



Türk Akademik Yayınlar Dergisi TAY Journal

(Uluslararası Hakemli Dergi/International Peer-Reviewed Journal)

<http://www.tayjournal.com>

ISSN: 2618-589X

A Look at the Relationship Forms of The Age of Technology: Virtual Attachment

Dilek GENÇTANIRIM KURT
Hatice ŞABANOĞLU

Abstract

This study, which aims to explain the concept of virtual attachment, is a compilation. In parallel with the use of technology and the increasing use of virtual spaces day by day, virtual attachment has emerged as a new form of relationship. Especially young adults have begun to express more easily themselves and establish close relationship experience relationships through the virtual space and to place at the center of their lives these relations. Individuals are eagerly awaiting to communicate with the person or people they are contacting through in the virtual space. When they do not interact, they feel such as uneasiness, anxiety, curiosity and this situation causes young adults to gradually get away from their daily lives and become dependent on their interactions in the virtual space. Virtual attachment is an important aspect to investigate and understand in terms of its personal and social results. It is especially important to understand this situation for mental health areas. There is in the literature evidence that people who have insecure-anxious attachment style, loneliness, shyness and lack of healthy peer relationships can perform more virtual attachment. In the study, these are discussed in detail and are presented suggestions in this context.

Keywords:	DOI	:
Virtual attachment,	Received	: 23/01/2018
Virtual relationship attachment,	Revised	: 03/03/2019
Virtual spaces	Accepted	: 05/06/2019
	Published	: 29/06/2019

Corresponding Author: Dilek Gençtanırım Kurt, Assoc. Prof. Dr. Kırşehir Ahi Evran University, Turkey, digenc@gmail.com, 0000-0002-3718-6158

Hatice Şabanoğlu, Graduate Student, Kırşehir Ahi Evran University, Turkey, sabanogluhatice@gmail.com, 0000-0003-0130-4914

Cite this article as: Gençtanırım Kurt, D. & Şabanoğlu, H. (2019). A look at the relationship forms of the age of technology: Virtual attachment. *TAY Journal*, 3(1), 23-39.

Extended Summary

One of the important needs for the human of a social living is close relationships. People tend to have physical or emotional ties with others lifelong. This feature comes to the forefront as from the first years of life and continues to lose its importance although it changes in every developmental period. There is need for close relationships at different age ranges and become different to importance of be established relationships. For example, in the foreground the relationship established with the parents in infancy, the relationship established with friends in childhood and adolescence, and the emotional relationship with the opposite sex in the young adulthood. Besides, as we have seen, these needs hold good for every development period. The quality of the relations also determines the direction of the relations that will be experienced in the following years. Especially in adolescence and young adulthood, the relationship with peers becomes more important. Maslow, in the theory of human needs hierarchy, with belonging and love need partaking triarian and deference need partaking fourthly remark as basic needs (Gençtanırım and Çetinkaya-Yıldız, 2018). According to Erikson, in the phase of isolation against intimacy individuals seek special relationships in which they can establish intimacy and mature as emotionally. Taking into account all of these, regardless of age, gender, and culture, need for affiliation manifest itself in every individual. These relationships may result with marriage or affective attachment. Individuals who are in young adulthood and have not been able to meet the satisfaction with the intimacy that provide of real relationship, have begun to experience relationships through “virtual spaces” in this century namely technology age in order to capture these feelings (Burger, 2006). Every passing day, people become more dependent a virtual spaces and meet almost all their needs through virtual spaces. The effects especially psychosocial life on social life of increasing virtual spaces with developing technology are remarkable for mental health areas. In this context, an important need epideictic of the concept virtual attachment is seen important especially for mental health areas. With present study, is aimed to meet this need and to contribute to the literature by discussing the concept of virtual attachment. In this compilation study, respectively; in captions What is Virtual Attachment? “Who More Needs Virtual Attachment?” “Results and Suggestions” are presented studying.

What is Virtual Attachment?

In consequence of the development of technology, the increase of internet use, abuse of tools virtual spaces and social media and so on, the rapid increase in virtual relations, shows that researches to be held about virtual attachment become more important. The number of individuals who build strong relationships and bonds through the virtual space is increasing day by day. Through social networking sites ever increasing number of and function especially of young adults have increased their membership to social networking sites and the have prolonged time they spend on these sites. Moreover, as to experience virtual relationships experimentally virtual communication of young adults and to becomes they of feel commitment to these relationships much more likely, it is becoming more important to study this issue on young adults. (Büyükpapuşcu, 2011: 20).

Taking into account all of these “Virtual Attachment”; experienced in the virtual space, that individuals, while away the time meeting face to face, not to know in real life, they spend thinking and corresponding to each other most of their time with the people they meet in virtual spaces, , experiences feelings such as restlessness, anxiety, stress and anxiety of loss when they do not communicate with each other; are defined as attachment to sense of belonging, social support those of provide to each other and those of feel to relationship of the deep and sincere those of enhance.

Who More Needs Virtual Attachment?

One of the important reasons of to tackle the concept of virtual attachment in this study, these relationships are reflections of with social life. In everyday life, virtual attachment have showed up as a form of relationship that includes a series of questions. At this point, that what are factors lie behinded of virtual attachment, what are the positive and negative reflections to personal and social life of virtual attachment in addition to all these have been needed understanding who are more virtual attachment. Young adults not sense belonging to a group yourself in social life, exhibiting unhealthy role patterns in interpersonal relationships and lonely yourself, because to communicate, to solve problems, to share sorrow and worries, to establish relationships, to meet the need to belong and to get rid of loneliness at the present time they have become prefer to communicate through “virtual spaces” that of they can easily access rather than face-to-face communication with other people. At this point, it is important to reveal who is more tend to virtual attachment. In this study with compilation type is aimed to draw a profile as based on literature. In this context, It can be stated that people who have insecure attachment style, high levels of loneliness and shyness, who do not have good friendship relations with others define this profile.

Results and Suggestions

In this study, which aims to explain the concept of virtual attachment, what is virtual attachment, who are better virtual attachment, virtual attachment the possible consequences of the individual's life and social life are discussed. It have increased every passing day prevalence of virtual attachment that defined as experienced in the virtual space, that individuals, while away the time meeting face to face, not to know in real life, they spend thinking and corresponding to each other most of their time with the people they meet in virtual spaces, , experiences feelings such as restlessness, anxiety, stress and anxiety of loss when they do not communicate with each other; are defined as attachment to sense of belonging, social support those of provide to each other and those of feel to relationship of the deep and sincere those of enhance. Besides, there are no studies to determine its prevalence with concrete data. Therefore, first of all, there is a need for researches towards reveal such data. In addition, virtual attachment includes individual and cultural some features. In this context, culture-specific measurement tools can be developed. Because of the cultural communication feature our country where real, face-to-face, intimate, gestures and facial expressions take place, young people are expected to express themselves freely, and healthy relationships with family and friends are aimed to be established, it makes

important that young adults are increasingly distancing from these aspects of the relationship, feel belonging and connected to virtual relationships rather than real relationships also the reflections to social life of virtual attachment. Quantitative and qualitative studies describing virtual engagement seem to be particularly important for mental health areas.



Türk Akademik Yayınlar Dergisi TAY Journal

(Uluslararası Hakemli Dergi/International Peer-Reviewed Journal)

<http://www.tayjournal.com>

ISSN: 2618-589X

Teknoloji Çağının İlişki Biçimlerine Bir Bakış: Sanal Bağlanma

Dilek GENÇTANIRIM KURT
Hatice ŞABANOĞLU

Özet

Sanal bağlanma kavramının açıklanmasının amaçlandığı bu çalışma derleme niteliğindedir. Her geçen gün teknolojinin yaygınlaşmasına ve sanal alanların kullanımının artmasına paralel olarak yeni bir ilişki biçimi olarak sanal bağlanmanın ortaya çıktığı görülmektedir. Özellikle genç yetişkinler kendini daha rahat ifade edebilme, yakın ilişkiler kurma adına sanal alan üzerinden ilişkiler yaşamaya ve bu ilişkileri yaşamının merkezine almaya başlamıştır. Öyle ki bireyler sanal alan üzerinden ilişki kurdukları kişi veya kişilerle iletişime geçmeyi sabırsızlıkla beklemektedir. Etkileşime geçemediklerinde ise huzursuzluk, kaygı, merak gibi duygular hissetmektedirler ve bu durum genç yetişkinlerin giderek günlük yaşamlarından uzaklaşıp sanal alanda kurdukları etkileşimlere bağlı hale gelmelerine sebep olmaktadır. Sanal bağlanma ortaya koyduğu kişisel ve toplumsal sonuçlar açısından araştırılması ve anlaşılması önemli bir durumdur. Özellikle ruh sağlığı alanında çalışan uzmanların sanal bağlanma kavramını ve onu etkileyen faktörlerin farkına varması sanal ilişki kuran danışanlarına daha sağlıklı hizmet vermelerini sağlayabilecektir. Bireyleri sanal bağlanmaya iten birçok faktör bulunmaktadır. Bu çalışmada bu faktörlerden sıklıkla vurgulanan bağlanma stilleri, yalnızlık, utangaçlık ve arkadaş ilişkileri faktörleri derinlemesine ele alınmış ve tartışılmıştır ve bu bağlamda öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler:	DOI	:
Sanal bağlanma,	Yükleme	: 23/01/2018
Sanal ilişkiye bağlanma,	Düzeltilme	: 03/03/2019
Sanal alanlar	Kabul	: 05/06/2019
	Yayınlama	: 29/06/2019

Sorumlu Yazar: Dilek Gençtanırım Kurt, Doç. Dr. , Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Türkiye, digenc@gmail.com, 0000-0002-3718-6158

Hatice Şabanoglu, Yüksek Lisans Öğrencisi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Türkiye, sabanogluhatice@gmail.com, 0000-0003-0130-4914

Atf için: Gençtanırım Kurt, D. ve Şabanoglu, H. (2019). Teknoloji çağının ilişki biçimlerine bir bakış: Sanal bağlanma. *TAY Journal*, 3(1), 23-39.

Giriş

Sosyal bir canlı olan insan için önemli ihtiyaçlardan biri de yakın ilişkilidir. İnsanlar yaşam boyu diğerleriyle fiziksel ya da duygusal bağ kurma eğilimindedir. Yaşamın ilk yıllarından itibaren bu özellik ön plana çıkmakta ve her gelişim döneminde değişiklik gösterse de önemini yitirmeden devam etmektedir. Yakın ilişki ihtiyacı farklı yaş aralıklarında ortaya çıkmaktadır fakat her dönemde kurulacak ilişkilerin önemi farklılaşmaktadır. Örneğin bebeklikte anne-baba ile kurulan ilişki, çocukluk ve ergenlik döneminde arkadaşlarla kurulan ilişki, genç yetişkinlik döneminde ise karşı cinsle kurulan duygusal ilişki ön plandadır. Görüldüğü gibi bu ihtiyaçlar her gelişim dönemi için geçerliliğini sürdürmektedir. İlişkilerin niteliği sonraki yıllarda yaşanacak olan ilişkilerin yönünü de belirlemektedir (Bowbly, 1982). Özellikle ergenlik ve genç yetişkinlikte akranlar ile ilişki kurma daha da önemli hale gelmektedir. Maslow insan gereksinimleri hiyerarşisi kuramında üçüncü sırada yer alan ait olma ve sevgi ihtiyacı ile dördüncü sırada yer alan saygı gereksinimini temel ihtiyaçlar olarak belirtmektedir (Gençtanırım ve Çetinkaya-Yıldız, 2018). Ericson'a göre yakınlık kurmaya karşı soyutlanma evresinde bireyler yakınlık kurabilecekleri ve duygusal olarak olgunlaşabilecekleri özel ilişkiler arar. Bu durumun sonucunda yaş, cinsiyet, kültür farklılığı gözetmeksizin ilişki ihtiyacı her bireyde kendini göstermektedir. Bu ilişkiler evlilik ya da duygusal bir bağlılık ile sonuçlanabilir. Genç yetişkinlik döneminde olan ve gerçek bir ilişkinin sağladığı yakınlık ile doyumu karşılayamamış bireyler, bu duyguları yakalayabilmek için, teknoloji çağı olarak adlandırılan bu yüzyılda "sanal alanlar" üzerinden ilişkiler yaşamaya başlamaktadırlar (Burger, 2006). Bu durum bireylerin her geçen gün sanal alanlara daha bağımlı hale gelmesine ve neredeyse bütün ihtiyaçlarını sanal alanlar üzerinden karşılamasına sebebiyet vermektedir.

Günümüzde soyutlaşan toplumsal yaşam dinamikleri içerisinde son yıllarda teknolojinin hızlı gelişmesi özellikle hayatımıza bilgisayar ve internet kullanımı ile girmiştir. Özellikle genç yetişkinler arasında internet, diğerleri ile etkileşime geçmek için bir imkân sağlamaktadır. Günümüzde mekânsal ve zamansal birçok zorluğu ortadan kaldıran internet ve sanal alanlar etkileşim kurmanın önemli bir unsuru olarak öne çıkmaktadır. Sanal alan, Stratton (1997) tarafından vücudun olmadığı, insanoğlunun iletişimi ile üretilen basit bir alan olarak tanımlanmaktadır. Sanal alanlar, sahip olduğu "tanınmazlık" özelliği, azaltılmış görsel ve işitsel ipuçları, fiziksel zamanın ve mekânın önemini dışlaması ve kişiye sunduğu "kendini istediği gibi tanıtmak" imkânıyla sosyal ilişkilerde kişiye rahatlık ve özgürlük sunar (Peter, Valkenburg ve Schouten, 2006). Ayrıca Cooper ve Sportalari'nin (1997) savunduğu üzere sanal iletişimin teklifsizliği (informality) ilişki kurmayı kolaylaştıran bir faktördür. Tüm bunlar nedeniyle özellikle ergenler ve genç yetişkinler sanal alanlarda kurdukları iletişimlerde kolaylıkla onay görebilir hale gelmektedir ve günümüzde ergenler ve genç yetişkinler arasında sanal alan yoluyla arkadaşlık kurma, bu ilişkilere bağlanma örüntüleri geliştirme daha popüler hâle gelmiştir (Lin ve Tsai, 2003). Bunun sonucunda genç yetişkinler arasında hızlı yaşanan kopuk ilişkiler içerisinde sanal alanlar aracılığıyla bireyler ilişki kurma ve kurdukları ilişkileri sürdürme şansına sahip olabilmektedir. Bu bağlamda genç yetişkinlerin daha çok iletişim ve ilişki kurma amaçlı sanal alanlar içerisinde özellikle sosyal medya üzerinden bu ihtiyaçlarını gidermeye çalıştıkları gözlemlenmiştir. 2019-Dünyada İnternet Kullanımı ve Sosyal Medya İstatistiklerine göre Dünya nüfusunun %45'i yani 3,48 milyar insan sosyal medya kullanıcısıdır. Bu sosyal medya kullanıcılarının %29'unu ise genç yetişkinler oluşturmaktadır. Türkiye'de ise nüfusun yaklaşık

yarısının sosyal medya kullanıcısı olduğu ve bu grup içerisinde de genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin yoğunlukta olduğu belirtilmektedir (We are Social, 2018).

Sanal alanın ilgi çekici olmasının nedeni uzak, dokunulmaz ve kurgusal bir yer olmasıdır. Arzuların, isteklerin ve fikirlerin daha rahat ifade edilebileceği gerçek yaşama alternatif bir alan olarak görülmektedir (Robins, 1999:37). Ayrıca sanal alanlar insanları şimdiki yaşamlarında bulunan sıkıntılarını unutturmanın yanında, insanın kendini istediği biçimde ifade etmesine fırsat veren bir teknoloji alanıdır. Taçyıldız'a (2010) göre bireyler; aile ve akran ortamlarında bulamadıkları desteği ve onlarla yaşadıkları iletişim problemlerini çözemedikleri durumlarda kendileri ifade edebilecekleri yer olarak gördükleri sanal alanlara yönelirler. Caplan'a (2002) göre sanal alanlar bireyin gizli kalabilmesini sağladığı için bu bireyler yüz yüze iletişim yerine kendilerini daha güvende hissettikleri sanal iletişimi tercih ederler. Özetle, gerçekte var olmayan sanal bir yaşama, mutlak yanılısamaya girerek gerçek yaşamın sınırlamalarından tamamen kaçmak mümkün gibi görünmekte ve artık birçok insan artık sanal alanlarda arkadaşlık kurmakta, hatta sanal alanlarda duygusal bir ilişkiye başlayıp, burada tanıştığı kişi ile evlenebilmektedir (Robins, 1999: 49). Sanal alanların, sosyal medya vb. kanalların aşırı kullanımı sonucunda ortaya çıkan bu tür ilişkiler artık yaşamın önemli bir parçası haline gelmiştir.

Literatürde sosyal medya veya internet ilişkileri gibi konularda yapılan çok sayıda araştırma yer almakta ve önemli bir bilgi birikimi bulunmaktadır. Gelişen teknoloji ile sanal alanların artmasının sosyal hayata özellikle de psikososyal yaşama etkileri ruh sağlığı alanları için dikkat çekicidir. Bu bağlamda sanal bağlanma kavramının açıklanmasına yönelik önemli bir ihtiyaç özellikle ruh sağlığı alanları için önemli görülmektedir. Bu çalışma ile bu ihtiyacın giderilmesi amaçlanmış ve sanal bağlanma kavramı tartışılarak literatüre katkı sağlanması amaçlanmıştır. Derleme niteliğinde olan bu çalışmada sırasıyla "Sanal Bağlanma Nedir?" "Kimler Sanal Bağlanmaya Daha Çok İhtiyaç Duyar?" "Sanal Bağlanmanın Sonuçları Neler Olabilir?" ve Sonuç ve Öneriler başlıkları altında sanal bağlanma tartışılmıştır.

Sanal Bağlanma Nedir?

Literatürde bağlanma konusunda yapılan çok sayıda araştırma (Akdağ, 2017; Tuna, 2015; Arslan, 2008) yer almakta ve önemli bir bilgi birikimi bulunmaktadır. Bununla birlikte, bu çalışmalarda özellikle bebeklikten başlayıp ergenlik ve genç yetişkinliğe doğru yansıyan ve Bowlby'in kuramının temel alındığı bağlanma kavramı ele alınmaktadır. Bu derleme çalışmasında ise bundan farklı olarak *sanal ilişkilerde bağlanma* kavramının açıklanması amaçlanmaktadır. Bu noktada, sanal ilişki, sanal bağlanma, sanal aidiyetlik gibi kavramlar ön plana çıkmaktadır. Sanal alanlarda gerçekleştirilen ilişki şeklinde ifade edilebilecek olan sanal ilişki, "internet üzerinden kurulan iletişim yoluyla gerçekleştirilen, yüz yüze olmayan, fiziksel yakınlık ve bedensel temasın bulunmadığı ilişki" şeklinde tanımlanmaktadır (Karaca, 2007). Aidiyet ve yakın ilişki kurma ihtiyacının sonucu olarak sanal alanlarda yaşanan bu ilişkilerde bireyler birbirlerini hiç görmeden, seslerini duymadan birbirlerine bağlanmakta ve birbirleriyle iletişim kurmadıklarında endişe ve merak duygusu yaşamaktadırlar. Aidiyet hissi beraberinde bağlanmayı ve bütünleşmeyi getirmektedir (Karaduman,2010;2887). Birey bu yolla duygusal gereksinimi olan bağlanma ihtiyacını karşılamaya çalışmaktadır. Dolayısıyla literatürde "virtual relatedness fidelity" olarak ifade edilen "sanal ilişkiye bağlılık" kavramı karşımıza çıkmaktadır. Virtual Relatedness Fidelity

yani sanal ilişkiye bağlılık kavramı Norm Badler tarafından farklı durumlarda sanal insanların diğer bir ifade ile gerçekte olmayan sanal karakterler ile gerçek insanlar arasındaki ilişkilere ihtiyacının derecesini belirlemek için kullanılan virtual fidelity yani sanal bağlanma kavramından türemiştir (Badler, 1997). Sanal ilişkiye bağlılık sanal insanın ilişkisini değerlendirmek için kullanılan bileşenlere sahiptir. Bu insanın duygusal durumunun yanı sıra insanın emsalsizliğine ve duygu durumunun bileşenlerine de dikkat çeker.

Son zamanlarda giderek sayısı ve işlevi artan sosyal iletişim ağları aracılığıyla gençlerin sanal iletişimi tecrübe ederek sanal ilişkiler yaşamaları, bağlanmaları çok daha olası hâle gelmiştir (Büyükpapuşcu, 2011: 20). Sanal alanların insanların topluluklar oluşturduğu, arkadaşlıklar kurduğu, ailevi bağlar geliştirdiği ve başkalarıyla romantik ve cinsel yakınlık yaşadığı alanlar olduğunu ortaya koyan çalışmalar da bu durumu desteklemektedir (e.g. Boellstorff 2008; Evans 2011; Gilbert et al. 2011; Hercheui 2011; Rheingold 2000). Pempek vd. (2009), üniversite öğrencilerinin %85'inin sosyal medyayı sanal arkadaşları ile iletişime geçmek için kullandığını tespit etmiştir. Yine Lenhart ve Madden (2007) bir çalışmada genç yetişkinlerin %49'unun yeni arkadaşlıklar edinip duygusal bir ilişki yaşamak amacıyla sosyal medyayı kullandığı bulgusuna ulaşmıştır. Türkiye'de bir çalışmada ise (Demirtas-Zorbaz, Gençtanırım ve Kurt, 2015) üniversite öğrencilerinin %30'unun sosyal medya yoluyla arkadaşlık edindikleri ve %72,9'unun sosyal medyadan tanıştığı biriyle romantik ilişki yaşayan arkadaşı olduğu ortaya konulmuştur. Bu konuda yapılan başka bir çalışmada sanal alanda duygusal bir ilişki deneyimi olan bir katılımcının ifadesi şöyledir (Baker, 2005): "MrNorth benden çok uzaktaydı. Online tanışmıştık. Onu şahsen tanıımıyordum fakat artık onu sık sık düşünüyordum. Onunla konuşacağımız zamanı sabırsızlıkla bekliyordum ve konuşmaya başladıktan sonra saatlerce iletişim halindeydik ki hatta bazı zamanlar yemek yemeyi bile unutuyordum. Ona âşık olduğumu hissediyordum ve yüz yüze tanışmada bunu doğruladı. Birbirimizle çok iyi bir uyum yakalamıştık ve bunu evlilikle devam ettirme kararı aldık". Burada da görüldüğü gibi kişiler sanal alanda da tanıştıkları kişilerle duygusal bir bağlanma gerçekleştirmektedirler. Sanal alan üzerinden buna benzer güçlü ilişkiler ve bağlar kuran bireylerin sayısı her geçen gün artmaktadır (Katz ve Aspden, 1997). Örneğin, Amerika Birleşik Devletleri'nde 16 milyondan fazla, Çin'de ise 14 milyon insan çevrimiçi ortamda eş aramaktadır (Masters, 2008). Büyükpapuşcu'nun (2011) yürüttüğü araştırmada ele alınan örnekleme; ergenlerin yaklaşık olarak üçte biri sanal romantik ilişki yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Ayrıca sanal alanda yaşanan romantik ilişkilerin kişilerarası bağlantıları azalttığı şeklindeki eleştirilerin yanı sıra, bu durumun bireysel ilişkilerde eş bulmakta zorlanan utangaç ve kaygılı bireylere avantaj sağladığı öne sürülmektedir (Holmes, Little ve Welsh, 2009). Bunun sonucu olarak bireyler gerçek yaşamlarındaki sorumluluklarından ve gerçek kimliklerinden uzaklaşmak için sanal alanlara yönelip bu alanda geliştirdikleri ilişkilere bir bağlanma duygusu hissetmektedir (Yang ve Tung, 2007). Bu ve benzeri durumlar ise bireylerin sanal alanlar aracılığıyla kurdukları ilişkilere bir bağlanma örüntüsü geliştirdiğini açık bir biçimde ortaya koymaktadır.

Teknolojinin gelişmesi, internet kullanımının artması, sanal alanların, sosyal medya vb. kanalların aşırı kullanımı sonucunda sanal ilişkilerin hızlı artışı sanal bağlanma konusunda yapılacak araştırmaların daha da önemli hale geldiğini göstermektedir. Sanal alan üzerinden yakın ilişkiler ve bağlar kuran bireylerin sayısı her geçen gün arttığı için özellikle genç yetişkinlerin giderek sayısı ve işlevi artan sosyal iletişim ağları aracılığıyla sosyal ağ sitelerine olan

üyeliklerinin fazla olması ve bu sitelerde geçirdikleri sürenin uzamasından dolayı, ayrıca genç yetişkinlerin sanal iletişimi tecrübe ederek sanal ilişkiler yaşamaları, bu ilişkilere bağlılık hissetmelerinin çok daha olası hâle gelmesi genç yetişkinler üzerinde bu konunun çalışılmasını önemli kılmaktadır. (Büyükpapaşcu, 2011: 20).

Tüm bunlardan hareketle “*sanal bağlanma*”; sanal alan üzerinde yaşanan, bireylerin yüz yüze görüşüp vakit geçirmediği, reel yaşamda tanımadığı, sanal alanlarda tanıştıkları kişiler ile zamanlarının büyük bir kısmını birbirlerini düşünerek ve yazışarak geçirdikleri bir alandır. Bireylerin birbirleriyle iletişim kurmadıklarında huzursuzluk, kaygı, stres ve kaybetme endişesi gibi duyguları yaşadıkları ve birbirlerine sağladıkları aidiyet duygusuna, birbirlerine sağladıkları sosyal desteğe ve geliştirdikleri derin ve içten olan ilişkiye duydukları bağlanma olarak tanımlanır.

Kimler Sanal Bağlanmaya Daha Yatkındır?

Bu çalışmada sanal bağlanma kavramının ele alınmasının önemli gerekçelerinden biri bu ilişkilerin sosyal yaşama olan yansımalarıdır. Günlük yaşamda da sanal bağlanma bir dizi soruyu içeren bir ilişki şekli olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nokta da sanal bağlanmanın ardında yatan faktörlerin neler olduğunun, sanal bağlanmanın kişisel ve sosyal yaşama olumlu ve olumsuz yansımalarının neler olduğu ya da olabileceğinin ve tüm bunların dahilinde kimlerin daha çok sanal bağlandığının anlaşılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Kendini sosyal yaşamında bir gruba ait hissetmeyen, kişilerarası ilişkilerinde sağlıklı rol örüntüleri sergileyen ve kendini yalnız hisseden genç yetişkinler günümüzde iletişim kurmak, problemlerini çözmek, üzüntü ve endişelerini paylaşmak, ilişki kurmak, ait olma ihtiyacını karşılamak ve yalnızlıktan kurtulmak için diğer insanlarla yüz yüze iletişime geçmek yerine kolaylıkla erişebildikleri “*sanal alanlar*” üzerinden iletişime geçmeyi tercih eder hale gelmişlerdir (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi , 2003: 71; Özdemir vd., 2014: 284-285). Yapılan çalışmalar incelendiğinde; Artır (2006) ‘a göre bireyin en yakınları, ailesi ve arkadaşlarından ziyade duygu ve düşüncelerini hiç tanımadığı kişilerle paylaşma ihtiyacı duymasının temel nedenleri şunlardır: Yalnızlık duygusu; yanında kendisiyle ilgilenecek, ona zaman ayıracak yakınlarının olmaması veya öyle hissetmesi. Bireyin boş vakitleri olmasına rağmen bu vakitleri değerlendirecek bir aktivite bulamaması, kitap okumaması ve bir sanat ile uğraşmaması. Arkadaşlarının olmaması, yakın ilişki kurduğu kişiler tarafından eleştirilme ve yanlış anlaşılma kaygısı taşıyıp düşüncelerini ve duygularını yakınları ile paylaşmayıp sanal alanlarda hiç tanımadığı, kendisiyle ortak noktaları olduğuna inandığı kişilerle bu ihtiyacını gidermeye çalışmasıdır (Akt: Kaplan, 2011). Buradan hareketle genç yetişkinler arasında sanal bağlanmaya etkileyen faktörler arasında; bireyin bağlanma stili, yalnızlık, utangaçlık ve arkadaş ilişkileri gibi faktörlerin dikkat çekici olduğu gözlemlenmiştir.

Bu faktörler arasında sanal bağlanmayı etkilediği düşünülen “*bağlanma stili*” faktörü ön plana çıkmaktadır. Bowlby (1982), bağlanmanın yaşam boyu devam eden bir süreç olduğunu ve ilk bağlanma deneyiminin sonraki duygusal zincirleri etkilediğini ve ilişki kurma problemlerinin, kişilik bozukluklarının bu zincirin bir halkası olduğunu vurgulamıştır. Birey için ilk bağlanma ilişkisi bebeklik döneminde bebeğe bakım veren kişiyle kurulan ilişkidir ve bu dönemde kurulan bağlanma, sevgi, ait olma ve güvenlik ihtiyaçları karşılanan bir bebek yetişkinliğe hem daha rahat geçmekte hem de yetişkinlik döneminde pozitif ilişki örüntüleri geliştirmektedir (Deniz, 2006; Hazan ve Shaver, 1987). Bireyler bebeklik döneminde anne ile, ergenlik ve genç yetişkinlik

döneminde akranları ile ilişki bağları kurmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987, 1984). Yetişkin bir bireyin diğer insanlarla kuracağı ilişki şekli ve insanlardan beklentileri çocukluk döneminde kendisinin bakımıyla ilgili olan –bu genelde annedir- kişi ile kuracağı bağlanma örüntüsü ile ilişkilidir. Çoğu araştırmacıya göre bebeklik çağında kurulan bağlanma ilişkisi bireyin ilerleyen yıllarda kurduğu bağlanma örüntüleriyle ilişkilidir (Kobak ve Sceery, 1988). Bu konuda Buote, Wood ve Pratt (2009) tarafından yapılan bir çalışmada kaygılı-saplantılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin daha fazla sanal ilişkileri tercih ettiği gözlemlenmiştir. Bu durum “*içsel çalışan model*” olarak adlandırılır. Bu model kişinin diğerlerinin gözünde nasıl olduğu ile ilgili düşünceleridir. Diğer bir ifade ile kişi bebeklik çağlarında güvenli bir ilişki kurduysa ilerleyen dönemlerinde de olumlu sosyal ilişkiler geliştirir. Fakat güvensiz bir bağlanma örüntüsü gerçekleştirdiyse ilerleyen yıllarda da sağlıklı ilişkileri olacaktır. Hazan ve Shaver (1994) da erken dönemlerde gelişen bağlanma örüntülerinin, yaşamın ilerleyen dönemlerinde de etkili olduğunu ve yetişkin bireylerin sosyal ilişkilerinde ve benlik değerlendirmelerinde belirleyici bir etkiye sahip olabileceğini savunmuşlardır. Sonuç olarak bağlanma stiline sanal bağlanmayı da yordaması beklenilir. Güvenli bağlanma örüntüsü geliştirenlerin daha az sanal bağlanma gerçekleştirmeleri, güvensiz bağlanma örüntüleri geliştirenler de ise sanal bağlanmanın daha fazla olması beklenebilir.

Bağlanma stiline yanı sıra bireylerin yalnızlık duygusu da onları sanal ilişkilere iten diğer bir faktör olabilir. Jung (2012) yalnızlığı; birey için önemli olan unsurların diğer insanlara ulaştırılmadığında veya başka kişiler için uygun olmayan görüşleri bulunduğu ortaya çıkan yaşantı olarak tanımlamıştır. Bireyin sosyal ilişkilerini nicelik ve nitelik açısından yetersiz olarak algıladığında beliren rahatsız edici bir yaşantı olarak tanımlanan yalnızlık, başka bir deyişle bireyin sosyal ilişkilerde ulaştığı düzey ile istediği düzey arasındaki algıladığı farklılıktır (Peplau and Perlman, 1982). Bowlby'e göre yalnız olmayı tercih eden yetişkinler erken çocukluk yaşantılarında kendilerine bakım verenler ile olumsuz deneyimler yaşamıştır ve bu yüzden duygusal ilişkilerinde mesafeli olmayı seçebilir. (Russel ve ark., 1980) yalnızlık duygusunun, insan yaşamının hemen her döneminde görülebilen bir duygu olmakla birlikte ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde daha yoğun karşımıza çıktığını belirtmiştir.

Yalnızlığın genç yetişkinlik döneminde daha fazla algılanan bir olgu olması bu dönemin gelişim görevleri ile yakından ilişkilidir. Genç yetişkin, akranlarıyla yakınlık kurmaya eğilimlidir. Birey sosyal, davranışsal ve duygusal olarak bazı problemler ile karşı karşıya kalıp yaşadığı dünyada kendini tek başına hissetme, kendisinin yararsız bir birey olduğunu düşünme, reddedilme ve terk edilme duyguları nedeniyle yakın ilişki kurmadan kaçınma davranışı sergileyebilir. Bu durum derin bir yalnız kalma duygusuna neden olabilir. Yalnız kalma ve yakınlık kurmaktan kaçınma bu evredeki tehlikeli bir durumdur. Yalnızlık duygusuna maruz kalıp gerçek yaşamlarında kendini bir gruba ait hissetmeyen, kişilerarası ilişkilerde sağlıklı rol örüntüleri sergileyen ve kendini yalnız hisseden bireyler günümüzde iletişim kurmak, problemlerini çözmek, üzüntü ve endişelerini paylaşmak, ilişki kurmak, ait olma ihtiyacını karşılamak ve yalnızlıktan kurtulmak için diğer insanlarla yüz yüze iletişime geçmek yerine sanal alanlar üzerinden iletişime geçmeyi tercih eder hale gelmişlerdir (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi , 2003: 71; Özdemir vd., 2014: 284-285).

Bireyin yalnızlık duygusu ile ilişkili olup yaygın şekilde ele alınan ve son yıllarda daha fazla dikkat çeken konular; sanal alan kullanımı, sanal ilişkiler ve bu ilişkilere geliştirilen bağlanma hissidir. Özen ve Sarıcı (2010) tarafından sosyal medya kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan araştırma sonucunda sanal alanların ve sosyal medyanın yalnızlık duygusu yaşayan üniversite öğrencileri için yalnızlığı paylaşmada önemli bir araç olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca bu çalışmada, öğrenciler kendilerini yalnız hissettikleri için sanal alanları kullanmayı tercih ettiklerini ifade etmiştir. Buradan hareketle günlük sosyal ilişkilerinde kendini yalnız hisseden genç yetişkinlerin giderek gerçek dünyadan koparak, arkadaşlık ilişkilerini zayıflatma, daha içe kapanık bir hale gelebilme ve tüm bunlar sonucunda genç yetişkinlerin sanal alanlarda kurdukları etkileşim ve iletişime bağlanma örüntüsü geliştirmesi gibi durumlara neden olabileceği gözlemlenmiştir. Bu çalışmada kendini bir ölçüde sanal alanda kurdukları etkileşimlere bağlı hisseden genç yetişkinlerin oranının yüzde yirmiler civarında olduğunun görülmesi "*genç yetişkinlerde sanal bağlanma*" konusunun önemini açıkça ortaya koymaktadır. Yalnız bireylerin sosyal davranışlarının sürekli olarak çevrimiçi geliştiği ve yalnız bireylerin, daha çok çevrimiçi arkadaş edindikleri ve çevrimiçi arkadaşlıklarıyla tatmin oldukları ortaya konulmuş ve yalnız bireylerin sanal alanları daha çok olumsuz ruh hallerini düzeltmek için kullandıkları ortaya koyulmuştur (Morahan ve Schumacherb, 2003). Bu bağlamda ergenlerin ve genç yetişkinlerin yalnızlık duygusu ile baş edebilmek için kendisini sanal alanlara yöneltmesi ve sanal alanlarda var olan kişilerle sanal ilişkiler yaşayıp bu ilişkilere bağlanma örüntüsü geliştirmesi beklenilebilir. Dolayısıyla sanal bağlanma ve yalnızlık arasında da bir ilişki olması beklenilebilir.

Yalnızlığın yanı sıra, sanal bağlanma için belirleyici bir diğer kişilik özelliği ise utangaçlıktır. Utangaçlık; insanlarla tanışma korkusu ve diğerleriyle aynı ortamda bulunulduğunda yaşanan huzursuzluk olarak tanımlanır (Pilkonis, 1977). Utangaçlık diğer bir deyişle "Başkaları ile olan ilişkileri sırasında duyulan ve doğal davranışları ketleyen rahatsız edici duygudur" (Enç, 1980). Türkçapar (1999) utangaçlığı; bireyin yeni ve daha önce iletişimde bulunmadığı insanlar karşısında çekingen ve tedirgin bir tavır alma olarak tanımlar. Bu tanımlarda da görüldüğü gibi, daha çok kişilerarası ilişkilerle ortaya çıkan bir durumdur. Özellikle genç yetişkinlerin yaşamında kişilerarası ilişkiler ve yakın ilişkiler önemli bir yer tutmaktadır. Bu bağlamda utangaç olan genç yetişkinlerin utangaç olmaları nedeni ile dışarı çıkmak, yeni arkadaşlar edinmek, yüzyüze ilişkiler gerektiren ve işinde yüksek sorumluluk alabilecek pozisyonlara ulaşma gibi konularda yoğun sorunlar yaşadıkları bilinmektedir. Gerrig ve Zimbardo (2017), ise utangaç bireylerin başkaları ile iletişim kurma konusunda çok fazla istek duymalarına rağmen özgüvenleri düşük olduğu için genellikle bunu başarmakta güçlük çektiklerini, bu nedenle yüz yüze iletişimden uzak kalmayı tercih ettiğini belirtmiştir.

Genç yetişkinler için özellikle önemli olan yüz yüze iletişim sırasında kaygı yaşayan bireyler, bu tarz ilişkilerden kaçındığı için sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını gerçek hayatta çok fazla karşılayamamaktadırlar. Bunun sonucunda günlük yaşamlarında utangaç olarak nitelendirilen genç yetişkinler kendilerini ifade edebilmek ve ilişki kurabilmek için istediği kimliğe bürünebildikleri sanal alanlara yönelmektedir (Baker ve Oswald, 2010). Sanal alan ise, tanınmazlık özelliği ile utangaç insanların günlük ilişkilerinde karşılanılmayan sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını tatmin etmek için bir alternatif sunmaktadır. Sanal alan, utangaç insanların günlük yaşamını eksiltten birçok sosyal zorluktan dolayı utangaç insanlar için daha kaliteli ilişkiler

kurmaya yardım eden bir ortam sağlayabilir (Brunet and Schmidt, 2007; McKenna, Green, and Gleason, 2002; Roberts, Smith and Pollock, 2000). Sanal kişi, kişiliklerini değiştirebildikleri yer olan; kim oldukları belli olmayan sanal alanda, kendine yeni ve takma kimlikler bulabilir, olmak istediği kişi olmayı seçebilir; istediği fiziksel ve kişisel özellikleri alabilir ve kendilerinden başka biri gibi davranabilirler. Bu sayede de yeni insanlarla tanışabilir, sohbet edebilir, sosyalleşebilir, duygularını ve düşüncelerini paylaşabilir. Ve bunların hiçbiri gerçek yaşamdakiler kadar tehdit edici algılanmaz. Ayrıca utangaç ergenler ve genç yetişkinler için önemli olan sanal alanların fiziksel görüntü, ses tonu ve yüz ifadelerini açığa vurmama ve diğer kullanıcılara görünür kılmamayı seçme şansı sunmasından dolayı; utangaç bireylerde fiziksel belirti olan “kızarmak” sanal alanda iletişim kurdukları insanlar tarafından fark edilmeyecek ve utangaç bireyler bunun kaygısını taşımayacaktır (Koydemir, 2010). Genç yetişkinler arasında yoğun olarak hissedilen; fiziksel olarak beğenilmeme, herhangi bir konuşmayı başlatamayacağı, başlatsa bile iletişimde başarılı olamayacağı, yüzü kızardığı zaman rezil olacağını düşüncelerinden dolayı utangaç genç yetişkinler sanal alanda kontrolü ellerinde tutabildiklerinden ve kendileriyle ilgili ne ölçüde paylaşımında bulunacaklarını kontrol edebildikleri için bu alanlarda daha rahat etmektedirler (Koydemir, 2010). Utangaç bireylerin sanal alanlarda kendini daha rahat ifade edebildiğini de dair araştırmalar da bu durumu desteklemektedir (Caplan, 2002, 2005, 2007, 2010). Yüz yüze iletişimde ve etkileşimde kendini rahat ve güvende hissetmeyen bireyler iletişim kurmak amacıyla sanal alanları tercih etmektedir. Sanal alanlarda yüz yüze iletişimlerde düşük öz-yeterlik algısına sahip ve korku, kaygı, yalnızlık ve utangaçlık gibi belirtilere sahip bireylerin sanal ortamları daha çok kullandığı belirtilmektedir. Bu sanal alanlar kullanıcılara istedikleri kimliğe bürünebilme imkânı verdiği yüz yüze ilişkilerde kendini başarısız olarak değerlendirenler yoğun bir şekilde bu alanlarda diğerleriyle iletişim kurmakta ve bir ilişki geliştirmektedir (Caplan, 2007) ve bireyler sanal alanlar aracılığıyla kurdukları iletişimlerle kolaylıkla onay ve kabul görmektedir (Tsai ve Lin, 2003). Sanal alan kullanımı ile ilgili araştırma bulguları gösteriyor ki; utangaçlıkta yaşanan rahatsızlıklar büyük oranda azalmaktadır. Utangaç bireyler sanal iletişimlerde, red edilme ve eleştirilme olasılıkları olmadığı için daha rahat davranmaktadırlar. Leary ve Dobbins’in (1983) bir çalışmasında yer alan katılımcının belirttiği gibi, “açıkçası, bilgisayar üzerinde birinin gülünç duruma düşmek ve dalga geçilmek tehlikesi yok ve başkaları sizi göremez, dolayısıyla gerçek bir reddedilme tehlikesi yok.” Utangaç bireyler, tamamıyla karşılanmamış olan duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamasına imkân veren; tanışma, sosyalleşme ve e-posta kullanım aracılığıyla fikir alışverişinde bulunma, ICQ, sohbetodaları ve yeni gruplara imkân veren, gerçek hayat ilişkilerinden daha samimi ve daha az tehdit edici olan sanal alanın bu özelliklerinin keyfini çıkarmaktadırlar (Chak and Louis Leung, 2004). Bu uygulamalar sayesinde utangaç olan insanların yüz yüze iletişim yerine sanal iletişimlerde daha başarılı olması mümkündür. Bundan dolayı utangaç insanlar sanal alanda kurdukları ilişkilerinde kendilerini daha iyi ifade edebilmekte ve sanal ilişkiler yaşayıp ait olma duygusunu yaşayabilmektedir. Bu yaşantılar sonucu birey sanal alanda kendisini daha tatmin olmuş hissetmektedir. Bundan dolayı utangaç bireyler sanal alanda kurdukları ilişkilere ve yaşantılara kendilerini daha bağımlı hissetmektedir. Li, Shi, ve Dang, (2014) yaptıkları bir çalışmada sanal iletişimin kişinin sosyal öz yeterliğini ve öznel iyi oluş düzeyini arttırdığını böylece utangaçlık düzeyini etkilediği bulgusuna ulaşmışlardır. Orr ve diğerleri (2009) yaptıkları çalışmada utangaçlık ile sosyal medyada geçirilen süre ve sanal

alanlara yönelik olumlu tutum arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Tüm bunlardan hareketle utangaçlık ile sanal bağlanma arasında bir ilişkiden söz edilebilir.

Diğer önemli faktör olan Arkadaş İlişkilerine baktığımızda ise özellikle genç yetişkinlerin yaşamında arkadaş ilişkileri, yakın ve duygusal ilişkiler önemli yer tutmaktadır. Arkadaş grupları ile ilişki bireye bağlılık ve ait olma duygusu sağlayarak bireyin kendine güven duygusunun gelişmesine katkı sağlamaktadır (Kulaksızoğlu, 2000). Rohner'in (2003) 4 yaşındaki 16 çocuk ve anneleriyle gerçekleştirmiş olduğu bir araştırmada ebeveyn- çocuk ve çocuk- akran ilişkileri hikayelerle incelenmiştir. Sonuçlara bakıldığında, annelerine güvenli bağlanan ve anneleriyle olumlu ilişkiler geliştiren çocukların arkadaşlarıyla da ilişkilerinin de olumlu olduğunu, işbirlikli ve yakın oyunlarda daha başarılı oldukları belirlenmiştir. Annelerine güvenli bağlanmayan ve anneleriyle olumsuz ilişkiler geliştiren çocukların akran ilişkilerinde daha saldırgan ya da kaçınmacı oldukları belirlenmiştir. Arkadaş ve akranları tarafından reddedilen çocuklarda; sosyal memnuniyetsizlik, arkadaş ilişkilerinden kaçınma, yalnızlık, çekingenlik, uyum problemleri, sınıf katılımlarında azalma, akademik başarısızlık gibi durumlar gözlemlenmektedir (Gülay, 2010). Arkadaş grubu tarafından genç yetişkinin kabul edilmesi ve arkadaşlarının kendisi hakkında iyi düşünceler taşıması, onun için birçok şeyden önemlidir. Bu bağlamda arkadaş gruplarıyla uyum gösteremeyen ya da onlarla yeterince vakit geçiremeyen genç yetişkinlerin yaşadıkları sosyal yalıtım süreci sonunda bu bireylerin sanal alanlara yönelip yaşadıkları sanal ilişkilere bağlanma örüntüsü geliştirdikleri görülmektedir.

Bu bağlamda genç yetişkinlik döneminde birey için birincil önem taşıyan arkadaş ilişkilerinde kabul görme ve doyum sağlama gibi ihtiyaçlarını karşılayamayan genç yetişkinler ait olma ve ilişki kurma ihtiyaçlarını sağlamak üzere kendilerine istedikleri kimliği yaratma imkânı veren sanal alanlara yönelip bu alanlarda sanal ilişkiler yaşadığı düşünülmektedir. Bunun sonucunda günlük yaşamlarında kendilerini bir yakın arkadaşına ve arkadaş grubuna ait hissetmeyen bireyler sanal alanlarda ilişkiler kurup, kendilerini sanal arkadaş gruplarına dahil edip burada ait olma, sevgi ve ilişki ihtiyaçlarını karşılamaktadır (Yücel ve Gürsoy, 2013). Bu ilişkiler sonucunda bireyin günlük yaşamında karşılanamamış ihtiyaç ve isteklerini sanal alanlar üzerinde karşıladığına yönelik duygusu genç yetişkinin git gide gerçek yaşamından uzaklaşıp sanal alanlarda kurduğu arkadaş ilişkilerine bağlılık hissetmesine neden olmaktadır. Farklı araştırmalardan (Baltacı, İşleyen ve Özdemir,2012; Zorbaz,2013) elde edilen bulgular, genç yetişkinlerde sanal ilişki ve arkadaş ilişkileri doyumu arasındaki bağlantıya işaret etmektedir. Buradan hareketle yakın ilişki kurma ve arkadaş gruplarına dahil olma istencini yoğun olarak yaşayan genç yetişkinlerin daha çok sanal bağlandığını söylenebilir.

Sonuç olarak sanal alanların yüz yüze olmayan iletişimle duygularını daha rahat ifade edebilme cazibesi, günlük yaşamında kişilerarası iletişimlerinde zorluk yaşayan bireyleri sanal ilişkiler kurmaya çekmektedir. Bu pek çok problem beraberinde getirmesine rağmen her geçen gün sanal ilişki kurmaya rağbet artmaktadır. Sanal alan kullanımının, sosyal medya bağımlılığının ve sanal ilişkilerin hızlı artışı bu konuda yapılacak araştırmaların daha da önemli hale geldiğini göstermektedir.

Sonuç ve Öneriler

Sanal bağlanma kavramının açıklanmasının amaçlandığı bu çalışmada sanal bağlanmanın ne olduğu, kimlerin daha çok sanal bağlandığı, sanal bağlanmanın bireyin yaşamına ve toplumsal yaşama olası sonuçları gibi konular tartışılmıştır. Sanal alan üzerinde yaşanan, bireylerin yüz yüze görüşüp vakit geçirmediği, reel yaşamda tanımadığı, sanal alanlarda tanıştıkları kişiler ile zamanlarının büyük bir kısmını birbirlerini düşünerek ve yazışarak geçirdikleri bir alandır. Bireylerin birbirleriyle iletişim kurmadıklarında huzursuzluk, kaygı, stres ve kaybetme endişesi gibi duyguları yaşadıkları ve birbirlerine sağladıkları aidiyet duygusuna, birbirlerine sağladıkları sosyal desteğe ve geliştirdikleri derin ve içten olan ilişkiye duydukları bağlanma olarak tanımlanan sanal bağlanmanın yaygınlığının her geçen gün arttığı tahmin edilmekle birlikte bunu ortaya koyacak araştırmalara da ihtiyaç duyulmaktadır. Bununla birlikte somut verilerle yaygınlığını belirlemeye yönelik çalışmalar yoktur. Dolayısıyla öncelikle bu tür veriler ortaya koymaya yönelik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca sanal bağlanma bireysel ve kültürel birtakım özellikleri içermektedir. Bu bağlamda kültüre has ölçme araçları geliştirilebilir. Türk toplumunun yapısal özellikleri dikkate alındığında sanal bağlanmanın tam olarak kabul gören bir ilişki yapısı olduğunu ifade etmek güç görülmektedir. Sanal alanlarda başlayan ilişkiler sıklıkla şaşkınlık ve kuşku ile karşılanmakta ve çoğunlukla onay görmemektedir. Toplumcu bir yaşamda olan kültürel yaşamda bu durum birtakım sorunlara neden olabilmektedir. Dolayısıyla bireyin duygusal birtakım ihtiyaçlarının karşılandığı bu ilişki şekli beraberinde başka problemlere de neden olabilmektedir. Bu bağlamda sanal bağlanmanın içerebileceği kişisel ve toplumsal örneklerin araştırılması önemli görülmektedir. Bu çerçevede özellikle nitel çalışmaların katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Sullivan, Maslow, Glasser (Gençtanırım ve Çetinkaya-Yıldız, 2018) gibi pek çok kuramcı bireyin yaşamında ilişki ihtiyacının önemine vurgu yapmaktadır. Bu noktada *sanal bağlanma bu ihtiyacı gerçekten karşılamakta mıdır? Birey ait olma, iletişim kurma, yakın ilişkiler geliştirme gibi temel psikolojik ihtiyaçlarına yönelik tam olarak doyum sağlayabilir mi? Sanal bağlanmayı neler yordar? Genç yetişkinlerin sanal bağlanma gerçekleştirmelerine sebep olan duygu veya duygular nelerdir? Sanal bağlanmanın olumlu ve olumsuz sonuçları neler olabilir?* Gibi pek çok soru akla gelmektedir. Özellikle ruh sağlığı alanında çalışan uzmanların sanal bağlanma kavramını ve onu etkileyen faktörlerin farkına varması sanal ilişki kuran danışanlarına daha sağlıklı hizmet vermelerini sağlayabilmeleri açısından bu soruların yanıtlarının ortaya koyulması için boylamsal araştırmalara her geçen gün daha fazla ihtiyaç duyulmaktadır. Genç yetişkinlerin gerçek ilişkilerden ziyade sanal ilişkilere aidiyet ve bağlanma hissetmesi sanal bağlanmanın toplumsal yaşama yansımalarını da önemli kılmaktadır. Sanal bağlanmayı açıklayan nicel ve nitel çalışmalar özellikle ruh sağlığı alanları için önemli görünmektedir.

Kaynakça

- Akdağ, C. (2017). *Genç yetişkin bireylerin anne-babalarıyla kurdukları ilişki örüntüsünün romantik ilişkilerindeki kaygı ve kaçınma düzeylerini yordama gücü*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Amichai-Hamburger, Y. and Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in Human Behavior*, 19(1), 71-80.
- Badler, N. (1997). *Virtual humans for animation, ergonomics, and simulation*. Pennsylvania: PenProceedings IEEE Nonrigid and Articulated Motion Workshop.
- Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi*. Yayınlanmış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Baker, A. (2005). *Double click: Romance and commitment among online couples*. Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Baker, L. and Oswald, D. (2010). Shyness and online social networking services. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(7), 873-889.
- Baltacı, Ş. H., İşleyen, F. ve Özdemir, S. (2012). Eğitim fakültesi öğrencilerinin romantik ilişki durumları ve sosyal ağ kullanımlarına göre etkileşim kaygısı ve sosyal destek algılarının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 25-36.
- Boellstorff, T. (2008). *Coming of age in second life: An anthropologist explores the virtually human*. New Jersey: Princeton University Press.
- Buote, V. M., Wood, E. and Pratt, M. (2009). Exploring similarities and differences between online and offline friendships: The role of attachment style. *Computers in Human Behavior*, 25, 560-567.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (Çev. E. Sarıoğlu). Ankara: Kaknüs.
- Büyükpapaşcu, H. (2011). *Ergenlikte romantik ilişkiler: İnternetin rolü*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Brunet, P. M. and Schmidt, L. A. (2007). Is shyness context specific? Relation between shyness and online self-disclosure with and without a live webcam in young adults. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 938- 945.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553-575.
- Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *Cyber Psychology and Behavior*, 10(2), 234-242.
- Chak, K. and Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyber Psychology and Behavior*, 7(5), 559-570.
- Choi, M., Kong, S. and Jung, D. (2012). Computer and internet interventions for loneliness and depression in older adults: a meta-analysis. *Healthcare Informatics Research*, 18(3), 191-198.
- Cooper, A. ve Sportolari, L. (1997). Romance in cyberspace: Understanding online attraction. *Journal of Sex Education and Therapy*, 22(1), 7-14.
- Demirtas-Zorbaz, S., Genctanırım, D. ve Kurt, A. (2015). An overview of young adults' opinions into cyber relation: Turkey sample. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186, 91-94.
- Deniz, M.E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 17(3), 5-9.
- Enç, M. (1980). *Ruh bilim terimleri sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Evans, S. (2012). Virtual selves, real relationships: an exploration of the context and role for social interactions in the emergence of self in virtual environments. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 46(4), 515-528.
- Fraley, R. C. and Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132.
- Genctanırım, D. ve Çetinkaya-Yıldız, E. (2018). *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Gerrig, R. J. and Zimbardo, P. G. (2017). *Psikoloji ve yaşam* (Çev. Gamze Sart, 19. ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Gilbert, R. (2011). Realism, idealization, and potential negative impact of 3D virtual relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 2039-2046.
- Gülay, H. (2010). *Okul öncesi dönemde akran ilişkileri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Hazan, C. and Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511.
- Hazan, C. and Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational frame work for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hercheui, M. D. (2011). A Literature review of virtual communities. *Information Communication and Society* 14(1), 1-23.
- Karaca, M. (2007). İnternet gençliği: Yeni bir gençlik tiplemesi denemesi, *E-Journal of New World Sciences Academy*, 2(4), C0027, 419-438.
- Karaduman, S. (2010). Modernizmden postmodernizme kimliğin yapısal dönüşümü. *Journal of Yaşar University*, 17(5), 2886-2899.
- Katz, J. and Aspden, P. (1997). A nation of strangers? *Communications of the Association for Computing Machinery*, 40, 81-86.
- Koydemir Özden, S. ve Erel, Ö. (2010). Psychological help-seeking: Role of socio-demographic variables, previous help-seeking experience and presence of a problem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 688-693.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi*. Remzi Kitapevi: İstanbul.
- Leary, M.R. and Dobbins, S.E. (1983) Social anxiety, sexual behavior, and contraceptive use. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(6), 1347-1354.
- Lenhart, A. and Madden, M. (2007). Teens, privacy and online social networks, Pew Research Center, Washington DC, 20.06.2015 tarihinde www.pewinternet.org/2007/04/18/teens-privacy-and-online-social-networks/ adresinden erişilmiştir.
- Li, C., Shi, X. and Dang, J. (2014). Online communication and subjective well-being in Chinese college students: The mediating role of shyness and social self-efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 89-95.
- Lin, M. P., Ko, H. C. and Wu, J. Y. W. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(12), 741-746.
- Main, M., Kaplan, N. and Cassidy J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 66-104.
- Morahan-Martina, J. and Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659-671.
- Orr, E. S., Sisic, M., Ross, C., Simmering, M. G., Arseneault, J. M., and Orr, R. (2009). The influence of shyness on the use of Facebook in an undergraduate sample. *CyberPsychology and Behaviour* 12(3), 337-340.
- Özdemir, Y., Kuzucu, Y. ve Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and internet addiction: How important is low self-control? *Computers in Human Behavior*, 34, 284-290.
- Özen, Ü. ve Sarıcı, M. B. (2010). Yalnızlık olgusu ve sanal sohbetin yalnızlığın paylaşımına etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24(1), 149-158.
- Özodaşık, M. (2001). *Modern insanın yalnızlığı*. İstanbul: Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Peplau, L. A. and Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley-Interscience.
- Peter, J., Valkenburg, P. M. and Schouten, A. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology and Behavior*, 9(5), 584-90.
- Pilkonis, P.A. (1977). Shyness, public and private, and its relationship to other measures of social behavior. *Journal of Personality* 45(4), 585-595.
- Rheingold, H. (2000). *The virtual community: Homesteading on the electronic frontier*. Massachusetts: MIT Press.
- Robins, K. (1999). *İmaj: Görmenin kültür ve politikası*. Nurçay Türkoğlu (Çev.), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

- Rohner, R. P., Khaleque, A. and Cournoyer, D. E. (2003). *Cross-national perspectives on parental acceptance-rejection theory*. Philadelphia: The Haworth Press.
- Russel, D., Peplau, L. A. and Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Stratton, J. (1997). *Cyberspace and the globalization of culture*. New York: Routledge.
- Taayıldız, Ö. (2010). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Tuna, C. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin ebeveynleriyle olan bağlanma ilişkisinin internet bağımlılığına etkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Türkçapar, M.H. (1999). Sosyal fobinin psikolojik kuramı. *Klinik Psikiyatri*, 2, 247-253.
- Tsai, C. C. and Liu, S. S. (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *Cyberpsy, Behavior, and Social Networking*.
- We Are Social. (2018). 25.06.2019 tarihinde www.slideshare.net/wearesocialsg/digital-in-2016 adresinden erişilmiştir.
- Widman L., Welsh D.P., Holmes, J.G., McNulty J.K. and Little KC. (2009). Sexual communication and contraceptive use in adolescent dating couples. *Journal of Adolescent Health*, 39, 893-99.
- Yang, S. C. and Tung, C. J. (2007). Comparison of internet addicts and nonaddicts in Taiwanese high school. *Computer in Human Behaviour*, 23 (1), 79-96.
- Yücel, N. ve Gürsoy, F. (2013). *Ergenlerin akran ilişkileri ile yalnızlık düzeylerinde internet kullanımının etkisi*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.