

BAĞLANMA*

(Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve)

Cindy HAZAN

Philip R. SHAVER

Çeviren: Prof. Dr. Ali DÖNMEZ

Son yıllar yakın ilişkilerle ilgili araştırmalarda çarpıcı bir artışa ve sosyal bilimlerde yeni bir ilişki bilimi alt dalının ortaya çıkışına tanık olmaktadır. Bugüne kadar, yeni ilişkiler bilimi veri ağırlıklı olmuştur. Bu makale artık ilerlemenin eldeki bulguları örgütlemek ve gelecekteki araştırmalara yol göstermek için kuram geliştirmeye bağlı olduğu inancı üzerine temellendirilmiştir. Ana görgül yazın dallarının seçmeli ve kapsamlı bir taraması yolu ile bağlanma kuramının yetişkin ilişkileri ile ilgili geniş bir bulgular dizinini kaynaştırabileceğini göstermeye çalışacağız. Dahası, bağlanma kuramı insanlarda duygusal bağların işlevleri, coşkusal dinamikleri, evrimsel kökenleri ve gelişimsel patikalarına ilişkin geniş bir dizi araştırma sorusunu gündeme getirmektedir. Yakın ilişkilerle ilgili kapsamlı bir kuramın hem arzulanır ve hem de var olan kuram ve kavramların bütünleştirilmesi ile başarılabilir olduğu sonucuna vartıyoruz.

Harry Harlow 1958'de şöyle yazmıştır:

Psikologlar olarak bize verilen görev insan ve hayvan davranışının bütün yönlerini bileşen değişkenlerine ayırarak çözümlenektir. Sevgi, aşk ya da tutku söz konusu olduğunda psikologlar görevlerinde başarısızlığa uğramışlardır. Sevgi ve aşk konusunda bildiklerimiz yalın gözlemlerden öteye geçmemekte, yazdıklarımızın daha iyisi şair ve romancılar tarafından yazılmaktadır (Harlow, 1958, p. 673).

* Psychological Inquiry. 1994, Vol. 5, No. 1, 1-2

Bugün, 30 yıldan daha uzun bir süre sonra, araştırma çabalarını bütünüyle kişisel ilişkilerin incelenmesine adanmış uluslararası bir araştırmacılar ağı vardır. Peki, yakın ilişkilerde bir ilerleme sağlayabildik mi? Kesinlikle evet.

Pek çok kişi, her yeni bilimde olduğu gibi, kişisel ilişkiler alanında da kendisinden ilkelerin çıkarılabileceği ve bir kuramın geliştirilebileceği betimsel bir bilgi temeline gereksinim olduğunu ileri sürmektedir (örneğin, Hinde, 1979; Rubin, 1984). Bu makale, yakın ilişkilerle ilgili 30 yılı aşkın süreli bir araştırma döneminden sonra anlamlı örüntüler ve örgütleyici ilkeler doğrultusunda bir arayışı haklı gösterebilecek kadar verinin artık toplanmış olduğu inancı üzerine temellendirilmiştir. İzleyen sayfalarda bağlanma kuramı (Bowlby, 1973, 1980, 1969/1982, 1988) üzerine odaklaşacağız. Bunu, var olan verileri örgütlemek amacıyla yapacağız. Aradığımız şey kapsamlı bir yakın ilişkiler kuramıdır ve burada önerdiğimiz de böyle bir kuramın özetidir.

Yakın ilişkiler için bir kuram arayışımızda, ülküsel olarak böyle bir kuramdan ne beklenir sorusunu sormaya zorlandık. Bu kuram hangi soruları yanıtlamalıdır? Biz, hiç değilse, aşağıdaki sorulara yanıtlar getirmesi gerektiğine inanıyoruz: Olası bir ilişkiyi ortaklar için istenir yapan şey nedir? Bir ilişki nasıl biçimlenir ve nasıl gelişir? İlişkiler nasıl korunur ya da sürdürülür, onları doyurucu ve kalıcı kılan şey nedir? İlişkiler niçin ve nasıl çözülüp koparlar? İlişkilerin bozulmasına tepkiler neler olabilir?

Bu temel noktaların ötesinde, kapsamlı bir kuram hem kuralsal (normatif) ve hem de bireysel-farklılık olgularına ilişkin modeller önermeli ve ilişkinin yaşamı boyunca kişinin genel uyumu ve işlevi üzerindeki rolünü açıklamalıdır. Yakın ilişkiler kurma yönündeki insan eğilimi ve bebektikten başlayarak yetişkinlik boyunca duygusal bağlarda gözlenen benzerlik ve farklılıkları da açıklayabilmelidir. En önemlisi, bir yakın ilişkiler kuramının halihazırdaki görgül bulgularla tutarlı ve uyuşabilir olmasıdır. Ek olarak, kendisine harcanan çabayı hak eden her kuram gibi, aşırı derecede cimri, sınınanabilir ve üretken olmalıdır. Kapsamlı bir yakın ilişkiler kuramını bekleyen "Haydi bakalım becerebilecek misin görelim" tavrı karşı konulması güç bir meydan okumadır. Kaynaştırılması gereken bulgu ve olguların çeşitliliğini düşünün bir kez: Karşılıklı bakışma sıklığı ortakların birbirlerine karşı duyduğu yakınlığın (sevginin) iyi bir göstergesidir (Rubin, 1973). Gereksinimlerimize özellikle

karşılık verir görünen insanlara aşık olmak eğilimindeyizdir (A.P. Aron, Dutton, E.N. Aron ve Iverson, 1989, Bersheid, 1984). Bebeklik sırasındaki yetersiz bakım yetişkinlerle daha sonraki sorunlu ilişkileri yordayıcıdır (Arend, Gove ve Sroufe, 1979). Kaygı eğilimli çocuklar çarpılmışa döndüren türden yıldırım aşkları geliştirmeye daha yatkındırlar (Hatfield ve Rapson, 1987). Labaratuvarında oluşturulan evlilik etkileşimi bağlamı içinde, fizyolojik uyarılma eninde sonunda evliliğin ölümünü yordar (Levenson ve Gottman, 1985). Yakınlık korkusu işe düşkünlükle (workaholism) ilişkilidir (Hazan ve Shaver, 1990).

Anababalarını ülküselletiren ergenler akranları tarafından düşmanca görülmektedirler (Kobak ve Sceery, 1988). Bir yakın ilişkinin sona ermesine karşı gösterilen en yaygın ilk tepki kaygıdır (Weiss, 1988). Engeller romantik tutkuyu arttırmak eğilimindedir (Driscoli, K.W. Davis ve Lipetz, 1972). Çocukluk sırasında anababının boşanması ile yetişkinlikte kronik yalnızlık arasında olumlu bir ilişki vardır (Shaver ve Rubinstein, 1980). İnsanlar yeni ilişkiye girdikleri ortaklarının eksiklik ve sınırlılıklarını görmezlikten gelmek eğilimindedirler (Tennov, 1979). ilişkiden alınan doyum çoğu kez ilk yıllarda düşer (Spanier, Lewis ve Cole, 1975). Bu örnekler daha çoğaltılabilir.

Yakın ilişkilerle ilgili bu ve başka gerçeklere tutarlılık ve bütünlük kazandıracak süreç ve yapı yasaları bulunabilir mi? Hali hazırdaki verilerin çoğunun derli toplu bir açıklamasının hem gerekli ve hem de olası olduğuna inanıyoruz ve bağlanma kuramının başlamak için iyi bir yer olduğunu düşünüyoruz. Şimdiki biçimi ile bağlanma kuramının yakın ilişkileri anlamak için gereksinim duyduğumuz her şeyi verdiğini söylemeye hazır değiliz. Bağlanma kuramının bazı sınırlılıkları karşılıklı bağımlılık kuramı (Kelley et al., 1983; Thibaut ve Kelley, 1959) ve ilişki öykülerinin karşılıklı olarak yapılandırılmasını vurgulayan kuramlarla pek ala giderilebilir (örneğin, Duck, 1991). Bu makalenin sonunda birbiriyle uyuşan alternatif kuramları nasıl gördüğümüze ilişkin daha fazla şey söyleyeceğiz.

Bağlanma Kuramı

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 1950 yılında John Bowlby'yi Londra'daki evsiz çocukların pek çoğunun ruhsal sağlığı üzerine bir bildiri sunmak üzere çağırdı. Bu çağrı erkek çocuklar arasında erken anneden ayrılmalarıyla daha sonraki suçluluk arasında olumlu

ve güçlü bir ilişkinin varlığına işaret eden “Kırkdört çocuk hırsız: Kişilikleri ve yaşamları”, (Bowlby, 1944) konulu makalesinin yayınından sonra geldi. Dünya Sağlık Örgütü Raporu (Bowlby, 1951), özellikle yaşamın ilk üç yılı içinde, anne yoksunluğunun çocukları artan ölçülerde fiziksel ve ruhsal hastalık riski altına soktuğuna işaret ediyordu. Etkili olmasına ve iyi kabul görmesine karşın, raporun önemli bir yetersizliği vardı: erken anne yoksunluğunun niçin ve nasıl böylesi kötüleştirci etkilere yol açtığını açıklamakta başarısızdı.

Bowlby psikoanalitik gelenekte eğitilmişti fakat daha çocuk terapisi uygulamalarına başlar başlamaz kendisini psikoanalitik kuramda yetersizlikler olarak algıladığı sorunlarla karşı karşıya buldu. Kuramın en eleştiriye açık yönü düşlem (fantazi) ve iç yaşam üzerinde, başka herşeyi dışlar biçimde, odaklaşması idi; iç psikolojik olaylarla karşılaştırıldığında çocuğun gerçek yaşam deneyimlerinin çok az önemi vardı. Ayrıca, psikoanalitik kuramla kendi gözlemleri arasındaki tutarsızlıklar da Bowlby’yi rahatsız ediyordu. Öyle ki, görevliler tarafından beslenip bakım görmelerine karşın kurumdaki çocukların aşırı sıkıntılı ve kaygılı ve hatta gelişmede başarısız olmaları psikoanalitik kuramın “çocuklar annelerini onunla açıklık güdüsünün doyurulması arasında bir çığırtım kurdukları için severler” görüşü ile uyuşmuyordu. Bowlby’nin psikoanalitik kurama ilişkin olarak zamanla artan doyumumsuzluğu onun Dünya Sağlık Örgütü raporunda sorduğu sorulara bir yant arayışı başlatılmasında etkili olmuştur.

Bu arayış onu bir çok bilimin yazınlarına götürdü, fakat o yanıtın önemli bir parçası olduğuna inandığı şeyi etnolojide buldu. Kuşların ve memelilerin bağlanma davranışları ile ilgili araştırmalar onun düşüncesinde özellikle etkili oldu. Bu araştırmalar onu anne yoksunluğunun giderek doğuştan getirilen bir gereksinimin doyumunu engellediği için gelişimsel olarak zararlı olduğu içgörüsüne götürdü. Dahası, Lorenz ve Tinbergen gibi etologların çalışmaları doğuştan ve içgüdüsel eğilimlerin bile elverişsiz çevrelerde nasıl çarpıtılabildiğini ya da gelişimde başarısız kalabildiğini gösteren çarpıcı örnekler sağladı. Hemen hemen 20 yıl sonra, Bowlby bağlanma kuramı üzerine üç temel cilt kitaptan ilkinin yayınladı. Bilinen nedenlerle, kuramın üzerine kurulduğu destekleyici bütün kanıtları gözden geçiremeyiz; onun için biz kuramın kendisinin açıklanması ile yetineceğiz (Kanıtlara ilişkin daha kapsamlı bir tarama için Bowlby’ye bakınız, 1973, 1980, 1969/1982).

Bağlanma Sistemi

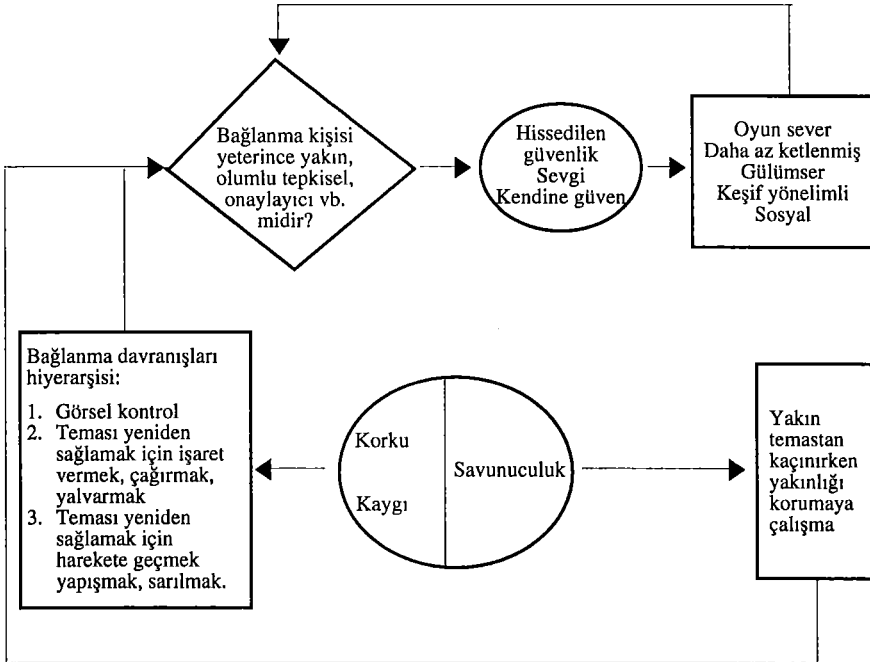
Bağlanma kuramının temel bir varsayımı, doğumlarında aşırı olgunlaşmamışlıkları nedeni ile insan bebeklerinin yalnızca bir yetişkin onlara bakmaya ve korumaya istekli olursa yaşayabilecekleri gerçeğidir. Doğal ayıklama baskılarının bir sonucu olarak, bebekler, bir koruyucu ya da bakıcıya yakınlığı koruma işlevi gören davranışlar geliştirirler. Yetişkin bakımı tamamlayıcı bir davranışsal sistem tarafından düzenlenir. Bebekler gülümserler ve anababalar bunu ödüllendirici bulurlar. Bebekler ağlarlar ve anababaları onları rahatlatmaya güdülenirler. Anababalar uzaklaştıklarında bebekler görsel ya da fiziksel olarak onları izlerler. Bu iki sistem bebeğin hayatta kalmasını destekleyen ya da sağlayan türden bir ilişkinin yaratılmasında işbirliği yaparlar. Davranışsal bir sistem, morfolojik olarak farklı olabilmesine karşın, aynı işleve hizmet eden bir davranışlar takımından oluşur (örneğin, ağlama, gülümseme ve izleme gibi). Bağlanma sistemi bazı bakımlardan beden ısısını, kan basıncını ve benzerlerini düzenleyen fizyolojik sistemlere benzer. Fiziksel yakınlığı (proximity) korumaya gerçek ya da algılanmış herhangi bir engel kaygı ile sonuçlanır, kaygı da sırasında yakınlığı yeniden kurma amaçlı bağlanma davranışlarını başlatır. Böyle davranışlar yakınlık için “konulan amaç” gerçekleştirilene kadar ısrarlıdır. Kaygıyı kutusunda tutmak için gerekli yakınlık derecesi çocuğun yaşını, duygusal ve fiziksel durumunu ve algılanan çevresel tehdidi de içeren değişik bir dizi iç ve dış etmenle ilişkilidir. Yakınlığın sağlanıp korunması güvenlik ve sevgi duygularına yol açarken, ilişkide herhangi bir kesinti genellikle kaygıya ve bazen de kırgınlığa ya da üzüntüye neden olur (belirli değerlendirmelere bağlı olarak). Böylece, Bowlby bir bağlanmanın duygusal bir bağ olduğu görüşündedir.

Bağlanma keşfi, bakımı, toplumsallığı ve cinsel birleşmeyi de içeren belirgin fakat iç içe geçmiş davranışsal sistemlerden biridir. Her sistem benzersiz işlevleri yerine getirir ve farklı çevresel ipuçlarına tepkide bulunur. Hiç değilse bebeklik ve çocukluk sırasında bağlanma, başat olan sistemdir ve tam olarak etkinleşmesi diğer sistemlerin de etkinleşmesi için bir işaret niteliği taşır. Çocuk “his-sedilen güvenliği” (Sroufe ve Waters, 1977) yaşadığı sürece, bağlanma sistemi durağandır ve diğer davranışsal sistemler etkinleşmeye hazır hale gelirler. Ancak, bağlanma kişinin (figürü) ulaşılabilirliği zaman zaman yoklanır ve bu devam eder. Evrimsel deyişle, gereksinim duyulduğunda karşılık verebilecek tanıdık bir koruyucu var olduğu sürece, oyunlara katılmak ya da keşfe çıkmak

için kendisini yeterince güvende hissetmek, insan yavrusu için uyuma hizmet etmiştir. Herhangi bir tehdit ya da güçlü bir belirsizliğe karşı en güvenli tepki bütün dikkat ve enerjiyi yakınlığı yeniden sağlamaya harcamaktır (Bir bağlanma sistemi modeli için Şekil 1'e bakınız).

Bağlanmanın Biçimlenmesi (Kurulması)

Çocuklar görünüşte bağlanma davranışlarını ulaşılabilir herhangi bir kişiye yönlendirebilirler. Ancak gerçekte yaşamın 6. ya da 7. ayına kadar bütün normal bebekler bu davranışları kendi seçimlerine bağlı olarak kendisiyle yakınlık kurmak istedikleri ve kendisinden ayrı kalmaya itiraz ettikleri bir tek kişiye yöneltirler (Schaffer ve Emerson, 1964). (Ayrıca, Mizukami, Kobayashi, Ishii ve Iwata'ya bakınız, 1990). Bu kişi nasıl seçilir? Bebekler için kesinlikle önemli olan kişi sıkıntı ya da zorlanmışlık işaretlerine olumlu tepki veren kişidir. Ayrıca, bu tepkinin ya da yanıtın niteliği (kalitesi) de önemlidir. Böylece, tanıdıklık ve olumlu tepkisellik



Şekil 1. Davranışsal bağlanma sistemi. Eşkenar dörtgendeki sınama sorusudur (G.A. Miller, Galanter ve Pribram, 1960). Daireler sınama sorusunu yanıtlayan değerlendirmelerin başlattığı duyguları ve kutular da değerlendirme ve duygulardan kaynaklanan davranışları temsil etmektedir.

(karşılık vericilik) tercihleri belirler ve bağlanma kişinin seçimini etkiler.

Bağlanmanın işlevleri bebeğin davranışında açıkça görülmektedir. Bağlanma kişisine yakınlık bebek herhangi bir nedenle sıkıntıda olduğunda ya da korktuğunda özellikle aranmak eğilimindedir. Bakıcı böyle zamanlarda bebeğin rahatlamak ve kendisini yeniden güvende hissetmek için geriye dönebildiği bir güvence üssü işlevi görür. Dahası, bakıcı bebeğin keşif gibi bağlanma dışı davranışlara girebilmek için zaman zaman ayrılıp geri döndüğü bir güvenli sığınak işlevi görür. Bowlby'e göre, *yakınlığı koruma* (yakınlık kurma çabasını ve ayrılık protestosunu da içerecek biçimde), *güvenlikli üs ve güvence üssü* bağlanmanın üç tanımlayıcı özelliği ve bağlanma ilişkisinin üç temel işlevidir (Şekil 2'ye bakınız).

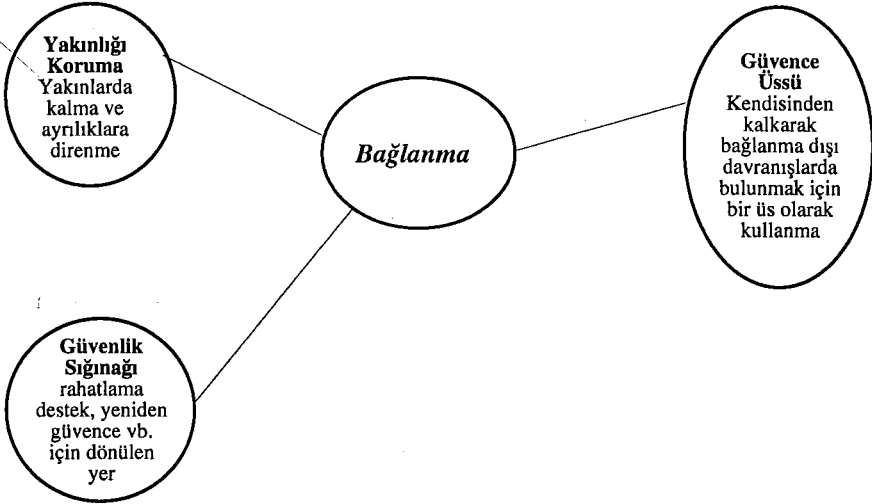
Bağlanmanın biçimlenmesi süreci ortalama 2 ya da 3 yıl alır (Bowlby, 1979, 1969/1982). Sürecin sona erme noktasına *amacı koşullara göre düzeltilmiş* ortaklık adı verilir ki, burada yakınlığı korumanın amacı, çocuğun doyumunu erteleme ve bakıcının ulaşılabilirliğini bilişsel olarak temsil edebilme yeteneğine göre düzeltilmiş ya da ayarlanmıştır. Bu noktada, bakıcı ve çocuk aralarındaki ilişkinin koşullarını görüşmeye ya da pazarlık etmeye başlayabilir ve her biri kendi amacı hakkında sözel iletişime girebilir, amaçlarını eşgüdümlü hale getirebilirler.

Bağlanmada Kopukluk ve Çözülme

Bowlby'nin bağlanmaya ilişkin araştırmaları anne yoksunluğuna olan ilgisinden kaynaklanmıştır. Uzunca dönemler için (bazen tümüyle) tanıdık bakıcılarından ayrılmış ve yerel çocuk bakımevlerine yerleştirilmiş bebek ve çocukları gözledi. Çocukların tepkilerinin iki yönü Bowlby'ye çok çarpıcı geldi. İlk olarak, ayrılıklara tepkileri bakımından çocuklar arasında büyük bir benzerlik vardı. Giderek kestirilebilir ve değişmez bir duygusal tepkiler sırası sergiliyorlardı. Bunların ilki ağlamayı, etkin araştırmayı, başkalarının sakinleştirme çabalarına direnci içeren *protesto* idi. Bunu *umutsuzluk* izliyordu. Arkasından edilgenlik (pasiflik) ve açık üzüntü ile özellik kazanan *umutsuzluk* geliyordu. Üçüncü ve son evre *duygusal kopma* idi.

Çocukların anne yoksunluğuna tepkilerinin ikinci yönü, kısa süreli ayrılıkların bile uzun süreli etkilerinin olması idi. Hala protesto evresindeyken bakıcıları ile yeniden bir araya gelen çocuklar

terkedilmeye karşı daha yüksek bir kaygı düzeyi, fiziksel temas ve ayrılmama güvencesi için daha aşırı bir gereksinim sergiliyorlardı. Bu güvensizlik, bazı durumlarda ayrılığın bitiminden aylar sonrasına kadar devam ediyordu. Umutsuzluk evresini geçtikten sonra yeniden birleşenler, başlangıçta ayrılıkla sanki duygusal olarak bakıcılarından koparak başa çıkmışlarcasına, anneleri ile temastan kaçınmak eğilimindeydiler. Ancak, zamanla temas ve rahatlık aramaya yeniden başlıyorlardı.



Şekil 2. Bağlanmanın tanımlayıcı yönleri

Bowlby'e göre, kaygı, protesto ve hatta kopma tepkileri çocuğun temel koruyucusundan ayrılmaya karşı gösterdiği yüksek düzeyde uyumsuz (yani uyuma hizmet eden) tepkilerdir. Bir çocuk sıkıntısını ifade eder çünkü bu bakıcıyı çevreye getirir. Ancak, eğer, yakınlığı yeniden sağlama umudu kalmamış görünüyorsa sürekli sıkıntı ifadesi yalnızca yırtıcıların dikkatini çekme riski (insan evriminin erken dönemlerinde gerçek bir risk) taşımakla kalmaz aynı zamanda fiziksel olarak da çocuğu tüketir. Umutsuzluk evresinin ayırıcı (karakteristik) edilgenliği çocuğu sessiz ve hareketsiz tutarak iyileşmesine izin verir. Kopma normal etkinliğin başlamasını, hatta büyük bir olasılıkla, yeni bir bağlanma kişisi arayışını olanaklı kılar. Tıpkı rutin yakınlığı koruma gibi, uzun ayrılıklara tepkiler de bağlanma sisteminin işlerliğini yansıtır.

İçsel Çalışan Modeller

Bağlanma sistemi toplumsal girdiler, özgül olarak sıkıntı sinyallerine temel bakıcı tepkiselliği tarafından örgütlenen ve düzenlenen organizma-düzeyinde bir sistemdir. Bakıcı ile yinelenen etkileşimler temelinde, bebekler ne bekleyeceklerini öğrenir ve davranışlarını buna göre ayarlarlar. Bu beklentiler birbirleriyle ilişkili kendilik ve bağlanma kişiliği modellerini içeren bilişsel temsilleri ya da Bowlby'nin deyimini ile *içsel çalışan modelleri* oluştururlar. Bu temsiller bakıcı ulaşılabilirlik ve tepkiselliğini kestirmede kullanılabilen bilişsel temsillerdir.

Bir bağlanma kişinin ulaşılabilirliği dışında, olumlu tepkiselliğine duyulan güven iki değişkene bağlı görülebilir: (a) bağlanma kişinin genel olarak destek ve koruma çağrılarına karşılık veren türden bir kişi olarak görülüp görülmediği; ve (b) kişinin kendisine karşı herkesin, özellikle de, bağlanma kişinin yardımcı davranabileceği türden bir kişi olarak görülüp görülmediği. Mantıksal olarak, bu değişkenler birbirlerinden bağımsızdırlar. Uygulamada ise, birbirleriyle karışmış durumda olmaları olasılığı yüksektir. Sonuç olarak, bağlanma kişisi modeli ve kendilik modeli birbirlerini tamamlayıcı ve karşılıklı olarak birbirlerini doğrulayıcı biçimde gelişmek eğilimindedirler (Bowlby, 1973, s. 238).

Böylece, bağlanma kuramı bağlanan kişinin kendisine ilişkin inanç ve duyguların, özellikle de toplumsal (sosyal) ve bütünsel (global) kendine saygının, bir ölçüde, bakıcı çevrenin rahatlık ve güvence gereksinimlerine karşılık vericiliği tarafından belirlendiğine işaret etmektedir (Cassidy, 1988). Bowlby'ye göre, bu modeller daha sonraki yakın ilişkilerde düşüncelere, duygulara ve davranışlara yol gösterirler.

Bireysel Farklılıklar

Kuramsal ve mantıksal olarak, bakıcı çevre modellerinde var olabilecek değişkenlik miktar ve çeşidi için bir sınır yoktur. Gerçekte ise, bebekler bakıcıya ilişkin bilgi akışını sınırlı bir sayıda kategori içinde çözümlerler. Bu kategoriler izleyen sorulara verilen tepkilere karşılıktırlar: Bağlandığım kişinin gereksinim duyduğumda ulaşılabilir ve olumlu tepkisel olacağına güvenebilir miyim? Bu soruya olası üç yanıt vardır: evet, hayır ve belki. Diğer bir deyişle, içsel çalışan modeli ilgilendirdiği kadarı ile bir bakıcı tutarlı olarak olumlu tepkisel yani yanıtlayıcı, tutarlı olarak tepkisiz ya da tutarsızdır. Gerçekte, bu üç tür bakıcı tepkiselliği görgül olarak üç temel bebek-bakıcı bağlanma örüntüsü ile ilişkilendirilmiştir (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978).

Bağlanmanın niteliğini değerlendirmek için Ainsworth'un geliştirdiği işlem, tanınmayan bir çevrede bakıcısından ayrılıklar yolu ile bir bebeğin bağlanma sistemini etkinleştirmeyi amaçlıyordu. Ayrıca, çekici oyuncaklar sunarak keşif sistemini etkinleştirmeyi de amaçlıyordu. Ainsworth, özellikle, bebeklerin yakınlık ve temas aradıkları, böylesi temaslarda ne dereceye kadar kabul edildikleri ve rahatlatıldıkları, bakıcının davranışlarının keşif davranışlarını kolaylaştırıp kolaylaştırmadığı sorularının yanıtları ile ilgileniyordu. Diğer bir deyişle, yakınlığı koruma, güvenli sığınak ve güven- celi üs davranışlarını gözlemek istiyordu. Laboratuvar ortamındaki bebek davranışının, bebeğin temas ve rahatlama sinyallerine bakıcı- nın geçmişteki olumlu tepkisellik düzeyi üzerine kurulan beklenti- leri işleyen içsel modelleri yansıttığı varsayılıyordu. Modellerin kendilerinin bir gerçek etkileşimler tarihi (geçmiş) üzerine kurul- duğu kabul ediliyordu. Ev gözlemleri günlük bakıcı olumlu tepki- selliği ile bebek laboratuvar davranışı arasındaki bağlantıyı doğrula- mıştır. Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) yazdıkları üzerine kurulu izleyen paragraflar üç ana örüntüyü betimlemektedir.

Güvenli Bağlanma. Güvenli olarak bağlanmış bebeklerin davranışları, yakınlığı koruma, rahatlık arama ve bakıcıyı keşif için güvence üssü olarak kullanma yeteneği açısından Bowlby'nin doğanın orjinal modeli kavramlaştırmasına uymaktadır. Laboratu- arda en yaygın biçimi ile güvenli bağlanmış bebek annesi odayı terkettiğinde huzursuz olmuş, geri döndüğünde rahatlamış ve ya- nında olduğu sürece etkin keşfe girişmiştir. Laboratuvar ziyaretle- rinden önce yapılan ev gözlemleri sırasında, bakıcılar tutarlı bir biçimde ulaşılabilir ve olumlu tepkisel olarak değerlendirilmişler- dir. Bu, Amerikan örneklemelerinde ortalama %60'ı bulan ve en yaygın olarak gözlenen örüntüdür (Campos, Barrett, Lamb, Gold- smith ve Stenberg, 1983).

Kaygılı/Kararsız (İki Yönlü) Bağlanma. Evde gözlenen kaygı- lı/kararsız bağlanmış bir bebeğin bakıcısı bebeğin sinyallerine tu- tarsız tepkisellik göstermiş, bazen ulaşılabilir olmuş ya da tepkisiz kalmış, başka zamanlarda çocuğun etkinliklerini kesintiye uğrat- mıştır. Laboratuvarında, kaygılı/kararsız bağlanmış bebekler hem kay- gılı ve hem de kızgın görünmüşler ve zihinleri bakıcıları ile o kadar meşgul olmuştur ki, artık keşfe çıkamaz hale gelmişlerdir. Bu en az gözlenen örüntüdür, Amerikan örneklemelerinde ortalama %15'i bulmaktadır (Campos et al., 1983).

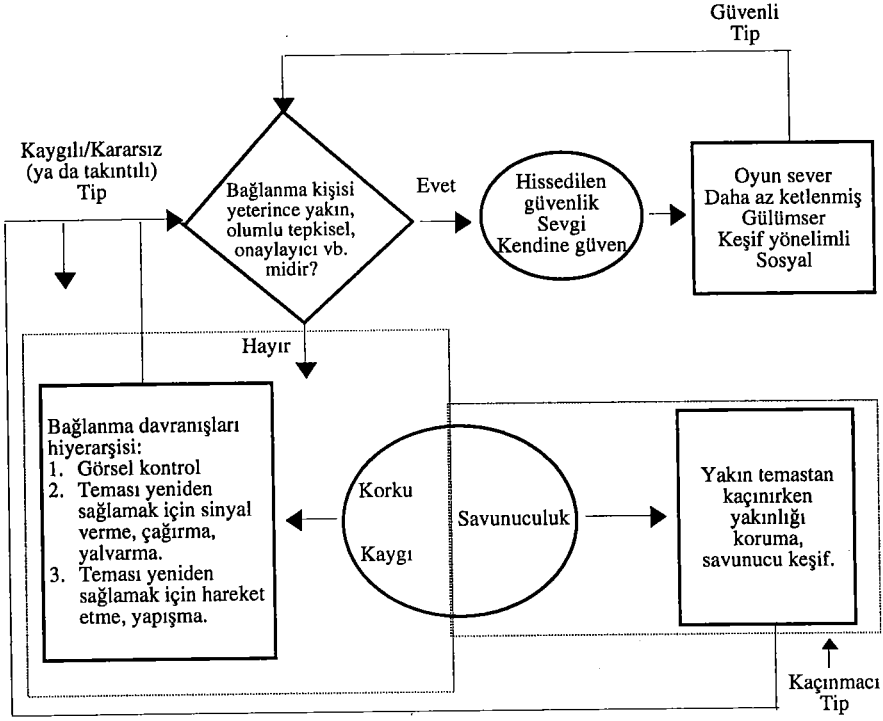
Kaygılı/Kaçınmacı Bağlanma. Evde kaygılı/kaçınmacı bağlanan bebeklerin bakıcıları çocuklarının rahatlatma ve özellikle de yakın bedensel temas arzularını tutarlı olarak reddetmiş ya da caydırmışlardır. Labaratuvar ortamında ise bu bebekler ayrılıklardan etkilenmez ya da huzursuz olmaz görünmüşler, bakıcıları ile temas-tan kaçınmışlar ve dikkatlerini oyuncaklarına odaklaştırır görünmüşlerdir (güvenli bağlanmışlarla karşılaştırıldığında, daha az ilgi ve coşku sergilemelerine karşın). Amerikan bebeklerinin ortalama %25'i kaçınmacı bağlanmışlar sınıfına girmektedir (Campos et al., 1983).

Bakıcının psikolojik ulaşılabilirliğinin etkileri fiziksel ulaşılabilirliğin etkilerine çok benzerdir. Bu önemlidir. Tutarlı olumlu tepkisellik işlevsel olarak kısa süreli ayrılıklara eşittir ve buna uygun bağlanma örüntüsü-kaygılı/kararsız- aynı protesto davranışları ile kendini belli eder. Tutarlı bakıcı tepkisizliği, tıpkı uzun süreli ayrılıklar gibi, kaçınma ve açık duygusal kopma ile sonuçlanır. Yine davranışların izi bağlanma davranışsal sisteminin örgütleniş ve işlev görüş biçimine kadar sürülebilir (Şekil 3'e bakınız).

Son yıllarda, araştırmacılar **dağınık/yönü belirsiz bağlanma** adı verilen bir bağlanma sitili daha ortaya çıkarmışlardır (Main ve Solomon, 1990). Bu örüntü kaygıyı kontrolde tutarlı bir stratejinin yokluğu ile belirginlik kazanır ve kaçınmacı, kararsız davranışların bir karışımı olarak ortaya çıkar. Araştırmalar bu örüntünün bebeklikte, bebeğin temel bakıcısı depresyona girdiğinde, rahatsız olduğunda ya da belirli bir biçimde çocuğunu istismar edici davrandığında ortaya çıktığı görüşünü desteklemektedir (örneğin, Crittenden, Crittenden, 1988; Main ve Hesse, 1990).

Bireysel Farklılıkların Kaynak ve Kararlılıkları

(1) Bakıcının olumlu tepkiselliği bağlanma ilişkisinin niteliğini büyük ölçüde belirler. (2) Çalışır durumdaki bağlanma modelleri kararlı olmak eğilimindedirler. Bunlar bağlanma kuramının belki de en tartışmalı iki savıdır. Birçok yazar bağlanma kuramını bebeğin özelliklerini (karakteristikleri), özellikle de, mizacını (temperament) dikkate almaktaki açık başarısızlığı, (örneğin, Campos et al., 1983; Lamb, Thompson, Gardner, Chernov ve Estes, 1984) ve, bazılarının büyüme ve değişmeye az da olsa izin verir gördükleri, belirgin deterministik gelişim anlayışı nedeniyle eleştirmektedirler. Mizaç üzerindeki tartışma henüz bir sonuca bağlanmış değildir, fakat hem mizacın ve hem de bakıcı olumlu tepkiselliğinin bağlan-



Şekil 3. Kuralasal (norematif) bağlanma sistemi dinamiğinin değişik yönlerine karşılık gelen üç temel bağlanma örüntüsü.

manın niteliği üzerinde önemli etkilerinin bulunduğu ilişkin kanıtlar artmaktadır. Örneğin, mizaca ilişkin bir özellik-sıkıntıya yakınlık- ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur (Goldsmith ve Alansky, 1987). Öte yandan, sıkıntıya eğilimli bebeklerin bakıcılarının olumlu tepkisellik eğitiminden geçirilmeleri daha sonraki güvensiz bağlanma riskini ortadan kaldırır görünmektedir (Van den Boom, 1990). Hiç değilse bir çalışma (Corckenberg, 1981), anne ile ilgili sosyal desteğin mizaçla bağlanma arasındaki ilişkiye aracılık ediyor olabileceğine işaret etmektedir. Bugüne kadar, hiçbir araştırma bağlanmanın sınıfını yordamada mizacın bakıcı olumlu tepkiselliğinden daha iyi olduğunu göstermemiştir. Dahası, tutarlılık ve bakıcı olumlu tepkiselliğinin bebeklerde bağlanma davranışının önemli belirleyicileri olmadıkları sonucuna götürebilecek yayınlanmış hiç bir bulgu yoktur (Kapsamlı bir tarama için Colin'e bakınız, 1991).

Bazı bakımlardan bireysel farklılıkların kararlı olup olmadıklarına ilişkin tartışmanın sonucu daha da belirsizdir. Ainsworth'un üç örüntüyü kimliklemesinden sonraki araştırmalar (örneğin, K.E. Grossmann ve K. Grossmann, 1991; Main, Kaplan, Cassidy, 1985; Sroufe, 1983; Waters, 1978), eğer aile koşulları kararlı ise bu örüntülerin yaşamın ilk birkaç yılı boyunca genellikle kararlı kaldıklarına, fakat çocuğun sosyal koşullarının değişmesine bağlı olarak değişebileceklerine işaret etmektedirler (Egeland ve Farber, 1984; Vaughn, Egeland, Sroufe ve Waters, 1979). Bağlanma kuramı bebeklik sırasında gözlenen bireysel farklılıkların tam bir kararlılığını savunmamaktadır. Ancak, yine de, her bilişsel yapı ile olduğu gibi, bir ölçüde, aşırı öğrenilmek ve bilinç dışı işlemek eğiliminde olduklarından; bir ölçüde de gelen bilgileri işlemek için izlenen kusurlu stratejinin bilgileri uyuşturup yerleştirmek için şemaları değiştirmek yerine, bunları var olan şemalarda özümlediklerinden, içsel çalışan modeller de değişikliğe karşı dirençlidirler (Fiske ve Taylor, 1991; Piaget, 1952).

Güvensiz bağlanma modellerinde olduğu gibi, savunucu duygusal süreçlerde de aşırı öğrenilmiş bilişsel ve davranışsal örüntüler birbirine karıştığında değişim zor olabilir. Çalışan içsel modellerin kararlı mı yoksa kararsız mı oldukları sorusundan çok, hangi koşullar altında değişime en çok ve en az açık oldukları sorusu daha anlamlıdır. Bowlby (a) kişinin kendi çalışan modelleri üzerinde düşünme ve derine inme kapasitesini, (b) "düzeltici" ilişki deneyimini de içeren değişikliğe götürücü olası bir çok yola işaret etmiştir. Bunların her ikisi de kendilerini iyi sağaltıcı (terapatik) ilişkide gösterirler (Bowlby, 1988). Bağlanma sisteminin dinamikleri ve doğuştan güvenlik gereksinimi konularında bilinenler ışığında, değişkenliğin güvensiz bağlanmadan çok güvenli bağlanma doğrultusunda olması olasılığı daha yüksek görünmektedir. Bağlanma sisteminin "öncelikli stratejisi" (Main, 1990) her zaman güvenlik aramak olmalıdır. Kuşkusuz, eğer güvenlik olanaklı görünüyorsa, eğer söylenenlerle tutarlı olarak, güvenli bağlanmaların daha kararlı oldukları görülmektedir (Egeland ve Farber, 1984). Dahası, ilişkilerin kaçınmacı bir türünden güvenli bir türe doğru gidiş, uzun süre bastırılmış güvensizliklerin bilinmesini gerektirecektir ve bu nedenle de, bir kaygı/kararsızlık ara evresi gerektirebilir. Gerçekte, Heinicke ve Westheimer (1966) uzun ayrılıklardan sonra bakıcılarıyla yeniden bir araya gelen çocukların başlangıçta kaçınma davranışı gösterdiklerini gözlemişlerdir. Bu kaçınma evresini, en sonunda normal davranışa (ayrılık öncesi) yeniden dönmeden önce, bir

sarıлма ve zihinsel meşguliyet (takıntı) dönemi (örneğin, kaygılı/kararsız) izlemektedir.

Bebeklikte biçimlenen bağlanma örüntülerinin yaşam boyu değişmez kalması gerekmez. Genel olarak, bilişsel yapılarla olduğu gibi, çalışan içsel bağlanma modelleri de kararlılık -esneklik çıkmazı sorunu ile karşı karşıyadırlar (Grossberg, 1980). Bilişsel modeller kararlılık isterler fakat uyumsuzluk ve yararlılıklarını sürdürebilmek için de esnek kalmak zorundadırlar. Bugüne kadar, boylamsal çalışmalar yaşamın ilk bir çok ayı ve yılı boyunca bağlanma örüntülerinde anlamlı ancak pek de tam olmayan bir sürekliliğe işaret etmektedirler (Cassidy, 1988; Oven, Easterbrooks, Chase-Lansdale ve Goldberg, 1984; Waters, 1978). Eninde sonunda, bebeklikten yetişkinliğe ve yetişkinlik boyunca süreklilik derecesi ile değişimi kolaylaştıran koşullar görgül olarak belirlenmelidir.

Bebekliğin Ötesinde Bağlanma

Bağlanma “beşikten mezara” insan davranışının bütünüleyici bir parçasıdır (Bowlby, 1979). Bağlanma davranışsal sisteminin işlem ve dinamiklerinin yaşam boyunca hemen hemen aynı kaldığı düşünülmektedir. Varsayımsal olarak, bunun nedeni bağlanma sisteminin sinirsel temelinin büyük ölçüde değişmeden kalmasıdır. Kroner’in (1982) de belirttiği gibi, “Eğer güçlü bağlanmayı gerekli kılan değişik ortamlardaki duygu ve eylemlerin yararlandığı aynı temel kapasitelerden yararlanmayacaksa, beynin evrimini, cimri olarak nitelendiremez, tersine cömert olarak nitelendirmek zorunda kalırdık” (s. 298).

Bazı temel benzerliklere karşın, yetişkin bağlanması önemli açılardan bebek bağlanmasından farklılıklar gösterir (Weiss, 1982). İlk olarak, çocukluk bağlanmaları, en yaygın biçimleri ile tamamlayıcıdırlar. Bir bağlanma kişisi bakım verir, bakım almaz; bir bebek ya da çocuk güvenlik arar, güvenlik sağlamaz. Tersine, yetişkin bağlanma ilişkileri, en yaygın biçimleri ile karşılıklıdırlar. Her ortak aynı zamanda hem bakım verici ve hem de bakım alıcıdır. Dahası, bağlanma ilişkisi dışsal, gözlenebilir etkileşimler düzeyinden içsel olarak temsil edilen inanç ve beklentilere doğru ilerlerler (Main et al., 1985). Bebek ve küçük çocuklar kendilerini tam anlamı ile güvende hissedebilmek için bir bağlanma kişisi ile fiziksel temas gereksinimi duyabilirlerken, daha büyük çocuklar ve yetişkinler genellikle sadece bağlanma kişilerinin eğer gerekirse doku-

nulabilecekleri bilgisini rahatlama kaynağı olarak kullanabilirler (fiziksel temas rahatlığı gereksiniminin hiç bir zaman bütünüyle kaybolmamasına karşın). Önemli olan, "hissedilen güvenlik" tir (Sroufe ve Waters, 1977), bunu başarmak için yetişkinler bebeklerden daha fazla seçeneğe sahiptirler.

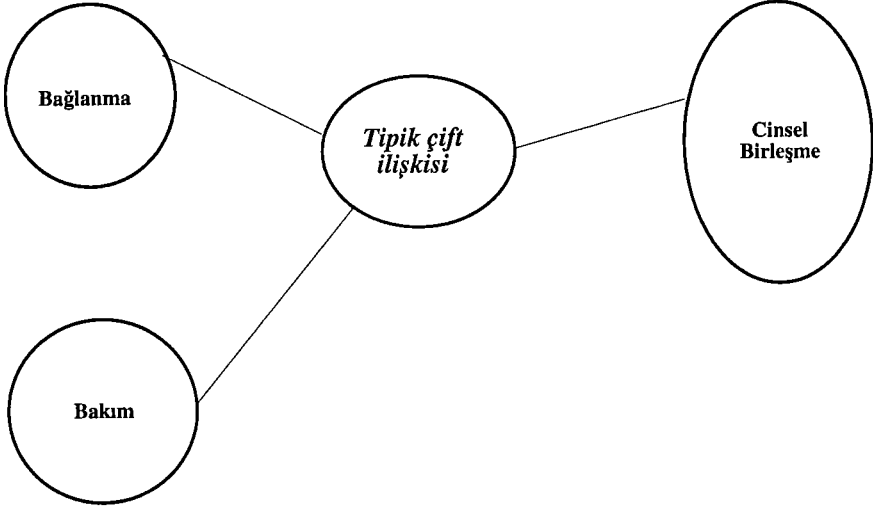
Diğer bir farklılık da bir çocuğun asıl bağlanma kişisi genellikle anne ya da baba iken, bir yetişkinin bağlanma kişisi en yaygın biçimi ile bir akran, genellikle de bir cinsel ortaktır. Böylece, en alışılmış yetişkin bağlanma ilişkileri üç davranışsal sistemin bütünleştirilmesini gerektirir: bağlanma, bakım ve cinsel birleşme (Shaver, Hazan ve Bradshaw, 1988; Weiss, 1982. (Şekil 4'e bakınız).

Bununla ilgili olarak, yakınlık arayışını neyin güdülediğine ilişkin farklılıklar vardır. Kaygı ve sıkıntı bütün yaşlar için temel güdüleyiciler olarak görünmektedirler. Ancak, yetişkin yakınlık arayışı ayrıca koruma ya da rahatlatma (bakım verme) ya da cinsel etkinlikte bulunma (cinsel birleşme) isteği sonucu olabilir. Bağlanmaların fiziksel yakınlık bağlamında biçimlendikleri fakat böyleleri yakınlığı sağlayan güçlerin gelişimle değişebileceği düşünülmektedir.

Eğer akranlar, bebeklik ve çocukluk sırasında öncelikle anababanın sorumlu olduğu aynı işlevleri yerine getirmeye, duygusal destek ve güvenlik için aynı gereksinimleri doyumaya başlarsa, bir noktadan sonra bağlanma anababadan akranlara geçecektir. Bu geçişin zamanlaması ve gereken süreç kuram tarafından özgülleştirilmemiştir. Ancak, kuramdan ve anababa-çocuk ve akran ilişkileri üzerine yazından (örneğin, Fureman ve Buhmester, 1985; Gottman, 1983; Hurtup, 1983; G. Levinger ve A.C. Levinger, 1986; Rubin, 1980, Steinberg ve Silverber, 1986) bir süreç türetilir. Model (Hazan, Hutt, Sturgeon ve Bricker, 1991). bütün bağlanma işlevlerinin hepsinin birden aynı anda yön değiştirmekten çok, yavaş yavaş ve birer birer anababadan akranlara geçtiği varsayımı üzerine kurulmuştur. Bu modele göre, bağlanmalar yakınlık arayışı ile başlarlar (anababaya yöneldiklerinde güvenlik, akranlara yöneldiklerinde ise keşif ve toplumsallık gereksinimleri ile güdülenirler). Geç çocukluk ve erken ergenlik yıllarında yakınlık sonuçta destek arama (örneğin, güvenli sığınak) davranışını besleyen bağlamı sağlar.

Rahatlamanın istendiği ve sağlandığı ya da sıkıntının açığa vurulup hafifletildiği tekrarlı etkileşimler bir güvence üssü olarak ba-

kıcıya güvenmeye yol açabilir. Bağlanma kişileri olarak anababa önemlerini hiçbir zaman tümüyle yitirmezler, fakat bir bağlanma kişileri hiyerarşisindeki yerleri, akranlarına göre, yetişkinlikle birlikte doğal olarak değişir. Hala geliştirilmekte ve sınanmakta olan model Şekil 5'te sunulmuştur.



Şekil 4. Tipik bir çift ilişkisinin bileşenleri.

GELİŞİMSEL EVRE	BAĞLANMA DAVRANIŞLARININ TEMELİ	
	Anababa	Akranlar
Bebeklik	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenceli üs	
Erken çocukluk	Güvenli sığınak Güvenceli üs	Yakınlığı koruma
Geç çocukluk/ erken ergenlik	Güvenceli üs	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak
Yetişkinlik		Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenli üs

Şekil 5. Bir bağlanma aktarım süreci modeli. Normal gelişim süreci içinde bağlanma davranışları artık birer birer akranlara yöneltilirken, asıl bağlanma kişileri olarak anababa giderek önemini yitirir.

Özet Olarak Bağlanma Kuramı

Evrin süreci boyunca ayıklanma baskılarının bir sonucu olarak, insanlar yakın ilişkiler kurmaya doğal bir eğilim geliştirmişlerdir. Dahası, belirli temel gereksinimler en iyi toplumsal (sosyal) ilişkiler içinde doyurulabilirler. Bu gereksinimlerden en köklü olanı güvenlik gereksinimidir. Davranışsal sistemler yaşam ve üreme için önemli bütün gereksinimlerin doyumunu sağlamak için gelişmişlerdir. Yakın ilişkilerin dinamikleri (biçimlenmeleri, oluşumları, sürdürülmeleri ve çözülmeleri) bu sistemlerin işlevleri açısından anlaşılabilir. Yakın ilişkilerle ilgili düşünce, duygu ve davranışlardaki bireysel farklılıklar, büyük ölçüde, bireylerin uyum yapmak zorunda oldukları toplumsal çevreler tarafından belirlenirler. Son olarak, bu bireysel farklılıklar gerçek ilişki deneyimi ile oluşturulan bilişsel modeller tarafından devam ettirilir ya da sürdürülürler.

Bizim buradaki odak noktamız, yetişkinlerin romantik ya da cinsel bir eşle kurdukları türden değişik bağlanmalardaki yakın ilişkilere de uygulanabilir. Yazına ilişkin taramamız zorunlu olarak seçici, fakat hem hazır verilerin ve hem de bağlanma kuramının bütünleştirici, kaynaştırıcı kapasitesini göstermeye yetecek kadar da kapsamlıdır. Tarama, yakın ilişkiler üzerine çalışmalarda geleneksel olarak ana sorunlar gözüyle bakılan sorunlar çevresinde örgütlenmiştir.

Olası Bir İlişkiyi Eş* için Çekici Kılan Nedir?

Bağlanma kuramı bakış açısından insanların duygusal destek, bakım ve cinsel doyum gereksinimleri gibi, doğal olarak toplumsal (sosyal) ilişkilerle karşılanabilen gereksinimleri vardır. Kuramsal olarak, her gereksinim özgül toplumsal ipuçlarına (sinyallere) tepki vermesi amaçlanan farklı bir davranışsal sistem tarafından düzenlenip kontrol edilir. Bu nedenle, bu ipuçlarını sergileyen ya da veren kişiler bizi çekmelidir. En temel gereksinimin (hissedilen güvenlik) bağlanma sistemi tarafından kontrol edildiğini ve bu sistemin bütün yaşam boyunca benzer bir biçimde işlev gördüğünü varsayarsak, olası bir ortağın en önemli özellikleri arasında tanışıklık ve olumlu tepkisellik bulunmalıdır. Bunlar bebeklik ve çocukluk sırasında bağlanma kişisi seçiminde merkezi öneme sahip oldukları gösterilen özelliklerdir.

Kişilerarası çekicilik, bir çok ilişkinin yalnızca ilk evresini değil, aynı zamanda Berscheid ve Hatfield (1974) ve Rubin'in

(1973) öncü çalışmalarında yakın ilişkiler alanının başlangıç noktasını da oluşturur. Diğer bir deyişle, yakın ilişkiler alanı "kişilerarası çekicilik" ile başlar. Çekiciliğin belirleyicileri oldukları gösterilen etmenlerin listesi uzun ve çeşitlidir (taramalar için Aronson, 1968 ve Berscheid 1984'e bakınız). Örneğin, değerleri, tutumları, görüşleri hatta fiziksel özellikleri bizimkilere benzeyen insanlar bizi çekerler (Hinsz, 1989; Rubin, 1973). Birisini daha başlangıçtan sevmediğimiz sürece, karşılaşma sıklığı çekiciliği artırır (Zajonc, 1968). Toplumsal olarak olumlu tepkisel çocuklar akranları için daha çekicidirler (Rubin, 1980). Sosyalleşebileceğimiz bütün insanlar arasında en çok bize yakın oturan ya da çalışan insanları seçeriz (Festinger, Schachter ve Back, 1950; Newcomb, 1950). Sık sık gülmeyen, şakacı ve bizi güldüren insanları sevmek eğilimindeyizdir (Folkes ve Sears, 1977) Bizi çekici bulan kişiler bizim için özellikle çekicidirler (A.P. Aron et al., 1989). Kaygı (Dutton ve A.P. Aron, 1974; Hatfield ve Rapson, 1959) ve toplumsallık isteği (Schachter, 1959) çekiciliği artırmak eğilimindedir.

Bu veriler tanışıklık ve olumlu tepki olasılığının bir başka kişiye çekimi arttırmak eğiliminde olduğunu göstermektedir. Bize benzeyen, (görünüş, tutumlar vb. açısından) bizi seven, gülmeyen ya da bizi gülmeyen herhangi bir kişi tanıdık olmayan, tepki vermeyen bir kişiden daha güvenilebilir, yaklaşılabılır ve dolayısıyla daha çekici olarak algılanmak eğilimindedir. Öyle görülüyor ki, kaygı bir başka kişinin yakınlarında olma gereksinimini arttırmakta ya da o kişinin güvenlik sağlama gizil gücünü daha çarpıcı kılmaktadır. Bağlanma kuramına göre kaygı birilerine yaklaşmak için bir işarettir.

Ancak, kişilerarası çekiciliği güdüleyen tek davranışsal sistem bağlanma değildir. Daha önce de belirtildiği gibi, yetişkin sevgisi (love) bağlanma, bakım ve cinsel birleşmenin birlikte bir işlevi olarak kavramsallaştırılabilir (Shaver et al., 1988), böylece, kuramsal olarak, çekicilik bir kişinin bağlanma, bakım ya da cinsel gereksinimlerini bir başka kişinin doyurması olasılığını görmesinin bir sonucu olabilir. Bir başkasının çekiciliği, böylece istenen ve aranan türden ilişkiler ve doyurulması olasılığı bulunan türden gereksinim ya da arzular tarafından belirlenmektedir. Bağlanma kuramı bakışı açısından, çekiciliğin çok değişik biçimler alabilen özellikleri küçük sayıda kavramsal kategoriye indirgenebilir. Bu kategoriler her biri farklı ve belirgin ipuçları tarafından ateşlenen yakın ilişkilerle ilgili davranışsal sistemlere karşılık gelirler.

Örneğin, bakım sistemi bebeksi yönler, yani sıkıntıya (distress) ve incinebilirliğe tepki verir. Aynı sistem yetişkinlerin durumunda korku ya da güçsüzlüğe ilişkin açılmaları (disclosure) ya da savunmaları ihmal etmenin birlikte getirdiği incinebilirliği içerebilir. Bakım sağlamak isteyen bir kişi, mantıksal olarak böyle bir bakıma gereksinimi olan birisini çekici bulmak eğilimindedir. Bakım hedefleri ile ilişkili ipuçları, yeterince araştırılmayan bir kişilerarası çekicilik kategorisi oluşturmaktadır. Bunun nedeni, böylesi araştırma ve çalışmaları özendirilecek bir kuramın yokluğu olabilir. Ayrıca, kişilerarası çekicilikle ilgili bir çok çalışma, ergenler ve genç yetişkinler üzerinde yapılmaktadır. Bu gruplar için ise bakım görece az gelişmiş ya da daha az çarpıcı bir gereksinim olabilir. Gerçekten, böyle ipuçlarının ilişkililik derecelerini belirleyen yaşla ilgili değişiklikler vardır. Bir çalışma (Fullard ve Reiling, 1976) tercihte yetişkin yüzlerine görece bebek yüzlerine doğru gelişimsel bir kayısı belgelemiştir. Erinlikten önce, hem erkek ve hem de kızlar yetişkin yüzü fotoğraflarını tercih etmişlerdir; erinlikten sonra ise bebek yüzlerine bakarak daha fazla zaman harcamışlardır.

Cinsel gereksinimlerine doyum arayan bir kişi, cinsel ulaşılabilirlik, ilişkiye hazırlık ve cinsel değer işaretleri veren birisini çekici bulmalıdır. Cinsel ilişkilerde, çekici bir fiziksel görünüm çok önemli olabilir (örneğin, E. Walster, Aronson, Abrahams ve Rotmann, 1966). Ayrıca, öyle görülüyor ki, fiziksel olarak çekiciliğin ne olduğu konusunda kültürler ve yaşlar arasında oldukça büyük bir tutarlılık vardır. Fiziksel çekiciliğin ne anlama geldiğine ilişkin bu tutarlılık, gençlik ya da sağlıkla ilişkili (düzgün deri, duru gözler, beyaz dişler, canlı yürüyüş) özellikleri içerir. Olası bir cinsel eşte, özellikle bir kadın tarafından değerlendirilen bir erkekte, ayrıca popülerite, akçal zenginlik, fiziksel güç, zeka ve şakacılık gibi toplumsal konum ve olanak kanıtları aranabilir (Buss, 1985).

Romantik aşk bağlanma, bakım ve cinsellik öğeleri içerdiğinden, kişinin "Ben aşıkım" biçimindeki kendi yüklemesi diğer kişinin özellikle olumlu tepkisel, bakım gereksinimi içinde ya da cinsel olarak "hazır" olduğunun farkına varılması sonucu olabilir. Bu yanlış anlama ve karışıklıklarla sonuçlanabilir: Olumlu tepkisellik her zaman cinsel ilgi anlamına gelmez, cinsel ilgi de her zaman genel olarak olumlu tepkisellik demek değildir ve bakım görme isteği yanlış olarak, ortada yalnızca bir tek bileşenin olmasına karşın, romantik aşkla ilgili düşünülen her şeyin (Fehr, 1988) gerçekleşmek üzere olduğu biçiminde yorumlanabilir.

Birisini çekici bulduğumuzu söylemek, fiziksel ve/ya da psikolojik olarak o kişiye yakın olmak istediğimizi söylemektir. Bir bağlanma çerçevesi içinde, böylesi bir yakınlık arayışını neyin güdülediği, hangi toplumsal davranışsal sistemin etkinleştirildiğine bağlıdır. Kişilerarası çekiciliği böyle kavramsallaştırma, pek çok kişilerarası çekicilik etminin kavramsal olarak anlamlı birkaç kategoriye indirgenmesini olanaklı kılar. Bu, kendi başına çekiciliğe ilişkin anlayışımızı, bu etmenlerin yalnızca belgelendirilmelerinden daha çok genişletmektedir. Ancak, bizim görüşümüze göre, bağlanma kuramının bu alandaki gerçek gücü, sınırlandırmanın ötesinde, bir kişinin belirli özelliklerinin ne zaman ve niçin çekici olması gerektiğine ilişkin açıklamaya geçebilme yeteneğidir.

Bir İlişki Nasıl Biçimlenir ve Gelişir?

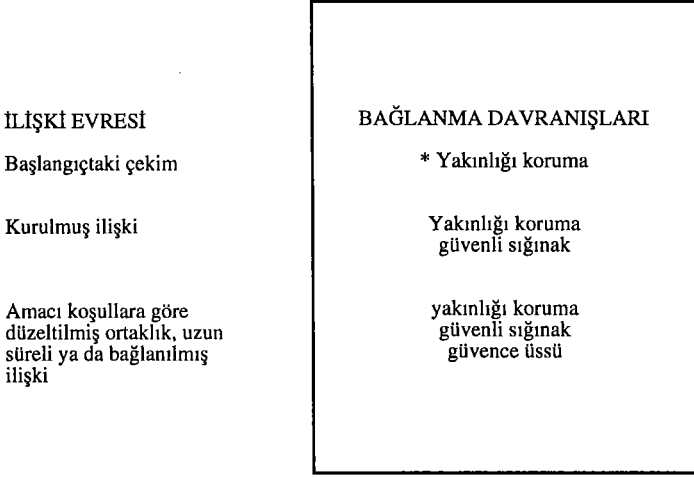
Bazı çekimler gelişerek ilişkilere dönüşürlerken bazıları gelişmez ve dönüşmezler. Ayrıca, bir kez biçimlendikten sonra ilişkilerin genellikle zamana bağlı olarak değişmek eğiliminde oldukları varsayılır ve böyle olduğu oldukça iyi belgelenmiştir (örneğin, Berscheid ve E. Walster, 1974; Huston, Surra, Fitzgerald ve Cate, 1981; G. Levinger, 1983; G. Levinger ve Snoek, 1972; Lewis ve Spanier, 1979; Taylor ve Altman, 1987; E. Walster ve G.W. Walster, 1978). Başlama noktasındaki bir ilişkinin gelişmiş bir ilişkiden farklı olduğu açıktır ve neyin niçin değiştiğini ortaya çıkarmak ilişki araştırmacıları için önemli bir görevdir. Zaten konu bir çok çalışmanın odak noktası da olmuştur (Altman ve Taylor, 1973; Kerckhoff ve K.E. Davis, 1962; G. Levinger 1983; Lewis, 1973; Murstein, 1976; Reiss, 1960). Genel olarak, bütün yakın ilişkiler için tek düze bir evreler ardışıklığı kimlikleme girişimi büyük güçlüklerle karşılaşmıştır (örneği, Huston et al, 1981).

Bir bağlanma kuramı bakışı açısından, herhangi bir yaşta iki birey arasında bir yakın ilişkinin biçimlenmesi, en yaygın görünümü ile, fiziksel yakınlık bağlamı içinde gözlenir. Diğer bir deyişle, bir bağlanma ilişkisinin biçimlenebilmesi için yakınlığı özendiren sağlam bir gücün olması gerekir. Bebeklikte, yakınlık bağlanma sistemi ve bebeğin güvenlik gereksinimi tarafından düzenlenip kontrol edilir. Yetişkin romantik ilişkilerinde, cinsel birleşme sisteminin (cinsel çekim) bağlanmanın biçimlenmesi doğrultusunda ilk adım olan yakınlık arayışı için, bir başka öncelikli özendirici olduğu ileri sürülmektedir.

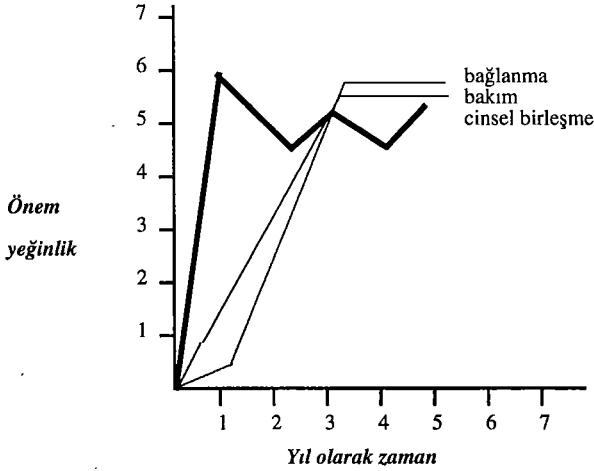
Yakınlık arayışı güdüsünün yetişkinler için bebekler için olduğundan biraz daha farklı ve karmaşık olduğu ileri sürülmekle birlikte, en sonunda bir bağlanma ilişkisine dönüşebilecek bir ilişkide ilk evre iki grupta dikkate değer ölçüde benzerdir (Shaver et al., 1988). Aşık olmuş bir yetişkin gibi, bebeğin kafası hedef kişinin olumlu tepkiselliği ile meşgul ve onun için uyanıktır. Dahası, yetişkinler için olduğu kadar, bebekler için de, duygusal durum hedef kişinin davranışına bağlıdır. Hedef kişinin olumlu tepkiselliği genellikle güvenlik ve mutluluk, olumsuz tepkiselliği ise kaygı ve sıkıntı yaratır (Ainsworth et al., 1978; Tennov, 1979). Bebekle bakıcı ve yetişkin aşıklar arasındaki ilişkilerin her ikisinde de zorlu güçler bireyleri birbirlerine çekerler ve bazı durumlarda onları aralarında duygusal bir bağın gelişmesine yetecek kadar uzun bir süre birlikte tutarlar. Bunların her ikisinde de yakın fiziksel temas böyle bir bağın biçimlenmesini kolaylaştırır. Yalnızca anababalarla çocuklar ya da yetişkin aşıklar arasında uzun süreli bedensel temas normal sayılır. Sokaktaki insanın bu iki tür ilişkiyi “en yakın” olarak yargılaması ilginçtir (Berscheid ve Graziano, 1979). İyi ya da kötü, yakın temas gereksiniminin yeğinliği eninde sonunda azalır (Fisher, 1992; Traupmann ve Tatfield, 1981). Bu önemli bir olgudur ve açıklanması gerekir.

Mantıksal olarak, bağlanmanın güvenli sığınak bileşeninin yakınlık bağlamı içinde gelişmesi beklenir. Bununla tutarlı olarak, araştırma sonuçlarına göre karşılıklı çekim ve cinsel tutkunun en önemli olduğu zamanlar bir ilişkinin ilk zamanlarıdır fakat romantik bir eşin rahatlık ve duygusal destek sağlama derecesi giderek artan bir önem kazanır (Reedy, Birren ve Shaie, 1981). Bağlanma kuramı sözcükleri ile, eninde sonunda en önemlisi eşin sağlam bir güvenli sığınak işlevi görüp görmediği konusu olur. Karşılıklı çekim ve cinsel ilgi çiftleri bir araya getirebilir, fakat eşler birbirlerinin rahatlama ve güvenlik gereksinimlerini doyumakta başarısız olurlarsa, sonucun doyumsuzluk olması olasılığı yüksektir. Kotler (1985) evlilik bağlarının gücünü en iyi yordayıcının cinsel çekimden çok uyarılı ve olumlu tepkisel bakımın olduğunu ortaya koymuştur.

Bir ilişki ne zaman bir güvence üssü olur?: Anababaların çocuklarına bir yaşam boyu bağlandıklarını varsaymak hiç de yanlış olmaz. Bu bağlanma genelde sorgulanmaz ya da çözülmez. Ancak, akranlar arası bağlanma biraz daha zayıf, iç ve dış etkilere daha açık olmak eğilimindedir (G. Levinger, 1976). Olasıdır ki, yalnızca uzunca bir dönem sonra ve/ya da açık bir bağlanma gerçekleştiikten



Şekil 6. Bağlanmanın biçimlenmesi sürecine ilişkin bir model. Bağlanma güvenlik, cinsel doyum ya da bakım isteği ile güdülenebilen yakınlık arayışıyla biçimlenmeye başlar. Daha sonraki evrelerde, eş giderek güvenli bir sığınak, sonra da bir güvence üssü olabilir. Yakınlık arayışı için güdüler güvenliği (bağlanma), bakımı ve cinsel çekimi (cinsel birleşme) içerir.



Şekil 7. Üç davranışsal sistem açısından tipik bir yetişkin bağlanma ilişkisinin gelişimsel seyri.

sonra, bir akran ilişkisi, anababanınkine yaklaşır ve belli bir kesinlikle bir güvence üssü işlevi görebilir. Örneğin, evlilik ölünceye kadar eşe bakmak için kamuya verilmiş yasal olarak bağlayıcı bir sözü içerir.

Daha önce betimlenen üç tanımlayıcı bağlanma özelliği açısından (Şekil 2'ye bakınız) bağlanmanın biçimlenmesi sürecinin her yaşta aynı ardışık sırayı izlediği düşünülmektedir: yakınlık arayışını, güvenli sığınak arayışı, onu da bir güvence üssünün kurulması izlemektedir. Kuşkusuz, bazı durumlarda süreç tamamlanmayacaktır. Daha önce de işaret edildiği gibi, bebek-bakıcı ve yetişkinlerde eşler arası bağlar arasındaki temel farklılık öncelikli olarak yakınlık arayışı güdüsündedir. Öngörülen süreç Şekil 6'da özetlenmiştir.

Bir bağlanma kuramı bakış açısı, zamanla yakın ilişkilerin nasıl gelişip değiştiğine ilişkin anlayışımıza katkıda bulunmakta ve tekrar tekrar belgelenen ve betimlenen olgulardan bazılarının açıklanmasında bize yardımcı olmaktadır. İlişki gelişimi ile ilgili bağlanma kuramı görüşü yakın ilişkilerin zaman içinde aldığı yolun önemli bazı özelliklerinin açıklanmasında kolaylık sağlamaktadır; ayrıca, ilişkilerin gelişiminde önemli kilometre taşlarının hem doğası ve hem zamanlamalar ve dönüşümlere ilişkin örtülü yordamlarda bulunur. Model bir çift ilişkisinin her biri ayrı bir davranışsal sisteme karşılık gelen üç bileşeni (bağlanma, bakım ve cinsel birleşme) giderek bütünleşir. Bu bütünleşmenin Sternberg'in (1986) aşkın değişik bileşenlerinin zaman içinde gelişimi ile ilgili önerisine benzeyen gelişimsel seyri Şekil 7'de gösterilmiştir.

Bir İlişkiyi Doyurucu ve/ya da Kalıcı Kılan Nedir?

Bu sorunun söze dökülüş biçiminin işaret ettiği ve verilerin de doğruladığı gibi, kalıcı bir ilişki doyurucu bir ilişki olmayabilir. Bu nedenle, bir yakın ilişkiler kuramının ayrı ayrı hem doyuruculuğu ve hem de kalıcılığı yordayan etmenleri özgülleştirmesi ve açıklaması gerekmektedir.

Bağlanma kuramına göre, bir ilişki temel gereksinimleri karşılama ölçüsünde doyurucudur. Herhangi bir yaşta bağlanmanın niteliği (kalitesi) büyük ölçüde şu sorunun yanıtına bağlıdır: "Eşimin ulaşılabilirliğine ve gereksinimlerime olumlu karşılık vereceğine güvenebilir miyim?" Güven açılmayı ve yakınlığın gelişimini özendiren (Reiss ve Shaver, 1988). Güven, ayrıca, gereksinimler ve gereksinimlerin "dile getirilmesi" konusunda açık iletişimle de ilişkilidir (Holmes ve Rempel, 1988; Rusbult ve Zembrodt, 1989). Doyurucu ilişkiler çatışmasız değildirler fakat çiftlerin yapıcı bir biçimde tartışabilmelerine ve etkili problem çözme davranışlarına girmelerine (Kobak ve Hazan, 1991) izin veren türden bir güven içerirler (Rands, G. Levinger ve Melliger, 1981). Başarılı çatışma

çözümünü güçleştiren “gizli gündemler” genellikle karşılanmayan gereksinimlerle ilgilidir (Gotman, Notarius, Gonso ve Markman, 1976). Bağlanma kuramı bize gereksinimlerin neler olabileceğini söyler ve bir eşin bu gereksinimlere olumlu tepki vereceğine güvenin niçin yaşamsal olduğunu açıklar.

Doyurucu olmayan bir çok ilişki varlığını sürdürür ve bunlar araştırmacılar için en zorlu çekim noktaları arasındadırlar. Bir eşin ayrılmaya karar vermesine neden olan şey nedir? Seçenekler (alternatifler) için karşılaştırma düzeyi adı verilen önemli gereksinimlerin bir başka ilişkide daha iyi karşılanabileceği inancı bir ilişkiyi bitirme ya da sürdürme kararlarında etkilidir (Kelley, 1983; Rusbult, 1980, 1983). Bir ilişkiye bağlanmayı tanımlarken doyurucu olduğu için bir ilişkiyi sürdürme arzusu ile sadece ayrılmaya karşı baskıların aşılması güç olması nedeniyle evliliği sürdürme eğilimi arasında bir ayırım yararlı olacaktır (Stanley, 1986). Ayrılmayı güçleştiren dış baskılar ortak mal sahibi olmayı, yoksulluğu, çocukları ve başka seçeneğin bulunmamasını içerir (G. Levinger, 1976).

Bağlanma kuramı doyurucu olmayan bir ilişkinin varlığını sürdürmesine katkıda bulunabilecek ek bir etmene daha işaret etmektedir. Bu, bağlanmanın duygusal yönüdür. Bir bağlanmanın en yaygın biçimi ile ulaşılabilir yakınlık bağlamı içinde biçimlendiğini anımsayınız. Weiss (1982) yalnız başına yakınlığın ilişkiyi sürdürdürebileceğini ileri sürmüştür. Eşlerin belli bir biçimde kesintiye uğrayınca ya da tehdit edilinceye kadar aralarındaki ilişkinin farkında olmadıkları durumlara oldukça sık rastlanır (Berscheid, 1983). Artık yük olmaya başlamış, doyum vermeyen bir ilişki bile kişinin güvenlik duygusuna katkıda bulunabilir. Mutsuz bir ilişkinin güvenlik artırıcı işlevi için en iyi kanıt genellikle ayrılıklara eşlik eden yeğin kaygıdır (Weiss, 1975). Bowlby (1973) bir bağlanma kişisinden ayrılığın olası tehlikeler için bir çok doğal ipucundan biri olduğunu ve bu özelliği nedeni ile bir korku tepkisine, dolayısıyla da, bağlanma davranışlarına yol açtığını ileri süren bir kuramsal açıklama getirmiştir.

Özet olarak, bağlanma kuramı bakış açısından ilişki doyumu, büyük ölçüde rahatlık, bakım ve cinsel doyum gereksinimlerinin karşılanmasına bağlıdır. Bir eşin gereksinimleri karşılamaya istekliliğine ve karşılama yeteneğine güven, bir bölümü ile eşin gerçek davranışına, bir bölümü ile de her eşin ilişkiye getirdiği beklentilere ya da karşılaştırma düzeylerine bağlıdır (Kelley, 1983; Rusbult,

1983). Örneğin, güvenden yoksun bir yakın ilişkiler geçmişi, kişinin doyum vermeyen bir ilişkiyi sürdürmesine neden olabilecek türden en düşük düzeyde beklentilerle sonuçlanabilir. Böylece, bir ilişkinin geçmişi onun süresi üzerinde etkili olabilir. Duygusal bir ilişki bir kez geliştikten sonra, biraz güven sağlayan ve birlikte olmaktan mutlu olsunlar ya da olmasınlar, bir çifti bir arada tutan psikolojik bir bağ işlevi görebilir. Ayrılma beklenti ya da girişiminden kaynaklanan kaygı, bağlanma davranışlarını etkinleştirebilir. Ulaşılabılır ve istekli bir başka seçenek bulunmadığı sürece, etkinleşen bağlanma davranışları da kişiyi ilişkiye geri döndürebilir.

Bir İlişki Çözülmesinin Belirtileri ve Çözölmeye Tepkiler Nelerdir?

Tıpkı, araştırmaların ilişki doyumunu ile ilişkili bir çok değişkeni ortaya çıkardıkları gibi, pek çok çalışma da ayrılımların nedenini ortaya çıkarmaya yönelmiştir (örneğin, Felmlee, Sprecher ve Bassin, 1990; Gotman, Markman ve Notarius, 1977; G. Levinger, 1966; Lund, 195; Simpson, 1990). Laf kalabalığı yapıyor görünme riskini göze alarak, bu araştırmalara bakarak ilişkiden doyumunu arttıran davranışlarda bulunmada başarısızlık ve uzun süreliğin çözölmeye olasılığını arttırdığı sonucuna varılabileceğini söyleyeceğiz. Eğer eşler birbirlerine güvenmez ve sonuç olarak düşünce ve duygularını açık ve net olarak birbirlerine iletmez, etkili çatışma çözme stratejilerine girmez ya da birlikte kalmaya kendilerini bağlamazlarsa, ilişkinin kalıcılık olasılığı azalır. Daha önce sözü edilen türden yapısal etmenler de (çocuklar, sınırlı parasal kaynak, dinsel ya da toplumsal yasaklar gibi) bir çiftin ilişki bitirme ya da sürdürme kararlarında önemli ölçüde etkili olabilmektedir. Bir çiftin her üyesi diğerinin ilişkisel gerekleri karşılama istek ve yeteneğine güvendiği sürece her biri ilişkiyi sürdürmeye güdülenecektir. G. Levinger'in (1976) sözcükleri ile, içsel çekimler o kadar güçlü olacaktır ki, dışsal engel ve alternatif çekimler uygulamada önlemlerini kaybedecektir.

Bir ilişkiyi bozma isteği zorunlu olarak, ilişki biçimlendikten sonra gelir. Öyleyse, yanıtlanması gereken "bir kişinin bir ilişkiyi girmeye karar verdiği zamanla ilişkiyi bozmaya karar verdiği zaman arasında ne değişmektedir?" sorusudur. İncancımıza göre, yanıt bağlanmanın gelişimi ile ilgili bir süreç modelinde yatmaktadır. İlişkiden sağlanan doyum her zaman gereksinimlerin karşılanıp karşılanmaması sorununa indirgenir (Shaver ve Hazan, 1984).

Sorun değişik gereksinimlerin görece önemlerinin zamanla değişmesidir. Gerçekten, iki insanı bir ilişkiye sokan şey uzun dönemde önemi en az olan şey olabilir. Eğer bir çok yetişkin çift arasındaki ilişkin biçimlenmesinde cinsel tutku gerçekten ilk güdüleyici güç olmuşsa, ilişki, önem kazandıklarında diğer gereksinimleri karşılamadıkça doyumda bir azalma kaçınılmazdır. Ne var ki, insanlar romantik tutku sancısı içinde kendilerini çeken kişilerin güvenilir uzun süreli bakım ve destek sağlayıcılar olup olmayacakları konusunu çok az düşünürler. Ancak, zamanla bu konu ilişki hakkındaki duygularında ağır basmaya başlayacaktır. Şekil 7'de gösterilen zaman seyri öngörüsüne göre, yoğun çekim gücünü kaybedip eşin güvenli bir sığınak ve güvence üssü olarak yeterliği daha büyük bir önem kazandığında doyumsuzluk tepe noktasına ulaşacaktır. Bir ilişkinin işte bu noktasında beklentiler, seçenekler (alternatifler) ve sınırlılıklar önemli bir rol oynamaya başlamalıdır. Bir ilişki sona erdiğinde insanların nasıl tepki gösterdikleri konusunda bağlanma kuramının söyleyeceği çok şey vardır. Ayrılık ve kayba tepki sonuçta Bowlby'nin çalışmalarına başladığı konu idi. Kesinti ve ayrılıkları ele almadan bağlanmanın işlevini tartışmak güçtür çünkü bağlanma duygu ve davranışlarını düzenleyen sistem kesinti ve kopukluğa karşı doğuştan tepkileri içerir. İlişkili tören ve adetlerde çok büyük bir kültürel değişkenliğin bulunmasına karşın, bir bağlanma ilişkisinin kopmasına insan tepkisi hemen hemen hiç değişmez (Gorer, 1973; Marris, 1958; S. İ. Miller ve Schoenfeld, 1973; Palgi, 1973). Dahası, bağlanmanın kesintiye uğramasına ya da kopmasına yetişkinlerin tepki biçimleri özde bebek ve çocuklarıkinden farklı değildir (Bowlby, 1980; Hazan ve Shaver, 1992; Heinicke ve Westheimer, 1966; Parkes ve Weiss, 1983).

İster ölüm, isterse gönüllü ayrılık nedeniyle olsun, bir bağlanma ilişkisinin kopmasına ilk tepki yeğin ayrılığı protesto tepkisidir. Bireyler içlerinde bir çalkantı hissettiklerini, kaygı duyduklarını, kafalarının kaybedilen eşle meşgul olduğunu söylemektedirler. Bütün bunlara bir de, tersine çevrilemez olduğunun bilinmesine karşın, kaybı olmamışa çevirmek istercesine eşi arama eşlik eder. En sonunda, kaybın geriye kazanılamayacağını farkına varılmasının ardından yeğin etkinlik ve düşünmenin yerini çöküntü ve umutsuzluğa bıraktığı derin bir üzüntü dönemi gelir. Pek çok kişi, yaşamaya ve başka insanlara karşı olağanüstü ve çok belirgin bir ilgisizlik dönemi yaşar. Yavaş yavaş üzüntü yeğninliğini kaybeder ve çoğu kişi, kaybedilen eşten uyumsal bir duygusal kopma düzeyini başarır ve olağan yaşama geri döner. Özellikle yetişkinlerde,

kayba nedensel bir açıklama getirebilme durumun kabullenilmesinde ve gerekli kopma düzeyinin başarılmasında yardımcı olur (Harvey, Orbuch ve Weber, 1990).

Örneğin ana bağlanma kişinin aniden ulaşılamaz hale gelmesi ile bağlanma sistemi etkinleştiğinde doğal tepki, bağlanma kişisine yakınlık arayışıdır ve yakınlığın olası, hatta mantıksal olarak arzulanır olup olmamasına bakılmaksızın, öyle görülüyor ki, bu arayış olmaktadır. Ayrılmış bir eşin hâlâ ulaşılabilme olasılığı yalnızca umudu değil aynı zamanda uzun süreli protestoyu da körükler (Weiss, 1975, 1988). Bazı durumlarda, önceki eşin yokluğunda, bağlanma sisteminin sürekli (kronik) etkinleşmesi bir başka kişiye zamansız bağlanma ile sonuçlanabilir. Böyle bir bağlanmaya olası adaylar zorlu geçen ayrılık sonrası dönemi sırasında destek ve bakım sağlayan kişilerdir. Bir çiftin ayrılmaya karar verdiği ana kadar önceki bütün düşkünlük ve sevgileri aşınmış olabilir. Bu nedenle, yeni ayrılmış bir çok birey, özellikle de ayrılığı başlatanlar, önceki eşe yakın olma yönünde bir zorunluluğu yaşadıklarında şaşırırlardır. Weiss (1975) bu çok yaygın duygunun bağlanmanın ısrarlılığından kaynaklandığını ileri sürmüştü ve bir bağlanma ilişkisinin yalnızca uzun bir ayrılık dönemi ile koparılabilmesine işaret etmiştir. Bir bağlanma tam olarak biçimlenmedikçe (ki, bu birkaç yıl alabilir) aynı tepki ardışıklığı beklenmemelidir. Weiss (1988) boşanmaya tepkilerin 2 yıldan daha kısa bir süre evli kalan bireylerde belirgin bir biçimde farklı olduğuna dikkat çekmektedir.

Ayrılık ve eş kaybına ilişkin olarak bağlanma kuramının söyleyebileceklerinin çoğu, duygusal ve toplumsal yalıtılmışlık olmak üzere iki ana biçimde ortaya çıkabilen yalnızlığa (Weiss, 1973) da eşit derecede iyi uygulanabilir (Replau ve Relman, 1982). Duygusal yalıtılmışlık, duygusal olarak yakın bir yoldaşın yokluğu ile ilişkili bir yalnızlık türü iken, toplumsal yalıtılmışlık, toplumsal bir ağ (network) ya da topluluk duygusu eksikliğinden kaynaklanır. İki yalnızlık türü Bowlby'nin farklı işlevlere sahip oldukları düşünülen bağlanma ve toplumsallık davranışsal sistemleri arasında yaptığı ayrımı iyi uymaktadır. Ek olarak, iki tür yalnızlığın farklı belirtileri, nedenleri ve çareleri vardır (Rubinstein ve Shaver, 1982). Weiss (1973) yalnızlığı rahatsız ama uyumsal bir duygusal durum olarak görmüştür çünkü yalnızlık önemli gereksinimlerin karşılanmadığına dikkati çeken bir anımsatıcı işlevi görür ve düzeltici önlemler alınmadıkça devam etmek eğilimindedir. Duygusal bir ilişkinin kaybına ya da yokluğuna karşı tepkilerin yine bağlanma davranışsal

sisteminin işlevinin doğrudan bir sonucu oldukları düşünülmektedir.

Genel Olarak İşlev Görmeye İlişkilerin Rolü Nedir?

Çoğu insanın yaşamında yakın ilişkiler önemlidir ve öznel iyi-liğin en büyük kaynakları arasındadırlar (Freedman, 1987; Veroff, Douvan ve Kukla, 1981). Sağlıklı işlev için yakın ilişkilerin önemi-ne işaret eden ek kanıt olarak, özellikle boşanma yolu ile kesintiye uğrayan ya da kaybedilen bir ilişkinin kişiyi araba kazalarından alkol istismarına ve psikiyatrik bir kuruma kabule kadar her şeye daha eğilimli hale getirdiğini eklemek gerekir (Bloom, Asher ve White, 1978). Dahası, kalplerine ve bağışıklık sistemlerine ilişkin çalışmaların da gösterdiği gibi, yasta ve yalnız olanlar hastalıklara açıktırlar (örneğin, Kiecolt-Glaser, Garner et al., 1984; Kiecolt-Glaser, Recker et al., 1984; Lynch, 1977) ve kanser nedenli ölüm riskleri daha büyüktür. (Goodwin, Hurt, Key ve Sarret, 1987). Toplumsal yetersizlik ve kayıplar yalnızca sağlık ve mutluluğu değil aynı zamanda işteki edim ve başarıyı da tehlikeye sokarlar (Baruch, Barnett ve Rivers, 1983; Lee ve Kanungo, 1984; Vailland, 1977).

İlişkilerle genel olarak işlev görme arasındaki çeşitli ve pek çok sayıda bağlantı iyi belgelenmiş ancak pek iyi anlaşılammıştır. Toplumsal-duygusal bağlantıların yokluğu niçin böylesine köklü psikolojik, fiziksel ve hatta mesleki etkilere yol açsın? Bowlby'nin sezgilerinin aradaki boşluğu ya da eksik bağlantıyı doldurduğuna inanıyoruz: Toplumsal yoksunluk (yalnızlık) zararlıdır çünkü doğuştan getirilen gereksinimlerin doyumunu engeller. Güçlü duygusal ipuçları bu yaşamsal gereksinimlerin karşılanmadığı zamanlarda işaret verirler ve sonuç öznel olarak yaşayan bir kaygı durumu ve huzursuzluktur. Daha farklı bir anlatımla, toplumsal yoksunluk gerginlik yaratıcıdır ve tıpkı uzun süreli her gerginlik yaratıcıda (stressor) olduğu gibi, hem psikolojik ve hem de fiziksel olarak zararlı olabilir.

Davranışsal sistemler arasında birbirine geçmiş ilişkiler nedeniyle, bir sistemdeki aksaklık bir başkalarında da aksaklığa yol açabilir. Bebeklerle ilgili çalışmalarda bağlanma ve keşif davranışının iç içe girmiş olduklarını anımsayınız. Keşif amaçlı sistemin düzgün işleyebilmesi durgun yani doyurulmuş bir bağlanma sistemi gerektirir. Keşif ile ilgili bu sistemin kendisi bağlanma kişisinin ulaşılabilirlik ve olumlu tepkiselliğine bağlıdır. Yetişkinlikte, ilişkilerle iş, duygusal bağlılıkla bağımsız etkinlik arasındaki denge, önemli ba-

kımlardan yaşamın erken dönemlerinde sağlıklı işleve işaret eden bağlanma-keşif dengesine benzer (Hazan ve Shaver, 1990). Bowlby'nin (1979) sözcükleri ile:

Zorluklarla karşılaştıklarında arkalarında yardımlarına koşacak bir ya da daha fazla kişinin bulunduğundan emin olduklarında bütün yaşlardan insanlar en üst düzeyde mutludurlar ve yeteneklerini en yararlı olacak biçimde ortaya koyabilirler (s. 103-1/4).

Böylece, bağlanma kuramı genel olarak yaşama ve yaşamla başa çıkmaya ilişkin duygularda yakın ilişkilerin niçin ve nasıl merkezi ve yaşamsal bir rol oynadığını açıklar.

İnsanlar İlişkilerdeki Düşünce, Duygu ve Davranış Biçimleri Bakımından Nasıl ve Niçin Farklılıklar Gösterirler?

Bu noktaya kadar yakın ilişkilerin kuralsal (normatif) yönlerini vurguladık. Ancak, insanların birbirleri ile ilişki kurma biçimlerindeki çok büyük değişkenlik görmezlikten gelinemez. Bazı insanlar sırdaşlığa varan yakın ilişkiden korkarlarken başkaları bundan hoşlanırlar (Hatfield, 1984). Bazıları başkalarına aşırı ölçülerde açılırlarken bazıları çok az açılır ya da hiç açılmazlar (Altman ve Taylor, 1973). Romantik ilişkilere girme oyun oynama ile yararcılık (pragmatizm) arasında değişir (C. Hendrick ve S. Hendrick, 1986). İlişkiler tutkudan yoksun bağlanmayı ya da bağlanmadan yoksun tutkuyu içerebilirler (Sternberg, 1986). Eşler birbirlerinin sorun yaratan davranışlarını özyapı (karakter) çatlaklarına yükleyebilir ya da durumsal etmenler bakımından açıklayabilirler (Fincham, Beach ve Nelson, 1987). Çatışmaya tepki olarak eşler geri çekilebilir ya da uyuşabilirler (accomodate) (Rusbult, Zembrodt ve Gunn, 1982). İletişim açık ve tutarlı ya da savunmacı ve düzensiz olabilir (Brettherton, 1990). İlişkiler onlara karışan insanlar kadar çeşitlidirler.

Ülküsel olarak, ilişkilerdeki bu çok çeşitlilik daha başa çıkılabilir bir sayıda kavramsal kategoriye indirgenebilir. Eğer başkalarının olumlu tepkiselliğine inanç ve güvenin yakın ilişkilerde ana sorunları oluşturduğunu kabul edersek, buradan doğal olarak birkaç geniş bireysel farklılıklar kategorisi çıkar. Main ve arkadaşlarının (1985) da gördükleri gibi, toplumsal çevre bir bireyin güvenlik artırıcı yakınlık kurma girişimlerine tutarlı bir biçimde olumlu tepkisel ya da tutarlı bir biçimde tepkisiz olarak algılanabilir. Bu önemli sorunun bebeklik ve yetişkinlikte aynı görüldüğünü varsayarak, önemli bireysel farklılık kategorilerinin de özde aynı olduğunu kabul edebiliriz. Tam olarak aynı davranışların görülmesi beklene-

mez, fakat hissedilen güvenliği korumak için aynı temel stratejilerin kullanıldığı söylenebilir. Kuralsal (normatif) bağlanmayı vurgularken gerçekte güvenliği ya da güvenli bağlanma türünü betimledik. Bireysel farklılıkların tartışıldığı bu bölümde ise boyutun öbür ucunda yer alan güvensizlik üzerinde odaklaşılmaktadır.

Tutarsız olumlu tepkisellekle ilişkili strateji yani *kaygılı / kararsız (takıntılı)* bağlanma başkalarının tutarlı olumlu tepkiselliğine güven eksikliği ile nitelik kazanır. Bütün bir bağlanma davranışının yakınlığa ilişkin amacı hissedilen bir güvenlik durumuna ulaşmaktır. Kaygılı/kararsız (iki yönlü) bağlanma durumunda, bunun için çalışılır ve başkalarını yakında ve bağlanmış tutmak için çok büyük ruhsal enerji ve davranışsal çaba yatırımı ile zaman zaman başarılabilir de. Bu yatırım kendisini, yeğinliği artan sıkıntı ifadelerinde ve azalmış keşif etkinliklerinde gösterir.

Yetişkin bağlanmasına ilişkin çalışmalarda, kaygılı/kararsız (iki yönlü) bağlanma ile romantik eşin olumlu tepkiselliğine takılıp kalmışlık arasında bir ilişki bulunmaktadır: kolayca aşık olma; aşırı kıskançlık; korku, kaygı ve yalnızlığa açık olma (ilişki sürerken bile); kendisine saygı düşüklüğü (Collins ve Read, 1990; Feeney ve Noller, 1990); ve daha yüksek düzeyde bir ilişki kopması ya da bozulması yaşamak gibi. Ayrıca, kaygılı/kararsız bağlananlar eşlerini, kendilerini bağlamaya isteksiz ve yetersiz ya da yeterince karşılık vermeyen bakıcılar olarak görmek eğilimindedirler (Kaunce ve Shaver, 1991). Ayrım yapmadan, gelişigüzel ve özel alanlarda çok hızlı açılır (mikulincer ve Nachshon, 1991) ve eşin duygu ve gereksinimlerine yeterli duyarlılığı göstermeksizin, kendi duygu ve gereksinimlerini açığa vururlar (Daniels ve Shaver, 1991). Eşleri ile girdikleri laboratuvar problem çözme görevlerinde kaygılı/kararsız denekler işlevsiz kızgınlık ifade etmek eğilimindediler (Kobak ve Hazan, 1990) ve yeni bir ortamda arkadaş edinmede daha çok güçlük çekiyorlardı (Hazan ve Hutt, 1991b). İşte kaygılı/kararsızlık dikkat dağılması, oyalanma ve optimal altı edimle (Hazan ve Shaver, 1990) ve bağlanma geçmişi tartışmalarında fazlaca taşkın ve dağınık konuşma ile ilişkili bulunmuştur (Main et al., 1985). (Kaygılı/kararsız bağlanma ile ilişkili başka değişkenlerin bir taraması için Shaver ve Hazan 1993'e bakınız.)

Tersine, kaçınmacı bağlanmanın tutarlı tepkisizlik sonucu olduğuna inanılmaktadır. Hissedilen güvenliği korumak için kaçınmacı strateji, özellikle stresli ve sıkıntılı koşullarda, yakın (sırdaş)

sosyal temastan ve sosyal olmayan etkinliklere ödünleyici katılımdan kaçınmayı içerir. Yetişkin bağlanması ile ilgili araştırmalara göre, kaçınma, yakınlık korkusunda ve “yakın” ilişkilerde mesafeyi koruma eğiliminde kendisini gösterir. Kaçınma, ilişkilere kötümser yaklaşım ve görece yüksek bir ilişki çözülmesi ile bağlantılı bulunmuştur (Hazan ve Shaver, 1987). Anababa ile çocukluk ilişkileri konusunda görüşme (mülakat) sorularını yanıtlarken, kaçınmacı bağlanmış yetişkinler) a) ülküselleştirilmiş betimleyiciler kullanmakta fakat destekleyici örnekler sağlamada yetersiz kalmaktadırlar (Main et al., 1985) ve b) böyle örnekler için sınıdıklarında deri iletiminde başarısızlıklar göstermektedirler (Dozier ve Kobak, bas-kıda). Birbirlerine açılan eşler karşısında rahatsızlık duymakta ve açılmaktan kaçınmaktadırlar (Mikulincer ve Machson, 1991). Ansızın din değiştirmeye (dönmeye) daha açıktırlar (Kirkpatrick ve Shaver, 1990). Akranları tarafından düşmanca görülme eğilimindedirler (Kobak ve Sceery, 1990). İşlerini toplumsal etkileşimden kaçınmak için kullanırlar (Hazan ve Shaver, 1990) ve bağlanılmamış cinsel ilişkilere girmeye, gerilimi azaltmak için alkol ve başka maddeler kullanmaya eğilimlidirler (Brennan, Shaver ve Tobey, 1991). (Kaçınmacı bağlanmaya ilişkin ek bulgular için Shaver ve Hazan 1993'e bakınız).

Kuramsal olarak, bu iki ana güvensizlik örüntüsü anababa ile başlayan gerçek bağlanma deneyimleri ile oluşturulan içsel çalışan modeller üzerine kurulmuştur. Tutarsız bir olumlu tepkisellik geçmişini yansıtmaması anlamında, kaygılı/kararsız strateji “mantıksaldır”. Yakın ilişki örüntülerinin bir dereceye kadar güvenilir olmalarını bekleme, yüksek uyanıklık düzeyi ve terkedilme, bakım görmeme korkusuna yol açabilir. Reddedilmelerle ya da fiziksel sevgi (dokunmaya dayalı) ve yakın duygusal anlatımlarda ketlenmelerle dolu bir geçmişin ışığı altında kaçınmacı strateji de eşit derecede mantıksaldır. Böyle deneyimler yakınlıktan kaçınmaya, aşırı kendine yetme çabalarına ve dikkati başka yönlere çevirerek kaygıyı kontrol etme alışkanlığına neden olabilirler. Davranış ya da eylemlerin, tekrar tekrar doğrulanmayı özendirecek biçimde inanç ve kişilerarası şemaları izlediğini gösteren sosyal psikolojik araştırma bulguları (örneğin, Synder ve Swan, 1978) ile tutarlı olarak, içsel çalışan modellerin toplumsal davranış ve toplumsal bilgi işleme üzerinde kendini doğrulatici ya da gerçekleştirici (self-fulfilling) etkileri olabilir. Örneğin, eşlerin bağlanma-ilişkili beklentileri doğrulama yeteneği temelinde seçtikleri yönünde kanıtlar vardır (Kirkpatrick ve K.E. Davis, basımda: Swann, Hixon ve De La

Ronde, 1992). Beklentilerin olumsuz olması durumunda bile bu doğrudur. Bağlanmadaki bireysel farklılıkların başka kuramsal yaklaşımlardan yola çıkan araştırmacıların ortaya çıkardığı kişilerarası farklılıklardan bir çoğunun temelini oluşturduğuna inanıyoruz. Bağlanma ilişkilerindeki bireysel farklılıklara çalışan içsel modeller aracılık ederler. Ek olarak ilişkiden doyumsuzluğa ve çözülmeye katkıda bulunan bir çok işlev bozucu davranışın kökeninde güvensiz bağlanma olabilir. Bağlanmada bireysel farklılıkların kararlılığı görüşünü destekleyen güçlere karşın, değişme her zaman olasıdır. Örneğin, bağlanılmazlık ya da reddedilme beklentilerini doğrulamayan ya da yalanlayan önemli bir tek ilişki deneyimi yetişkinlikte güvenli bir bağlanma ilişkisi kurma olasılığını artırır (Hazan ve Hutt, 199a). Çoğu durumda, bu yalanlayıcı ya da geçersizleştirici (doğrulamayan) ilişki deneyimleri çocuklukta, anababa olmayan yetişkinlerle (örneğin, öğretmenler ve akrabalar) ergenlik sonu ya da yetişkinlik dönemi başlarında ise romantik eşlerle yaşanmıştır. Bebeklik ve çocukluktaki değişiklikler üzerindeki çalışmalarla tutarlı olarak, en kararlı örüntü güvenli bağlanmadır.

Yetişkinlerin bağlanma kategorilerine dağılımı (%55'i güvenli, %25'i kaçınmacı, %20'si kaygılı kararsız) farklı bir çok ülkede bir çok araştırma tarafından doğrulanmaktadır (örneğin, Feeney ve Noller, 1990; Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer, Florian ve Tomacz, 1990). Oranlar Ainsworth'un Garip Durum (Strange Situation) işlemi kullanan bebek araştırmalarında bulunanlara benzerdir (Campos et al., 1983). Bugüne kadar, deneklerin üç kategoriye dağılımlarında güvenilebilir hiçbir cinsiyet farkı ortaya çıkmamıştır.

Cinsiyet Farklılıkları

Yakın ilişkiler konusunda hiç bir tartışma az da olsa cinsiyet farklılıklarına değinilmeden tamamlanmış sayılmaz. Erkek ve kadınlar arasında iletişim biçimleri (Tennen, 1990), ilişki dışı etkinliklere katılma eğilimleri (Skolnick, 1978), ve sözsüz ipuçlarını okuma yetenekleri (Hall, 1978) bakımlarından farklılıklar vardır. İki cins ayrılımları başlatma olasılıkları (Hill, Rubin ve Peplau, 1976) ve daha sonraki uyumları (Wallerstein ve Kelley, 1980) açısından da farklılıklar gösterirler. Ayrıca, olası bir eşin fiziksel çekiciliğine (Berscheid, Dion, E. Walster ve G.W. Walster, 1971) ve maddi kaynaklara (Buss ve Barnes, 1986) verdikleri değerlerde de ayrılıklar gösterirler. Yetişkin bağlanmalarında bireysel farklılıkları değerlendirmek için geliştirdiğimiz aracın (Hazan ve Shaver, 1987) cinsiyet farklılıkları göstermesi beklenir. Kaygılı/kararsız örüntü

kadın kalıp yargısının yapışkan, bağımlı yönlerine benzer, kaçınmacı örüntü ise kalıp yargısal olarak erkeklerin yakın ilişkilere buluştuktan uzak durucu yönlerine çok benzer. Erkek ve kadınların her iki kategoriye oransız olarak dağılmamaları Bowlby'nin bütün insanların hissedilir güvenlik için doğuştan getirdikleri bir gereksinimleri vardır görüşünü desteklemektedir.

Verilere şöyle bir göz atma, cinsiyet farklılıklarının temelde bağlanmadan çok bakım ve cinsellik alanlarında yattığına işaret etmektedir. Genel olarak, kadınlar daha çok bakım, erkeklerse cinsellik (sex) yönelimlidirler. Eşcinsel kadın ve erkekler arasındaki belirgin farklılardan bazıları bu görüşü destekler görünmektedir (Peplau, 1983). Buss (1985) da cinsiyet farklarının bu kavramsallaştırması ile tutarlı olarak insanlara ilişkin sosyobiyojik bir eşleşimi kuramı geliştirmiştir. Ancak, bağlanma kuramı çerçevesi içinde, cinsiyet farklılıkları biyolojik bir açıklama gerektirmez. Bağlanma sisteminden sonra gelişmeleri nedeniyle, bakım ve cinsel birleşme sistemlerinin daha fazla cinsiyet rolü toplumsallaşması baskılarına hedef olmaları olasılığı yüksektir. Biyolojik nedenselliğe karşı toplumsal nedenselliğin ölçüsü tartışma ve araştırmalar için hala uygun bir konudur.

SONUÇ

Yazına ilişkin tartışmamız doğal olarak seçici olmuştur ve çoğu bağlanma kuramı çerçevesinde açıklanmaya ya da kuramla bütünleşmeye elverişli görünen daha bir çok gerçeğin bulunmasına karşın, biz bunu yapmadık. Böyleyken bile, önerdiğimiz çerçevenin önemli bütün ilişki olgularını açıklayabileceğine inanıyoruz. Her kuramın kendi sınırları vardır ve bağlanma kuramı bir istisna değildir. Bowlby'ye hakkını vermek gerekirse, o yakın ilişkilerin her yönünü ya da türünü açıklamaya çalışmıyordu. Amacı sadece bağlanmanın yapısal işlevlerini açıklamak ve bunun için üç cilt yazmak zorunda kaldı. Kuramını yetişkin bağlanmalarına doğru genişletirken bile, ona çok şey borçluyuz.

Başlarken bağlanmayı ve karşılıklı bağımlılığı büyük ölçüde birbirlerini tamamlayıcı kuramlar olarak gördüğümüzü belirtmiştik. İyi bir yakın ilişkiler kuramının neyi yapabilmesi gerektiğini sormuştuk. Akla uygun bir yanıt "yakın"ın tam ve işevuruk bir tanımını önermesi ve ilişkileri bireysel ilişki ortaklarından daha fazla vurgulaması olabilir. Karşılıklı bağımlılık kuramı her iki açıdan da bağlanma kuramından daha üstündür. Dahası, ortaya koyduğu etki-

leşim modelleri ve bir etkileşim süresince gözlenen dönüşüm (transformasyon) türleri açısından karşılıklı bağımlılık kuramı bireylerin etkileşimlerinden elde ettikleri psikolojik değeri vurgular. Diğer bir deyişle, Kelley'in (1983) eldeki matrix dediği şeyin psikolojik malzemesinin çoğunu sağlar. Bağlanma güdülenmiş bir modeldir ve üzerinde odaklaştığı güdülerin kökü biyolojidedir. Bizler içsel yapılar oluşturan etkin biyolojik canlılarız. Psikolojideki öteki davranışçı modeller gibi, karşılıklı bağımlılık kuramının gücü, işevuruk tanımlarında ve gözlenebilirlerin ölçülmesinde yatar. Ancak, önemli bütün ilişki olgularının gözlenebilir olanlara indirgenebileceğine inanmak yanlış olacaktır.

Toplumsal olarak, yapılandırılmış, paylaşılan anlam ve öyküleri vurgulayan kuramlar da bağlanma kuramına önemli bir katkıda bulunmaktadır. Etnolojideki kökleri nedeni ile, bağlanma kuramı insanlarda sözlü iletişimin kendine özgü özelliklerini vurgulamaz. Ancak, yine de, bağlanma kuramı kişilerarası öykü oluşturmanın konularından (themes) bazılarına ve böylesi öykü oluşturmanın sınırlılıklarına işaret edebilirken, iletişim yönelimli kuramlar da bağlanma kuramının benliğe (self), ilişkilere, ilişkilerdeki eşlere ilişkin çalışan içsel modellerin yapılandırılış biçimi ile ilgili kavramsallaştırmasına katkıda bulunurlar. Bağlanma, karşılıklı bağımlılık ve iletişim kuramlarının tam olarak bütünleştirilmesi halihazırda bizim sahip olduğumuz yer ve uzmanlıktan daha fazlasını gerektirmektedir, fakat böyle bir bütünleştirmenin yararlı olacağına inancımız tamdır.

Bağlanma kuramının üç (belki dört) tür bebek hakkında bir kuram olduğu sık sık söylenir. Bireysel farklılıklar üzerine böylesi vurgu, öncelikle kuralsal (normatif) bir kuram olan bağlanma kuramının ana konusunu yansıtmaz. Kuramın ek bir güç kaynağı da bireysel farklılıkların doğasını ve biçimini açıklayabilmesidir. Ainsworth'un bebeklikteki bağlanmanın niteliğini değerlendirmek için geliştirdiği yeni paradigma dikkatleri bireysel farklılıklar üzerinde odaklaştırmıştır. Yetişkin bağlanma stillerine ilkin kişinin kendi bildirimine dayanan yalın bir ölçek yaratarak, bilmeksizin bireysel farklılıklar yaklaşımının yetişkin ilişkilerinin araştırılması yönünde genişlemesine yardım etmiş olduk. Bağlanma kuramının kuralsal doğurguları çok seyrek dile getirilmiş ya da sınanmıştır.

Bireysel farklılıklar üzerindeki aşırı vurgu ile ilgili başat sorun bebekliğin ötesinde farklılıkların nasıl ölçülebileceğine ilişkin bir

fikir birliği eksikliği olmuştur. Halen yeni yürüyenlerde ve çocuklarda bağlanmayı değerlendirmede 1 ya da 5 farklı yöntem kullanılmaktadır (Greenberg, Cicchetti ve Cummings, 1990); yetişkinler için ise birbirine büyük ölçüde benzer iki mülakat (Bartholomew, 1990; Main, 1991) ve bizim 1987 ölçeğimizden türetmeler olan kişilerin kendi bildirimlerine dayalı bir çok ölçme aracı vardır (örneğin, Collins ve Read, 1990). Halihazırdaki tartışma, yetişkinlerde bağlanmayı ölçen araçlar anababa-çocuk ilişkisi ile mi yoksa yetişkin-çift ilişkileri ile mi ilgili olmalıdır, değişik yöntemler arasındaki farklar nelerdir (örneğin, görüşme, denek bildirimi) ve farklılıklar nasıl kavramsallaştırılabilir (boyutlar açısından mı yoksa türler açısından mı) sorularını içermektedir. Hatta, yetişkinlikte kaç ana tür bağlanmanın bulunduğu konusunda bile süre giden bir tartışma vardır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bağlanma kuramının bireysel ayrılıklar ölçüsünün başarısına bağlı olarak düşmeyeceğine ya da ayakta kalmayacağına işaret etmenin önemli olduğunu düşünüyoruz. Hangi ölçü kullanılırsa kullanılsın, sonuçlar kaçınılmaz olarak, güvenli bağlanmanın kural (norm) olduğunu göstermektedir, bu nedenle, kuralsal (örneğin, güvenli) bağlanma olgusunu araştırmaya ek çaba harcarsak iyi etmiş oluruz.

En sonunda, araştırmacıların aşk ve tutku ile ilgilenmeye başladıklarını, insan davranışının bu önemli yönlerini bileşen değişkenlerine ayırdıklarını Harlow görseydi herhalde mutlu olurdu diye düşünüyoruz. Böylesi bir baştan aşağı yaklaşım ve betimsel bir tabanın yapılandırılması bilimimizin gelişiminde yararlı bir ilk evreyi oluşturur fakat en sonunda ulaşılmaması beklenen amaç değildir. Bir kuramdan yoksunluk halinde, gerçeklerin birikimi, eninde sonunda, yetersiz kalacaktır. Yol gösterici bir kuram olmaksızın, araştırmaları planlamak, bulguları açıklamak güçtür. Bizim buradaki amacımız, yakın ilişkiler üzerine araştırma bulgularının kuramsal bir örgütlenmesinin ne henüz çok erken (olgunlaşmamış) ve ne de olanaksız olduğuna ve bağlanma kuramının böylesi bütünleştirici bir çerçevenin çekirdek yapılarını sağlayabileceğine okuyucuyu inandırmaktır. Eğer bunda başarısız olduysak, hiç değilse, yakın ilişkiler biliminin ilerlemesine yardımcı olacak türden bütünleştirici düşünce ve kuramsal tartışmaları özendirilmeye yetecek kadar uyarıcı olduğumuzu umut ediyoruz.

KAYNAKÇA

Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Stran-*

ge Situation, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Altman, I., & Taylor, D. A. (1973) *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Arend, R., Gove, F., & Sroufe, L. A. (1979). Continuity of individual adaptation from infancy to kindergarten: A predictive study of ego resiliency and curiosity in preschoolers. *Child Development*, 50, 950-959.

Aron, A.P., Dutton, D.G., Aron, E.N., & Iverson, A. (1989). Experiences of falling in love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 243-257.

Aronson, E. (1988). *The social animal* (5th ed.). New York: Freeman.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective, *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.

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

Baruch, G., Barnett, R., & Rivers, C. (1983). *Lifepprints: New patterns of love and work for today's women*. New York:McGraw-Hill.

Berscheid, E. (1983). Emotion. In H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Chiristensen, J.H. Harvey, T.L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L.A. Peplau, & D.R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp.110-168). New York: Freeman.

Berscheid, E. (1984). Interpersonal attraction. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), *Handbook of social psychology* (3rd ed., pp. 413-484). Reading, MA: Addison-Wesley.

Berscheid, E., Dion K., Walster, E., & Walster, G.W. (1971). Physical attractiveness and dating choice: A test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 7, 173-189.

Berscheid, E., & Graziano, W. (1979). The initiation of social relationships and social attraction. In R.L. Burgess & T.L. Huston (Eds.), *Social exchange in developing relationships*. New York:

Academic.

Berscheid, E., & Walster, E. (1974). A little bit about love. In T.L. Huston (Ed.), *Foundations of interpersonal attraction* (pp. 355-381), New York: Academic.

Bloom, B.L., Asher, S.J., & White, S.W. (1978). Marital disruption as a stressor: A review and analysis. *Psychological Bulletin*, 85, 867-894.

Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and home life. *International Journal of Psycho-Analysis*, 25, 19-52, 107-127.

Bowlby, J. (1951). *Maternal care and mental health*, Geneva: World Health Organization.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic.

Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic.

Bowlby, J. (1982) *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York: Basic (Original work published 1969).

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic.

Brennan, K. Shaver, P.P., & Tobey, A.E. (1991). Attachment styles, gender, and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 451-466.

Bretherton, I. (1990). Open communication and internal working models: Their role in the development of attachment relationships. In R.A. Thompson (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 36, Sociomotional development*. (pp. 57-113). Lincoln: University of Nebraska Press.

Buss, D.M. (1985). Human mate selection. *American Scientist*, 73, 47-54.

Buss, D.M., & Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 559-570.

Campos, J.J., Barrett, K., Lamb, M.E., Goldsmith, H.H., & Stenberg, C. (1983). Socioemotional development. In P.H. Mussen

(Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 2. Infancy and developmental psychobiology* (pp. 783-915). New York: Wiley.

Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year-olds. *Child Development*, 59, 121-134.

Colin, V.L. (1991). *Human attachment: What we know now*. Chevy Chase, MD: U.S. Department of Health and Human Services.

Collins, N.L., & Read, S.J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.

Crittenden, P.M. (1988). Relationships at risk. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), *Clinical implications of attachment* (pp. 136-174). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Crockenberg, S.B. (1981). Infant irritability, mother responsiveness, and social support influences on the security of infant-mother attachment. *Child Development*, 52, 857-869.

Daniels, T., & Shaver, P.R. (1991). *Attachment styles and power strategies in romantic relationships*. Unpublished manuscript, State University of New York at Buffalo, Department of Psychology.

Dozier, M., & Kobak, R.R. (in press). Psychophysiology and adolescent attachment interviews: Converging evidence for representing strategies. *Child Development*.

Driscoll, R., Davis, K.W., & Lipetz, M.E. (1972). Parental interference and romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24, 1-10.

Duck, S.W. (1991, May.), *New lamps for old: A new theory of relationships and a fresh look at some old research*. Paper presented at the meeting of the International Network on Personal Relationships, Normal, IL.

Dutton, D.G., & Aron, A.P. (1974). Some evidence for heightened sexual attraction under conditions of high anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, 510-517.

Egeland, B., & Farber, E.A. (1984). Infant-mother attachment: Factors related to its development and changes over time. *Child Development*, 55, 753-771.

Feeney, J., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor

of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.

Fehr, B. (1988). Prototype analysis of the concepts of love and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 557-579.

Felmlee, D., Sprecher, S. & Bassin, E. (1990). The dissolution of intimate relationships: A hazard model. *Social Psychology Quarterly*, 52, 13-309.

Festinger, L., Schachter, S., & Back, K.W. (1950). *Social pressures in informal groups: A study of human factors in housing*. New York: Harper.

Fiala, K.B., (1991). *Attachment and psychosocial functioning of depressed, remitted depressed, and nondepressed women and their partners*. Unpublished doctoral dissertation, University of Massachusetts, Amherst.

Fincham, F.D., Beach, S., & Nelson, G. (1987). Attribution processes in distressed and non-distressed couples: Self-partner attribution for spouse behavior. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 71-86,

Fisher, H.E. (1992). *Anatomy of love*. New Lork: Norton.

Fiske, S.T., & Taylor, S.E. (1991). *Social cognition*. New York: Random House.

Folkes, V.S., & Sears, D.O. (1977). Does everybody like a liker? *Journal of Experimental Social Psychology*, 13, 505-519.

Freedman, J. (1978). *Happy people: What happiness is, who has it, and why*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.

Fullard, W., & Reiling, A.M. (1976). An investigation of Lorenz's "babyness". *Child Development*, 47, 1191-1193.

Furman, W., & Buhmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social network. *Developmental Psychology*, 21, 1016-1024.

Goldsmith, H.H., & Alansky, J.A. (1987). Maternal and infant temperamental predictors of attachment: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55, 805-816.

Goodwin, J.S., Hurt, W.C., Key, C.R., & Sarret, J.M. (1987). The effect of marital status on stage, treatment and survival of can-

cer patients. *Journal of the American Medical Association*, 258, 3125-3130.

Gorer, G. (1973). Death, grief and mourning in Britain. In E.J. Anthony & C. Koupernik (Eds.), *The child in his family: The impact of disease and death*. New York: Wiley.

Gottman, J.M. (1983). How children become friends. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 48 (3, Serial No.201).

Gottman, J., Markman, H., & Notarius, C. (1977). The topography of marital conflict: A sequential analysis of verbal and nonverbal behavior. *Journal of Marriage and the Family*, 39, 461-477.

Gottman, J., Notarius, C., Gonso, J., & Markman, H.J. (1976). *A couple's guide to communication*. Champaign, IL: Research Press.

Greenberg, M., Cicchetti, D., & Cummings, M. (Eds.). (1990). *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*. Chicago: University of Chicago Press.

Grossberg, S. (1980). How does a brain build a cognitive code? *Psychological Review*, 87, 1-51.

Grossmann, K.E., & Grossmann, K. (1991). Attachment quality as an organizer of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective. In C.M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 93-114). London: Tavistock/Routledge.

Hall, J.A. (1978). Gender effects in decoding nonverbal cues. *Psychological Bulletin*, 85, 845-857.

Harlow, H. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13, 673-685.

Hartup, W. (1983). Peer relations. In E.M. Hetherington (vol. Ed.) & P.H. Mussen (Series Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 4, Socialization, personality, and social development* (pp. 103-196). New York: Wiley.

Harvey, J.H., Orbuch, T.L., & Weber, A.L. (1990). A social psychological model of account-makin: In response to severe stress. *Journal of Language and Social Psychology*, 9, 191-207.

Hatfield, E. (1984). The dangers of intimacy. In V.J. Derlega

(Ed.), *Communication, intimacy and close relationships* (pp. 207-220). New York: Academic.

Hatfield, E., & Rapson, R.L. (1987). Passionate love: New directions in research. In W.H. Jones & D. Periman (Eds.), *Advances in personal relationships* (Vol. 1, pp.109-140). Greenwich, CT: JAI.

Hazan, C., & Hutt, M.J. (1991a) *Continuity and change in internal working models of attachment*. Unpublished manuscript, Cornell University, Department of Human Development and Family Studies.

Hazan, C., & Hutt, M.J. (1991b). *From parents to peers: Transitions in attachment*. Unpublished manuscript, Cornell University, Department of Human Development and Family Studies.

Hazan, C., Hutt, M.J., Sturgeon, J., & Bricker, T. (1991, April). *The process of relinquishing parents as attachment figures*. Paper presented at the meeting of the Society for Research in Child Development, Seattle.

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

Hazan, C., & Shver, P.R. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and social Psychology*, 59, 270-280.

Hazan, C., & Shaver, P.R., (1992). Broken attachment. In T.L. Orbuch (Ed.), *Close relationship loss: Theoretical approaches* (pp. 90-108). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Heinicke, C., & Westheimer, I. (1966). *Brief separations*. New York: International Universities Press.

Hendrick, C., & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392-402.

Hill, C.T., Rubin, Z., & Pelau, L.A. (1976). Breakups before marriage: The end of 103 affairs. *Journal of Social Issues*, 32, 147-168.

Hinde, R. (1979). *Towards understanding relationships*. London: Academic.

Hinsz, V.B. (1989). Facial resemblance in engaged and marri-

ed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 223-229.

Holmes, J.G., & Rempel, J.K. (1989). Trust in close relationships. In C. Hendrick (Ed.), *Close relationships* (pp. 187-220). Newbury Park, CA: Sage.

Huston, T.L., Surra, C.A., Fitzgerald, N.M., & Cate, R.M. (1981). From courtship to marriage: Mate selection as an interpersonal process. In S. Duck & R. Gillmour (Eds). *Personal relationships: Vohl. 2. Developing personal relationships* (pp. 53-88). New York: Academic.

Kelley, H.H. (1983). Love and commitment. In H.H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J.H. Harvey, T.L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L.A. Peplau, & D.R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 265-314), New York: Freeman.

Kelley, H.H., Berscheid, E. Christensen, A. Harvey, J.H., Huston, T.L., Levinger, G., McClintock, E., Peplau, L.A., & D.R. Peterson. (Eds.). (1983). *Close relationships*. New York: Freeman.

Kerckhoff, A.C., & Davis, K.E. (1962). Value consensus and need complementarity in mate selection. *American Sociological Review* 27, 295-303.

Kiecolt-Glaser, J.K., Garner, W., Speicher, C., Penn, G.M., Holliday, J., & Glaser, R. (1984). Psychological modifiers of immunocompetence in medical students. *Psychosomatic Medicine*, 46, 7-14.

Kiecolt-Glaser, J.K., Ricker, D., George, J., Messick, G., Speicher, G.E., Garner, W., & Glaser, R. (1984). Urinary cortisol levels, cellular immunocompetence, and loneliness in psychiatric inpatients. *Psychosomatic Medicine*, 46, 15-23.

Kirkpatrick, L.A., & Davis, K.E. (in press). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. Kirkpatrick, L. & Shaver, P.R. (1990). Attachment theory and religion: Childhood attachment, religious beliefs, and conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 315-334.

Kobak, R.R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861-869.

Kobak, R.R., & Sceery, A. (1988). The transition to college:

Working models of attachment, affect regulation, and perceptions of self and others. *Child Development*, 88, 135-146.

Konner, M. (1982). *The tangled wing: Biological constraints on the human spirit*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Kotler, T. (1985). Security and autonomy within marriage. *Human Relations*, 38, 299-321.

Kunce, L.J., & Shaver, P.R. (1991). *An attachment-theoretical approach to caregiving in romantic relationships*. Unpublished manuscript, State University of New York at Buffalo, Department of Psychology.

Lamb M.E., Thompson R.A., Gardner, W.P., Charnov, E.L., & Estes, D. (1984). Security of infantile attachment as assessed in the Strange Situation: Its study and biological interpretation. *Behavioral and Brain Sciences*, 7, 127-171.

Lee, M.D., & Kanungo, R.N. (Eds.), (1984). *Management of work and personal life: Problems and opportunities*. New York: Praeger.

Levenson, R.W., & Gottman, J.M. (1985). Six physiological and affective predictors of change in relationship satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 85-94.

Levinger, G. (1966). Systematic distortion in spouses reports of preferred and actual sexual behavior. *Sociometry*, 29, 291-299.

Levinger, G. (1976). A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal Social Issues*, 32(1), 21-47.

Levinger, G. (1983). Development and change. In H.H. Kelley, E. Berscheid, . Christensen, J.H. Harvey, T.L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L.A. Peplau, & D.R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 315-359). New York: Freeman.

Levinger, G., & Levinger, A.C. (1986). The temporal course of close relationships: Some thoughts about the development of children's ties. In W.W. Hartup & Z. Rubin (Eds.), *Relationships and development* (pp. 111-134). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, Associates, Inc.

Levinger, G., & Snoek, J.D. (1972). *Attraction in relationship: A new look at interpersonal attraction*. Morristown, NJ: General Learning Press.

Lewis, R.A. (1973). A longitudinal test of a developmental framework for premartial dyadic formation. *Journal of Marriage and the Family*, 35, 16-25.

Lewis, R.A., & Spanier, G.B. (1979). Theorizing about the quality and stability of marriage. In W.R.Burr, R. Hill, F.I., Nye, & I.L. Reiss (Eds.), *Contemporary theories about the family* (Vol. 1). New York: Free Press.

Lund, M. (1985). The development of investment and commitment scales for predicting continuity of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 3-23.

Lynch, J.J. (1977). *The broken heart: The medical consequences of loneliness*. New York: Basic.

Main, M. (1990) Parental aversion to infant-initiated contact is correlated with the parent's own rejection during childhood: The effects of experience on signals of security with respect to attachment. In K.E. Barnard & T.B. Brazelton (Eds.), *Touch: The foundation of experience* (pp. 461-495). Madison, CT: International Universities Press.

Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) model of attachment: Findings and directions for future research. In C.M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 127-159). London: Tavistock/ Routledge.

Main, M., & Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? In M.T. Greenberg, D. Cicchetti, & E.M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years* (pp. 161-184). Chicago: University of Chicago Press.

Main, M., Kaplan, N., & 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, Serial No. 209), 66-104.

Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E.M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years* (pp. 121-160). Chicago: University of Chicago Press.

Marris, P. (1958). *Windows and their families*. London: Rout-

ledge, & Kegan Paul.

Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 273-280.

Mikulincer, M., & Nachshon, O. (1991). Attachment styles and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 321-331.

Miller, G.A., Galanter, E., & Pribram, K.H. (1960). *Plans and the structure of behavior*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Miller, S.I., & Schoenfeld, L. (1973). Grief in the Navajo: Psychodynamics and culture. *International Journal of Psychiatry*, 19, 187-191.

Mirzukami, K., Kobayashi, N., Ishii, T., & Iwata, H. (1990). First selective attachment begins in early infancy: A study using telethermography. *Infant Behavior and Development*, 13, 257-271.

Murstein, B.I. (1976). *Who will marry whom?* New York: Springer.

Newcomb, T.M. (1961). *The acquaintance process*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Owen, M.T., Easterbrooks, M.A., Chase-Lansdale, L., & Goldberg, W.A. (1984). The relation between maternal employment status and the stability of attachments to mother and father. *Child Development* 55, 1894-1901.

Palgi, P. (1973). The socio-cultural expressions and implications of death, mourning and bereavement arising out of the war situation in Israel. *Israel Annals of Psychiatry*, 11, 301-329.

Parkes, C.M., & Weiss, R.S. (1983). The intimate relationships of lesbians and gay men. In E.R. Allgeier & N.B. McCormick (Eds.), *The changing boundaries: Gender roles and sexual behavior* (pp. 226-244). Palo Alto, CA: Mayfield.

Peplau, L.A., & Periman, D. (Eds.). (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley-Interscience.

Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. New York: International Universities Press.

Rand, M., Levinger, G., & Mellinger, G.D. (1981). Patterns of conflict resolution and marital satisfaction. *Journal of Family Issues* 2, 297-321.

Reedy, M.N., Birren, J.E., & Schaie, K.W. (1981). Age and sex differences in satisfying love relationships across the adult life span. *Human Development* 24, 52-66.

Reis, H.T., & Shaver, P.R. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of research in personal relationships* (pp. 367-389). London: Wiley.

Reiss, I.L., (1960). Toward a sociology of the heterosexual love relationship. *Marriage and Family Living* 22, 139-145.

Rubenstein, C., & Shaver, P.R. (1982). *In search of intimacy*. New York: Delacorte.

Rubin, Z. (1973). *Liking and loving*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Rubin, Z. (1980). *Children's friendships*. Cambridge: Harvard University Press.

Rubin, Z. (1984). Toward a science of relationships. *Contemporary Psychology* 29, 856-858.

Rusbult, C.E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.

Rusbult, C.E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 101-117.

Rusbult, C.E., & Zembrodt, J.M. (1983). Responses to dissatisfaction in romantic involvement: A multidimensional scaling analysis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 19, 274-293.

Rusbult, C.E., Zembrodt, I.M., & Gunn, L.K. (1982). Exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in romantic involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 1230-1242.

Schachter, S. (1959). *The psychology of affiliation: Experimental studies of the sources of gregariousness*. Stanford, CA: Stanford University Press.

Schaffer, H.R., & Emerson, P.E. (1964). The development of social attachments in infancy. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 29 (3, Serial No. 94).

Shaver, P.R., & Hazan, C. (1984) Incompatibility, loneliness, and "limerence", In W. Ickes (Ed.), *Compatible and incompatible relationships* (pp. 163-184). New York: Springer-Verlag.

Shaver, P.R. & Hazan, C. (1993). Adult romantic attachment: Theory and evidence. In D. Perlman & W. Jones (Eds.) *Advances in personal relationships* (Vol. 4, pp.29-70). Greenwich, CT: JAI.

Shaver, P.R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In R.J. Sternberg & M.L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 68-99). New Haven, CT: Yale University Press.

Shaver, P.R., & Rubenstein, C. (1980). Childhood attachment experience and adult loneliness. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* (Vol. 1, pp. 42-73). Beverly Hills, CA: Sage.

Simpson, J.A. (1990). The influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.

Skolnick, A. (1978). *The intimate environment: Exploring marriage and the family* (2nd ed.) Boston: Little, Brown.

Snyder, M., & Swann, W.B., Jr. (1978). Behavioral confirmation in social interaction: From social perception to social reality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 14, 148-162.

Spanier, G.B., Lewis, R.A., & Cole, C.L. (1975). Marital adjustment over the family life cycle: The issue of curvilinearity. *Journal of Marriage and the Family*, 37, 263-275.

Sroufe, L.A. (1983). Infant-caregiver attachment and patterns of adaptation in preschool: The roots of maladaptation and competence. In M. Perlmutter (Ed.), *Minnesota Symposium on Child Psychology* (Vol. 16, pp. 41-83). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Sroufe, L.A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development* 48, 1184-1199.

Stanley, S.M. (1986). *Commitment and the maintenance and enhancement of relationships*. Unpublished doctoral dissertation,

University of Denver.

Steinberg, L., & Silverberg, S.B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57, 841-851.

Strenberg, R.J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.

Swann, W.B., Jr., Hixon, J.G., & De La Romde, C. (1992). Embracing the bitter "truth": Negative self-concepts and marital commitment. *Psychological Science*, 3, 118-121.

Tannen, D. (1990). *You just don't understand: Women and men in conversation*. New York: Morrow.

Taylor, D.A., & Altman, I. (1987). Communication in interpersonal relationships: Social penetration processes. In M. Roloff & G. Miller (Eds). *Interpersnal processes. New directions in communication research* (pp. 257-277). Newbury Park, CA: Sage.

Tennov, D. (1979). *Love and limerence: The experience of being in, love*. New York: Stein & Day.

Thibaut, J.W., & Kelley, H.H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.

Traupmann, J, & Hatfield, E. (1981). Love: Its effects on mental and physical health. In J. March, S. Kiesler, R. Fogel, E. Hatfield, & E. Shana (Eds), *Aging: Stability and change in the family*. New York: Academic.

Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life: How the best and the brightest came of age*. Boston: Little, Brown.

Van den Boom, D. (1990). Preventive intervention and the quality of mother-infant interaction and infant exploration in irritable infants. In W. Koops, H.J., G. Sooppe, J.L. van der Linden, P.C. M. Molenaar, & J.J. F. Schroots (Eds.), *Developmental psychology behind the dikes: An outline of deelopmental psychology reserarch in The Netherlands*. The Netherlands: Uitgeverj Eburon.

Vaughn, B., Egeland, B., Sroufe, L.A., & Waters, E. (1979). Individual differences in infant-mother attachment at 12 and 18 monnths: Stability and change in families under stress. *Child Development*, 50, 971-975.

Veroff, J., Douvan, E., & Kukla, R.A. (1981). *The inner Ame-*

rican: *A self-portrait from 1957 to 1976*. New York: Basic.

Wallerstein, J.B., & Kelly, J.B. (1980). *Surviving the breakup: How children and parents cope with divorce*. New York: Basic.

Walster, E., Aronson, E., Abrahms, D.- & Rottmann, L. (1966). The importance of physical attractiveness in dating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 508-516.

Walster, E., & Walster, G.W. (1978). *A new look at love*. Reading, MA: Addison-Wesley.

Waters, E. (1978). The reliability and stability of individual differences in infant-mother attachment. *Child Development*, 49, 483-494.

Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.

Weiss, R.S. (1975). *Marital separation*, New York: Basic.

Weiss, R.S. (1982). Attachment in adults, In C. M. Parkes & J. Stevenson-Hinde (Eds.), *The place of attachment in human behavior* (pp. 171-184). New York: Basic.

Weiss, R.S. (1988). Loss and recovery. *Journal of Social Issues*, 44, 37-52.

Zajonc, R.B. (1968). Attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology Monographs Supplement*, 9 (2, Pt. 2), 1-27.