhan Yayınları.
- Brenning, K., Soenens, B., Braet, C. ve Bosmans, G. (2011). An adaptation of the Experiences in Close Relationships Scale-Revised for use with children and adolescents. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(8), 1048–1072. doi:0.1177/0265407511402418
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çakmak Tolan, Ö. (2002). *Üniversite öğrencilerinde kaygı belirtileri ve bağlanma biçimleri ile kişilerarası şemalar arasındaki ilişkiler*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Chen, W., Zhang, D., Pan, Y., Hu, T., Liu, G. ve Luo, S. (2017). Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and life satisfaction among Chinese adolescents. *Personality and Individual Differences*, 108, 98–102. doi:10.1016/j.paid.2016.12.009
- Çiçek, N. (2019). *Ön ergenlik döneminde psikolojik dışlanma, bağlanma ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Çivitci, A. ve Topbaşoğlu, T. (2015). Akılcı duygusal eğitimin ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisi. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 13–29.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik kavramı arasındaki ilişkiler*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi*. Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Deniz, M., Çok, F. ve Duyan, V. (2013). Duygusal özerklik ölçeği'nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *Eğitim ve Bilim*, 38(167), 352–363.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. doi:10.1037/0033-2909.95.3.542
- Dilsiz, N. B. (2019). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının bağlanma stilleri ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Erçevik, A. (2014). *Lise öğrencilerinin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Ermış, B. (2019). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Fraley, R. C., Waller, N. G. ve Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. doi:10.1037//0022-3514.78.2.350
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında anababalık stillerinin rolü*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (Benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Hendrick, S. S. (2016). *Yakın ilişkiler psikolojisi*. (A. Dönmez ve A. Büyükşahin Sunal, Ed.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Jiang, X., Huebner, E. S. ve Hills, K. (2013). Parent attachment and early adolescents' life satisfaction: The mediating effect of hope. *Psychology in the Schools*, 50(4), 340–352. doi:10.1002/pits.21680
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karataş, S. (2016). *Ergenlerde bağlanma ve kimlik statüleri: Temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünün incelenmesi*. Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Kazdin, A. E. (2008). *A'dan Z'ye pozitif çocuklar yetiştirme*. İstanbul: Yakamoz Kitap.

- Kesebir, S., Özdoğan Kavzoğlu, S. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Bağlanma ve psikopatoloji*, 3(2), 321–342.
- Kırimer, F., Akça, E. ve Sümer, N. (2014). Orta çocuklukta anneye kaygılı ve kaçınan bağlanma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta çocukluk dönemi ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 45–57.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (17), 231–256.
- Koçak, R. ve Karasu, H. (2016). Ergenlerde özerkliğin yordayıcısı olarak bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarının incelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 195–236.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması*. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> adresinden erişildi.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Metin Orta, İ. ve Sümer, N. (2016). Anne duyarlılığı ve erken dönem bağlanma temelli ebeveynlik destek ve müdahale programları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(38), 54–73.
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553–570.
- Nickerson, A. ve Nagle, R. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. *Social Indicators Research*, 66(1), 35–60.
- Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Özdemir, M. (2016). *Ergenlik döneminde bağlanma, özerklik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özdemir, Y. ve Çok, F. (2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 152–164.
- Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2013). İlk ergenlikte ana-babaya bağlanma, okula bağlanma ve yaşam doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3), 836–848.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatri*, 6(2), 72–74.
- Özgüngör, S. (2020). Ergenlerde anneye ve babaya bağlanma ile başarı yönelimleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 45(203), 1–21. doi:10.15390/EB.2020.8697
- Şahin, D. (2010). Okulda bağlanma çocuk ve öğretmen bağlanması. T. Solmuş (Ed.), *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi* içinde (ss. 218–229). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1–11.
- Shahyad, S., Besharat, M. A., Asadi, M., Alipour, A. S. ve Mirnader, M. (2011). The relation of attachment and perceived social support with life satisfaction: Structural equation model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 952–956. doi:10.1016/j.sbspro.2011.03.219
- Steinberg, L. (2017). *Ergenlik*. (F. Çok, Ed.) (3. bs.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Steinberg, L. ve Silverberg, S. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57(4), 841–851. doi:https://doi.org/10.2307/1130361
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1–22.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin türk örnekleminde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71–106.
- Sümer, N., Sayıl, M. ve Kazak Berument, S. (2016). *Anne duyarlılığı ve çocuklarda bağlanma*. İstanbul: Koç Üniversitesi.
- Tatar, A., Bildik, T., Yektaş, Ç., Hamidi, F. ve Özmen, H. E. (2016). Duygusal özerklik ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması ve klinik başvurusu olmayan ergen öğrencilerde duygusal özerkliğin incelenmesi. *Nobel Medicus*, 12(1), 39–48.
- Tepeli Temiz, Z. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik özellikleri arasındaki ilişkide benlik saygısının rolü*. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.

- Terzi, Ş. ve Cihangir Çankaya, Z. (2009). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1–11.
- Türktan, Ş. ve Savran, C. (2010). Çocuklarda ve ergenlerde ebeveynle bağlanma, özgüven ve okul başarısı ilişkisi. *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi* içinde (ss. 243–258). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Ünal, A. Ö. (2011). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması*. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> adresinden erişildi.
- Ünal, A. Ö. ve Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2(3), 44–63.
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> adresinden erişildi.
- Variş, F. (1963). *Ergen gelişimi*. İstanbul: Özgü Yayınevi.
- West, A. E. (2018). *Yetişkin bağlanma stillerinin savunma mekanizmaları ve yaşam doyumuyla ilişkilerinin incelenmesi*. Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Yazgan İnanç, B., Bilgin, M. ve Kılıç Atıcı, M. (2005). *Gelişim psikolojisi: Çocuk ve ergen gelişimi*. Adana: Nobel Kitabevi.

### EXTENDED ABSTRACT

#### INTRODUCTION

Adolescence period includes many changes and developments in the life of the individual (Karataş, 2016; Koç, 2004; Kulaksızoğlu, 2004; Özbay ve Öztürk, 1992; Variş, 1963; Yazgan İnanç, Bilgin ve Kılıç Atıcı, 2005). These changes and developments play a significant role in established social relations (Hamarta, 2004). It is known that early attachment figures have a decisive role in the formation of social relations established by the individual (Burger, 2006; Çakmak Tolan, 2002; Hendrick, 2016; Kesebir ve diğerleri, 2011; Şahin, 2010). For this reason, attachment styles are a significant variable that affects individuals in adolescence.

Adolescence is a period in which the development of autonomy, which is the basis of transition to adulthood, is also on the agenda (Koçak ve Karasu, 2016; Y. Özdemir ve Çok, 2011; Tatar, Bildik, Yektaş, Hamidi ve Özmen, 2016). During this period, relations with both family and social environment are significant for developing emotional autonomy (Erçevik, 2014; Türktan ve Savran, 2010). Along with all these developments and changes, it makes a general assessment of the individual's life. The satisfaction resulting from this evaluation is expressed with the concept of life satisfaction (Özer, 2003; Vara, 1999). In this study, emotional autonomy and life satisfaction variables, which are on the agenda in adolescence, were examined in terms of attachment styles.

#### METHOD

##### Research Model

The general scanning model was used in the study. The public screening model is the study that aims to reach a judgment about the universe with the applications made on a sample group (Karasar, 2012).

##### Working group

The research was conducted with students between the ages of 13-18 studying in the districts of Konya in 2019-2020.

##### Data Collection Tools

##### *Experiences in Close Relationship Inventory-II Middle Childhood Scale*

In the study, the version of the Experiences in Close Relationship Inventory II, which was developed to measure attachment dimensions and translated into Turkish, adapted for middle childhood and early

childhood, developed by Brenning et al., was used. The scale consists of 36 items in total, and each dimension is measured with 18 items (Kırimer, Akça ve Sümer, 2014).

#### ***Emotional Autonomy Scale***

In the study, the Emotional Autonomy Scale developed by Steinberg and Silverberg (1986) and adapted to Turkish was used. The scale consists of 14 items, three dimensions in total (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

#### ***Life Satisfaction Scale***

The “Satisfaction with Life Scale,” which was developed by Diener (1984) and adapted into Turkish, was used in the research. The scale is one-dimensional and consists of 5 items (Köker, 1991).

### **FINDINGS**

As a result of the research, it was observed that there was a low level of negative correlation between the anxiety sub-dimension of the attachment styles scale and the sub-dimensions of non-idealization, independence, and individuation of the emotional autonomy scale. It has been determined that there is a moderate negative relationship between the avoidance sub-dimension of the attachment styles scale and non-idealization, independence, and individualization sub-dimensions of the emotional autonomy scale. It has been concluded that there is a moderate relationship between anxiety and avoidance dimensions dec emotional autonomy total score and life satisfaction total score in a negative direction. In the study, it was determined that the avoidance sub-dimension of attachment styles is a significant predictor of emotional autonomy. It has been determined that the avoidance sub-dimension is also a predictor in the non-idealization, independence, and individualization sub-dimensions of emotional autonomy sub-dimensions. In the predictor of the life satisfaction score, it was concluded that the anxiety and avoidance sub-dimension from the attachment styles sub-dimensions was the predictor.

### **CONCLUSION and RECOMMENDATION**

Considering the studies in the field, it is seen that the relationship between life satisfaction and attachment styles overlaps with this study. The study reveals the importance of the relationship between attachment styles and emotional autonomy. Considering the insufficient number of studies in our country in which these variables are handled together, it is thought that the study will contribute to the field. The research can also be a guide for researchers who will work on the subjects.