

Bağlanma ve Psikopatoloji *Attachment and Psychopathology*

Sermin Kesebir¹, Semine Özdoğan Kavzoğlu²,
Mehmet Fatih Üstündağ²

¹ Doç. Dr., Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları, Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

² Dr., Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları, Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

ÖZET

Yaşamın erken dönemlerinde belirlenen ve süreklilik gösterdiği düşünülen bağlanma biçimi, kişinin diğer insanlarla ilişki kurma örüntüsünü şekillendiren bir fenomendir. Her bir bağlanma biçiminin klinik görünümleri farklıdır, ileriye ve geriye dönük fenomenolojik yansımaları vardır. Kişinin başka bir kişi ile yakın bir ilişki kurup kurmadığı ve bu ilişkinin destekleyici ve koruyucu özellikler taşıyıp taşımadığı, hayatının her döneminde ve yakın ilişkilerde gözlemlenebilir. Bağlanma kuramcılarına göre süt çocukluğu döneminde güvenli ya da güvensiz olarak bir kez belirlendikten sonra çok az değişkenlik gösterir. Bowlby'nin çalışmalarından başlamak üzere güvensiz bağlanma biçimi daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüşken güvenli bağlanma sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiştir. Doğanın özgün modeli güvenli bağlanmadır. Güvensiz bağlanma biçimleri olan kaygılı/ikircikli bağlanma anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluklarla ilişkilendirilirken, kaçınan bağlanma davranış bozukluğu ve diğer dışa vuruk patolojilerle ilişkilendirilmiştir. Dağınık bağlanmanın (dezorganize/dezoryante) ise dissosiyatif bozukluklarla birlikteliğinden sözedilmiştir. Bu yazının amacı, bağlanmayı ve bağlanma ile psikopatoloji arasındaki ilişkiyi gözden geçirmektir.

Anahtar Sözcükler: bağlanma, bağlanma biçimi, psikopatoloji

ABSTRACT

The type of attachment defined in the early stages of life and thought to be continuous, is a phenomenon that shapes the pattern of how a person makes contact with others. The clinical appearance of every type of attachment is different and each one has prospective and retrospective phenomenological reflections. In all stages of life and in close relationships, it can be observed if a person gets in close contact with someone else and if this relation bears

supportive and protective qualities. According to attachment theorists, once it is defined as safe or unsafe during nursing period, it shows little change. Starting from Bowlby's work, unsafe attachment type is considered as the determining factor of psychopathology in the later periods of life, while safe attachment is considered as in relation with healthy processes. The nature's original model is safe attachment. Anxious/indecisive attachment, an unsafe attachment type, is associated with anxiety disorders and depressive disorder, while avoidant attachment is associated with behavior disorder and other extroverted pathologies. Disorganized/disoriented attachment is considered to be together with dissociative disorder. The aim of this paper is to review attachment theory and the relation between attachment and psychopathology.

Keywords: attachment, attachment style, psychopathology

Bağlanma, çocuk ile bakım veren kişi arasında gelişen ilişkide, çocuğun bakım veren kişiyle yakınlık arayışı ile kendini gösteren, özellikle stres durumlarında belirginleşen, tutarlılığı ve sürekliliği olan duygusal bir bağ olarak tanımlanmaktadır.[1] Bağlanma yalnızca çocukluk ile sınırlı olmayıp yaşam boyunca sürer. Bağlanma sürerken doğası ve ifade ediliş şekli değişir. İlk temel ilişki olan anne çocuk ilişkisi, sonraki yaşam dönemlerindeki bağlanmalar için örnek olur.[2] İlk temel ilişkide ortaya çıkan yetersizlikler ya da meydana gelen aksamalar bağlanmayı olumsuz yönde etkileyecektir. Değişmez değilse de güvenli ya da güvensiz olarak bir kez belirlendikten sonra çok az değişkenlik gösterir. Bu noktada eksik ya da bozulmuş bir bağlanma sürecinin ya da bu sürece neden olan etkenlerin devam etmesinin sonraki gelişim basamaklarına da etkisi olumsuz olacaktır. Bowlby'nin çalışmalarından başlamak üzere güvensiz bağlanma biçimi daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüşken güvenli bağlanma sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiştir.[3]

Bu yazının amacı bağlanma kavramını, değerlendirmesini, Bowlby'nin ortaya attığı bağlanma kuramını ele alıp, yaşam dönemlerine göre (çocukluk, ergenlik ve erişkinlik) bağlanmanın kişilerin yaşamı üzerindeki etkilerini saptayıp ve bağlanma ile psikopatoloji arasındaki ilişkiyi gözden geçirmektir.

Bağlanma Kavramı

Bağlanma biçimi yaşamın erken dönemlerinde belirlenen ve süreklilik gösterdiği düşünülen, kişinin diğer insanlarla ilişki kurma örüntüsünü şekillendiren bir fenomendir. Bağlanma kuramcılarına göre süt çocukluğu döneminde

güvenli ya da güvensiz olarak bir kez belirlendikten sonra çok az değişkenlik gösterir.[4]

Her bir bağlanma biçiminin klinik görünümü farklı farklıdır, ileriye ve geriye dönük fenomenolojik yansımaları vardır. Bunu gözlemek görece kolay olsa da nesnel olarak ele almak çok zordur.[1] Öyle ki gözlemlerin sonuçlarının ne kadar dış etkiden arınmış olacağından emin olunamaz. Ebeveynlik işlevinin kalitesi, bir ilişkinin diğerini nasıl etkilediği, anne dışındaki önemli kişilerin yeri, ailesel kırılmaların etkisi önemli değişkenlerdir. Bunlarla birlikte bağlanmanın nasıl ölçüleceği, daha geç işlevlerle bağlantılarının ne olduğu, bağlanma bozukluklarından sözedilip edilemeyeceği önemli sorulardır.[4] Ancak bağlanma biçimini araştırmanın güçlükleri akılda tutulmalıdır.

Üzerinde durulması gereken bir diğer nokta, çocuklukta güvenli bağlanmanın, daha sonra ciddi yaşam olayları ve duygudurum bozuklukları ile bozulabileceğidir. Bu nedenle bağlanma biçiminin, çocuklukta ve erişkinlikte ayrı ayrı değerlendirilmesi gerektiğini ileri sürenler de vardır.[1,4] Konunun kuramcılarına göre ise yaşamın erken dönemlerinde bakımverenle olan ilişkiyi yansıtan ve kendiliğin ve diğerlerinin tasarımlarını ruhsal yapıda barındıran bağlanma biçimi görece olarak aynı kalmaktadır. "Kişinin başka bir kişi ile yakın bir ilişki kurup kurmadığı ve bu ilişkinin destekleyici ve koruyucu özellikler taşıyıp taşımadığı, hayatının her döneminde ve yakın ilişkilerde gözlemlenebilir" denmektedir.

Bağlanmanın Değerlendirilmesi

Bağlanmanın değerlendirilmesinde en güvenilir yaklaşım klinisyenin kişiyle görüşerek bağlanma biçimini belirlemesidir. En yaygın kullanılan görüşme tekniği; orijinali George ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen Erişkin Bağlanma Görüşmesi (Adult Attachment Interview)'dir.[5] Erişkin Bağlanma Görüşmesi aslında çocuklarda gözlenen farklı bağlanma stillerinin nedenlerini anlamak için geliştirilmiş bir ölçektir.

Bağlanma biçimini belirlemeye yönelik pek çok ölçek mevcut olmakla birlikte, bunların büyük kısmının yalnızca güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Kişinin kendi hakkındaki geri bildiriminin nesnellüğünün düşük olması, bu tür ölçeklerin en önemli kısıtlılığıdır. Öz-bildirim şeklindeki ölçüm yaklaşımı ilk olarak Hazan ve Shaver'ın,[6] Ainsworth ve arkadaşları [7] tarafından ortaya konan üç temel bağlanma stiline erişkinlikteki romantik ilişkilerde de gözlemlendiğini öne süren çalışmalarıyla başlamıştır. Bu araştırmacılar, erişkin romantik ilişkilerindeki bağlanmanın çocuk ile ebeveyn arasındaki bağlanmadan

farklılaştığını kabul etmelerine karşın güvenli, kaygılı, ikircikli ve kaçınan bağlanma biçimlerinin romantik ilişkilerde de ortaya çıktığını öne sürmüşlerdir.[8] Hazan ve Shaver'ın çocuklukta bu üç bağlanma biçimine karşılık gelen üç paragrafın değerlendirilmesine dayalı olarak geliştirdikleri ölçek, çok sayıda araştırmada çok maddeli ölçekler ya da boyutlar olarak farklı biçimlerde kullanılmıştır.[9-11]

Bir diğer araştırmacı Bartholomew Bowlby'nin öne sürdüğü benlik ve başkaları modellerinin olumlu ya da olumsuz olmasına göre dört temel bağlanma örüntüsü tanımlamıştır.[12] Buradan yola çıkarak yine Bartholomew ve arkadaşları tarafından İlişki Anketi ve İlişki Ölçekleri Anketi, Brennan ve arkadaşları tarafından Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ölçekleri geliştirilmiştir.[12,13] İlişkiler Anketi ve İlişki Ölçekleri Anketi Sümer ve Güngör tarafından, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Sümer tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.[14,15]

Literatürde en çok adı geçen ölçüm aracı Ana Babaya Bağlanma Ölçeğidir (PBI;The Parental Bonding Instrument).[16] Bu ölçek Bowlby'nin bağlanma kuramını temel alarak geliştirilen ilk ölçeklerden biridir.[17,18] Bowlby, yetersiz/patolojik ana babalığı özellikle ilgi ve kontrol/koruma boyutlarıyla ilişkilendirmiştir. İlgi terimi, yetersiz bakım verme, bebeğin gereksinimlerini karşılamama, çocuğu küçümseme, eleştirme ya da reddetmeyi içermektedir. Kontrol terimi ise aşırı koruma, bağımsızlığı desteklememe ya da aşırı kontrol etme olarak tanımlanmıştır. Parker ve arkadaşlarının çocuk-ebeveyn bağlanma örüntüsünü ölçmek üzere geliştirdikleri PBI, Bowlby'nin ana baba-çocuk bağlanma ilişkisinde ileri sürdüğü ilgi ve kontrol boyutlarını kapsamaktadır.[16] Ölçeğe göre, yeterli ilgi-aşırı korumama (high care-low overprotection) optimal bağlanma olarak tanımlanmaktadır. Yetersiz ilgi (low care) -aşırı korumama ise bağlanmama ya da zayıf bağlanma sınıfına girmektedir. Yeterli ilgi-aşırı koruma davranışları sergileyen ana babalar da duyarlı kontrol (affectionate constraint) sınıfında yer almaktadır. Yetersiz ilgi-aşırı koruyucu ana baba davranışları ise duygusuz kontrol (affectionless control) olarak sınıflandırılmıştır. Ölçek Kapçı tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.[19]

Ağlamanın yeni doğanda bir bağlanma biçimi olduğundan yola çıkan bazı yazarlar bunu psikoterapi ortamında ağlamakla eşleştirip, tanımadıkları ağlama şekillerini tanımlayıp, bu yolla bir gruplandırma yapmayı tercih etmişlerdir.[20] Bu yaklaşım sayesinde erişkin bireyde ne tür bir bağlanma tipinin olduğu, ve bu ne derecede sağlıklı olduğu belirlenmeye çalışılmıştır.

Kavramın Tarihçesi ve Gelişim Süreci

Nesne ilişkileri okulunun öğrencisi olan Bowlby, kuramı çok dogmatik bularak ve psikopatolojinin gelişiminde çevresel etkenlerin göz ardı edildiğini düşünerek Klein'dan ayrılmıştır.[1] Çocuk ve ergen hırsızların yaşamlarını incelerken, bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde annelerinden uzun süre ayrı kaldıkları Bowlby'nin dikkatini çekmiştir.[1] Ardından yaptığı çalışmaların sonucunda çocukların annelerini sadece açlık güdüsünü doyurdukları için sevdiği açıklamalarına karşı çıkararak, bağlanma kuramını geliştirmiştir.[21-23] Bowlby'ye göre bağlanma davranışı içgüdüsel bir eğilim olup, temel hedefi içgüdüsel ihtiyaçların karşılanmasıdır. En etkili davranışsal sistem olup, sosyal ilişkilerin kurulmasında temel belirleyicidir.[18,23]

Bowlby, bu kuramda nesne ilişkileri kuramı ile Darwin'ci görüşleri bir araya getirmiştir. Yakınlık arama ve yakın ilişkiler kurma yönünde evrensel bir eğilim olduğunu ve bunun bebeklikten itibaren başladığını ortaya koymuştur. Bebeğin annesine duyduğu, daha çok doğuştan olan, biyolojik belirteçlerle yönlendirilen, sosyal ilişkilerin başlangıcını oluşturan, emme, gülme, ağlama, izleme, çağırma, arama, bekleme gibi davranışlarla kendini gösteren ve gelecek ilişkiler için şablon niteliği taşıyan bir ilişki tanımlamıştır.[24] Evrimsel olarak temel işlevi korunma olan birincil bağlanma ilişkisi yedinci ay civarı gelişir, yakınlık arayışı ile belirginleşir ve güvenli yer olgusu ile sonlanır.[25] Güvenli yer olgusunda bağlanma davranışı ile keşif davranışı arasında karşılıklı bir ilişki vardır ve ayrışma ve duygusal otonomiye doğru ilerleyen bir süreçtir.[1] Ayrışma evresinde (mutual regülasyon) bebekten gelen sinyali bakım veren gözden kaçırma bile bebek uyarmaya devam eder. Ko-regülasyon ve mutual regülasyon dönemlerini izleyen self-regülasyonun etkinliği ilk dönemlerin etkinliği ile paraleldir. Oluşturulan bilişsel şemalarla bakım verenin ulaşılabilirliği ve ne tür tepkiler verebileceği kestirilir. Süt çocuğu bekleyeceğini öğrenir ve davranışlarını ona göre ayarlar. Bağlanmanın tam olarak biçimlenme süreci ikinci ve üçüncü yıla yayılmaktadır. Bu süreçte bağlanmayı etkileyen diğer etmenler annenin sosyal desteği, anne-baba ilişkisi, babanın geleneksel rolü ve kültürel farklılıklardır.[17]

Bowlby tarafından ilk tanımlanan bağlanma kuramı, Ainsworth ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir.[7] Ainsworth yabancı durum testi ile laboratuvar ortamında annesinden ayrılan ve sonradan annesiyle buluşturulan çocukların tepkileri ile güvenli ve güvensiz bağlanma örüntülerini (attachment patterns) değerlendirmiştir. Bunları güvenli (secure), kaygılı-ikircikli (anxious/ambivalent) ve kaçınan (avoidant) olarak 3 ayrı gruba ayırmıştır. Bu

bağlanma biçimleri kuramın ilk halinde tutarlı-tutarsız, sürekli-sürekli ve tepkisiz anne tutumlarına karşılık süt çocuğunda şekillenen bağlanma dürtüleridir. Bunlara daha sonra dağıntık (dezorganize/dezoryante) bağlanma adı altında bir üçüncü güvensiz bağlanma tipi daha eklenmiştir ki yünü belirsiz olarak nitelendirilebilecek olan bu tipte kaygı denetiminde tutarsızlık hakimdir. Bartholomew ve Horowitz ise kişinin kendisinin ve başkalarının içsel çalışma modelinden yola çıkarak güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma biçimlerini ortaya koymuşlardır.[12]

Bağlanma Kuramı

Bowlby'nin bağlanma kuramına göre yeni doğan bebekler, yalnızca onlara bakmaya ve korumaya istekli bir yetişkinin varlığında yaşamlarını sürdürebilirler.[17,23,24] Bebekler bakım veren kişi ile etkileşimi sağlamaya yardımcı davranışlar (emme, izleme, gülümseme, ağlama, dokunma) ile donanımlı olarak dünyaya gelirler. Bebeğin doğuştan getirdiği bu özellikleri, bakım veren ile düzenli ve tutarlı bir etkileşim sonucu giderek gelişir.

Bağlanma sürecini dönemlere ayırdığımızda; doğumdan 8-12 haftaya kadar olan bağlanma öncesi dönemde bebek annenin uyarıcıları ile hareketlenir.[24]Çevresindeki kişilere yönelme davranışı gösterir ancak kişileri ayırt edebilme yetisi yoktur ya da çok kısıtlıdır. Bağlanmanın ilk işaretleri 8-12 haftadan 6 aya kadar uzanan ikinci dönemde ortaya çıkar. Bu dönemde bebek anneyi yabancılardan ayırt etmeye ve dikkatini daha çok anneye yönlendirmeye başlar. Bağlanmanın tam olarak gözlemlendiği üçüncü dönem 6-24 ay arasındadır.[23] Bağlanma davranışı yakınlık arayışı ile kendini gösterir ve küçük çocuklarda bağlanılan kişilerden ayrılma ile belirginleşir. Annenin yokluğunda gerginlik, huzursuzluk, varlığında ise rahatlık duygusu olur. Bowlby'e göre, dünya ile daha iyi başa çıktığı düşünülen bir kişi ile yakınlığı koruma (yakınlarda kalma ve ayrılıklara direnme) bağlanmanın tanımlayıcı özelliğidir. Bağlanmanın temel işlevi ise tehlikelerden korunmadır.[23]

Bağlanma davranışı ile keşfetme, araştırma davranışı arasında karşılıklı bir ilişki vardır.[17] Bağlanma kuramının üç temel ilkesi: i) insan yavrusu bağlanmayı kolaylaştıracak bir davranış repertuarı ile doğar. ii) yakınlığın sürdürülmesi, diğerinin de yaklaşma gereksinimini karşılar. iii) yaşanan deneyimler sonucu çocuk kendine ve dış dünyaya bir anlam verir. Bunu yeni ilişkilere genelleyerek bütünleştirir ve bir zihin modeli şeklinde içselleştirir.

Bowlby'e göre, erken çocukluk döneminde bağlanma figürü olan anne ve babaların tekralayan davranış örüntüleri çocukların zihinsel şemalarını şekil-

lendirir.[17,23] Bu şemalar çocuk üzerinde yaşam boyu süren etkiler göstermektedir. Bağlanma kuramına göre, ebeveyn davranışları ve etkileşim biçimi daha sonraki yıllarda yakın ilişkilerdeki beklenti, inanç ve tutumları yönlendiren “içsel çalışma modellerinin” içeriğini oluşturur. İçsel çalışma modelinde, kişinin zihninde, kendisi ile bağlandığı nesnelere arasındaki etkileşim örüntülerini taşıyan bir harita üzerinde yol bulunur. Kurama göre anne ve çocuk etkileşimi sürecinde zihin modelinin iki temel şeması, birbirini doğrulayıcı ve tamamlayıcı biçimde gelişir: “Değerli ben” ve “güvenilir o”. Bu iki şema yakın ilişkilerde yaşanan bağlanma kaygısı ve mesafeyi koruma ve kaçınma davranışı ile ilişkilidir.

Normal gelişmekte olan çocuğun bağlanma davranışı iki çeşit gözlem ile yapılmaktadır.[17,18] Bunlardan birincisi, bebeğin sosyal tepkilerini diğer kişilerden çok bakım veren kişiye yönlendirmeyi tercih etmesi, ikinci bebeğin bakım veren kişiden ayrılma ve yeniden birleşmeye anlamlı tepki göstermesidir. Güvenli bağlanma gösteren çocuklar, annelerinin her zaman yanlarında olup, stres durumlarında yardımcı olacaklarından emin olan çocuklardır.[23] Anne ayrıldığında tepki göstermelerine karşın döndüğünde kolaylıkla yatışırlar. Güvenli bağlanmanın gelişmesi için çocuğun kesintisiz, tutarlı tepki veren, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakım verene sahip olması önemlidir. Kaygılı/ikircikli bağlanma örüntüsü olan çocuklar, çağırdıklarında annenin yanıt vereceğinden ya da yardımcı olacağından emin olmayan çocuklardır.[23] Bu nedenle ayrılığa direnirler ve anne döndüğünde yatışmazlar. Araştırmacı davranışlarda bulunmaya ilişkin kaygıları vardır. Bu anneler tepkilerinde tutarlı olmayan ve kontrol amaçlı terk etme tehdidinde bulunan annelerdir. Kaçınan bağlanma örüntüsü olan çocuklar ise annelerinin yardımcı olacağına ilişkin hiç güveni olmayan çocuklardır.[24] Sürekli olarak çocuklarını geri çeviren ya da reddeden anneleri olan bu çocuklar ayrılığa tepkisiz kalıp anne döndüğünde yakın durmazlar. Güvenli, kaygılı/ikircikli ve kaçınan bağlanma örüntülerine daha sonra Main ve Solomon tarafından dağınık bağlanma örüntüsü (dezorganize/desoryante bağlanma örüntüsü) eklenmiştir.[25] Stres ile baş etmede organize bir davranış göstermeme, yabancı durum testinde stereotipik, asimetric ve zamansız hareketlerin varlığı, donup kalma ya da hareketlerde yavaşlama dağınık bağlanma ölçütü sayılmaktadır. Bu çocukların annelerinin fiziksel taciz ya da ihmalde bulunan, psikiyatrik bozukluk oranları yüksek olan ya da kendi bağlanma nesnelere ile olan sorunlarını çözmemiş anneler olduğu bildirilmektedir. Dağınık bağlanma örüntüsünün altında yatan nedenin bakım verenden korkma olduğu belirtilmektedir.[26]

Henüz tam olarak kanıtlanamamasına karşın anne ile bebek arasındaki ilk bağlanma ilişkisinin doğum öncesinde kurulduğu ileri sürülmektedir.[27] Doğum öncesi dönemde fetüs, annenin duygulanımlarına yanıt verebilmektedir. Yirmi altıncı haftada fetüsün algılama, tepki gösterebilme ve işittiği bilgileri yakalama yeteneklerinin olduğu bildirilmektedir. Bu durumda, doğum öncesi dönemde, annenin bedeninde meydana gelen değişiklikleri benimsemesi, olumlu duygularını henüz doğmamış olan bebeğine aktarabilmesi bağlanmanın ilk temellerini oluşturmaktadır. Hamilelik döneminde annenin karnına dokunması yoluyla bebeğin tensel olarak hissedilmesi ve bebeğin kabulü bağlanma ilişkisi için oldukça önemlidir. Bu noktada, annenin fetüse ilişkin oluşturduğu tasarımın içeriği ön plana çıkmaktadır. Eğer kendi anne babası ile sıcak, sevgi dolu ve güvenli bir bağlilik ilişkisi kurmuşsa bu durum evliliğine ve çocuğu ile olan ilişkisine de yansımaktadır.[28] Bebeğin, sosyal ve duygusal açıdan gelişebilmesinde bakım verenin duyarlılığı mevcut bağın kuvvetlenmesini sağlamaktadır. Aynı şekilde bebeğin kendisini ifade edebilmesi ve ortaya koyabilmesi için de anne-baba çocuk ilişkisindeki duyarlılık önemlidir.[29] Anne çocuk ilişkisinde, gerek anne gerekse bebek birbirlerinin duygularına cevap verdikleri oranda aralarındaki duygusal iletişimin kalitesi artmaktadır.[30] Bebeklerde, bağlanılan figürden ayrılma, ileriki yaşlarda hastalık ve yorgunluk olarak kendisini belli etmektedir. Çeşitli nedenlerle doğumdan hemen sonra annelerinden ayrılarak, özel bakıma alınan bebeklerde; gelişmenin yavaşladığı ya da durduğu, bu bebeklerin yemek yemedikleri, sosyal geri çekilme yaşadıkları ve yüzlerinde sürekli üzüntülü bir ifade taşıdıkları belirtilmiştir.[31] Birincil bağlanma nesnesinden herhangi bir sebeple ayrılma durumlarında, bebeğin kalp atım hızının yükseldiğini ve nörobiyolojik sistemleri işleyişinde farklılaşmalar olduğu ileri sürülmüştür.[32]

Birincil bağlanma figürü çoğunlukla annedir. Buna karşın, pek çok bebekte temel bağlanma anneye olduğu kadar babayla da olmaktadır.[33] Anne tarafından desteklenen babaların, bebekleriyle aralarında güvenli bir bağlilik geliştirebilme olasılıkları yüksektir. Baba ile bebeğin bağlanma şekli ve ilişkisinin ayrıntıları anneye bağlı olarak değişmektedir. Eğer anne ve babadan her ikisi de uyarıcı kaynağı ise, bebeğin, hem annesine hem de babasına güvenli bağlanma geliştirebilmesi olasıdır. Bunun gerçekleşmesinde, bebeğin algıları da etkilidir. Baba, anneye göre daha farklıdır. Sesinin tonu, giyimi, verdiği tepkileri, kokusu ve dokunuşu farklıdır. Bu sayede, bebek, anne ve babasının iki farklı kişi olduğunu öğrenmektedir. Anne ya da babanın birinin ayrıldığı durumlarda bebek, farklı bir sevgi kaynağının yanında olduğunu bildiğinden

rahattir. Bu dönemde bebekler acıktıklarında ve yorulduklarında annelerini, aktif oyunlarda ise babalarını tercih etmektedirler.[33]

Ergenlikte ve Genç Erişkinlikte Bağlanma

Bağlanmanın fiziksel ve psikolojik koruma işlevini ne kadar iyi yerine getireceği, çift yönlü etkileşimin, her iki tarafın ihtiyaçlarına yanıt verme kalitesine bağlıdır. Bağlanma ilişkileri, genç bireylerin bağlanmış oldukları kişi ile yaşamış oldukları etkileşim kalıplarından oluşturmuş oldukları içsel çalışma modelleri tarafından yönetilmeye başlanır.[34] Bu içsel çalışma modelleri onların ortaklaşa etkileşim geçmişlerinden kaynaklı olarak kişinin kendisinin ve bağlanılan kişinin “işletilebilir modelleri” olarak algılanır. Bunlar hem bağlanılan kişinin hem de kişinin kendisinin bağlanma ile ilgili davranış, düşünce ve duygularını düzenleme, yorumlama ve yordama görevini görürler. Eğer gelişimsel ve çevresel değişikliklerle uyumlu bir biçimde yeniden ele alınırlarsa, içsel çalışma modelleri, geçmiş ve gelecek bağlanma örüntüleri arasında ve ilişkilerde iyi bir iletişimi mümkün kılar. Böylece yakınlığın düzenlenmesi ve ilişkilerde yaşanan çatışmaların çözümlenmesini kolaylaştırırlar. Ayrıca bağlandığı kişinin ihtiyaçlarına cevap vereceğine, destek sağlayacağına ve koruma sağlayacağına güvenen birey, eğitim ve sosyal hayatında keşfetme ve ilişki kurma davranışına gerekli ve yeterli enerjiyi ayırabilir.[34]

Ergenlikte ebeveynlerle olan bağlantı zayıflar. Ebeveynlerle aynı öneme sahip ya da daha önemli bireyler gençlerin hayatına girebilir ve aynı yaştaki akranlarda cinsel çekicilik bu çerçevenin daha da genişlemesine sebep olur.[35] Sonuç olarak zaten büyük olan bireysel farklılıklar daha da büyük olur. Bir tarafta ebeveynleri ile bağlantısını kopartan gençler yer alırken diğer bir tarafta ebeveynleriyle hala yoğun bir bağlantı içerisinde olan ve diğerleri ile bağlanma davranışlarını yönlendiremeyenler yer alır. Bu iki uç durumda ise ebeveynlerine olan bağlantıları güçlü olmaya devam eden ama diğer bazı kişilerle olan bağlantıları da çok önemli gören çoğunluk yer alır.

Ergen, gençlik dönemine ulaştıkça ebeveynlerle olan bağlanma ilişkilerinden uzaklaşma eğilimindedir. Genç ile ebeveynleri arasında var olan bağlar artık sınırlanacak güvenli bağlar olarak algılanmaktan çok sınırlayıcı bağlanmalar olarak görülmeye başlanır. Bu yüzden bir gencin temel hedefi hiçbir kimseye bağlı kalmaksızın dünyada kendi yolunu bulmak için bağımsızlığa olan ihtiyaç olur.[35] Gençlik esnasında yeni bir bağlanma biçimi ortaya çıkmaya başlar. Bu yeni bağlanma biçimi kendi çocukları ya da eşleri ile olacak bağlanmaları olarak gelecekteki bağlanma davranışının göstergesi niteliğindedir.

Yine de unutulmamalıdır ki gençlik döneminde ebeveynler ile çocuklar arasındaki ilişki daha az önemli hale gelmez sadece çocuk ebeveynlerine daha az bağımlı hale gelir. Gençler bu yıllarda bağımsızlıklarına ulaşmaya çalışmaktadırlar, fakat aynı zamanda ihtiyaç duyduklarında ebeveynlerinin destek olmalarının farkında olmak istemektedirler. Ebeveynlerden bağımsız olmayı aramanın bir yolu bağlanma figürleri olarak arkadaşlara güvenmedir. Güvenmenin ebeveynlerden arkadaşlara aktarılması gençlerin hayatında önemli bir süreçtir çünkü bu ilk başta bir mücadeledir, fakat bu onların yetişkin bağlanma biçimlerini tam olarak geliştirmelerini destekler. Gençler romantik türden olanların ve sonunda tam bir bağlanma ilişkisine dönüşebilecek bağlanmaların yer aldığı uzun dönemli ilişkileri arkadaşlarıyla kurabilirler. Romantik bağlanmaya dönüşen bağlanma ilişkilerinin hayat boyu sürecek ilişkiler olmaları mümkündür. Bu ilişkiler yalnızca bağlanmaya duyulan ihtiyaçtan dolayı değil aynı zamanda türün hayatta kalması için de oluşturulur.[35]

Her bir bağlanma biçimi farklı kişilik özellikleriyle farklı düzeyde ve türde kişilerarası problemlerle ilişkilidir. Güvenli bağlanma biçimine sahip gençler aile ve arkadaşlarıyla daha fazla uyumlu, kendilerine ve başkalarına daha çok güvenen ve daha az sosyal problemler yaşayan kişilerdir. Güvensiz modellere sahip olan gençler daha az uyuma sahiptir ve kendi duygularını düzenlemede daha az beceriklidirler, stresle başa çıkmaları gerektiğinde daha az dayanıklıdırlar. Genç bir bireyin çocukluk dönemi bağlanma yaşantıları, zihinsel modellerinde temsil edildiği gibi, sosyal ilişkilerdeki başarısını ve hayatın güçlüklerine uyum sağlama başarısını belirlemektedir.[36] Kişilerarası problemler çoğu zaman bireyin belirli bir davranışı göstermesi ile bu davranışı göstermesinin sonuçlarından kişinin korkuları arasındaki çatışmayı yansıtır. Bu türden çelişkiler kısmen kendisini kişinin bağlanma geçmişinden ve kişilerarası ilişkileri öğrenme geçmişinden kaynaklanır. Örneğin diğer insanlarla geçmişte yaşamış oldukları deneyimleri hayal kırıklığı yaratan insanlar diğer insanlara güvenmemeye başlayabilir ve diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmaktan kaçınabilirler.[37]

Erişkinlikte Bağlanma

Erişkin hayatındaki bağlanma davranışı, çocuklukta, ergenlikte ve gençlikte gösterilen bağlanma davranışının bir devamı olarak düşünülmektedir.[17] Weiss erişkinlikteki bağlanmayı çocuklukta bağlanmadan ayıran üç özellik tanımlamıştır: i. Erişkinlerde, bağlanma ilişkileri tipik olarak eşler arasındadır, diğerinde bakım alan (bebek) ve bakım veren (ebeveyn) arasındadır.; ii. Eriş-

kinlerdeki bağlanma çocukluktaki bağlanma gibi diğer davranışsal sistemlerin etkilenmesinden sorumlu değildir.; iii. Erişkinlikteki bağlanma sıklıkla cinsel ilişki içerir.[38]

Erişkinde Bağlanma Biçimleri

Erişkin bağlanmasıyla ilgili araştırmalar, bağlanma biçimiyle birleşmiş zihinsel modellerin içeriklerini anlamaya ve ilişkilerin farklı modellerinin ilişkisel yaşıntılarına odaklanmıştır.[39] Bartholomew ve Horowitz, Bowlby' nin bağlanma kuramını temel alarak ve kişinin kendisinin ve başkalarının içsel çalışma modeli olan iki tipten yola çıkarak ortaya koyduğu 4 ayrı bağlanma biçimi oluşturulmuştur.[21,40,41] Dört prototip bağlanma modeli bireyin benlik imajı (pozitif ya da negatif) ve başkalarının imajlarının (pozitif ya da negatif) birleşimleri kullanılarak tanımlanmıştır. Tanımlanan erişkin bağlanma biçimleri arasında ilki güvenli bağlanma biçimidir. Güvenli bağlanma biçimi, kendini değerli hissetme ve sevilbilir olduğu duygusunu genellikle diğer insanların kabul edici ve cevap vericiliğine dair beklentileriyle birleştirir.[12] Saplantılı bağlanma biçimi ise kendini değersiz hissetme (sevilmeye layık görmeme) duygusuyla başkalarına yönelik olumlu değerlendirmeleri yansıtır. Saplantılı biçime sahip olanlar kendilerine güveni az, başkalarını destekleyici olarak algılayan, bu destekten olumlu şekilde faydalanamayan, kendini açma düzeyleri az olan bireylerdir.[42] Kayıtsız bağlanma biçiminde kendini değerli hissetme ve sevilbilir olduğu duygusunu diğer insanlara karşı olumsuz beklentilerle birleştirir. Böyle kişiler, yakın ilişkilerden kaçınarak, hayal kırıklıklarına karşı kendilerini korurlar ve bağımsızlıklarını ve incinemezliklerini sürdürürler. Korkulu bağlanma biçiminde kendini değersiz hissetme ve sevilmeye layık görmeme duygusu ve diğerlerinin olumsuz, güvenilmez ve reddedici olarak algılanmasına yönelik beklentilerle birleşir. Bu bağlanma biçimine sahip kişiler başkalarıyla yakın bağlar kurmaktan kaçınarak, başkalarından beklenen reddedilmeye karşı kendilerini korurlar.[12]

Güvenli bağlanması olanlar hem kendileri hem de başkaları konusunda pozitif bakış açısına sahiptirler. Güvenli bağlanması olanlar sıkıntılarını kabul ederek, başkalarından yardım ve destek talep ederek yapıcı bir biçimde kendi zor duygularını ifade etmede rahattırlar. Kayıtsız bağlanması olanlar temelde kaçınmacıdırlar çünkü kendileri ile ilgili olumlu ama başkaları ile ilgili olumsuz görüşlere sahiptirler. Negatif duyguları baskı altında tutma eğilimindedirler ve kaçınma stratejilerini temel başa çıkma stratejileri olarak kullanırlar. Saplantılı bağlanması olanların ise kendileri ile ilgili bakış açıları negatif, başkaları ile ilgili bakış açıları pozitifdir ve temelde kaygılıdırlar. Negatif duygula-

rını abartılı ve sürekli bir biçimde eşlerinin onayını arayarak gösterirler. Korkulu bağlanması olanlar kendileri ve başkaları ile ilgili negatif modellere sahiptirler ve kaygılı/kaçıngan olarak sınıflandırılabilirler. Kaygılı/kaçınganlar başkaları ile yakın ilişki kurmak arzusunda olmalarına karşın, ilişkilerinde aşırı yakınlıktan kaçınırlar çünkü incinebilecekleri konusunda kaygılıdır.[43,44]

Güvenli bireyler daha az güvenli bireylerle karşılaştırıldığında stres kaynağı olayları daha az tehdit edici olarak değerlendirirler. Bu kişilerin kendilerinde stres oluşturan durumun nedenleri ile başa çıkabilecekleri konusunda yeteneklerine güvenleri vardır. Duygularını açık bir biçimde ifade ederler. Destek aramayı stres yaratıcı durumlar ile başa çıkmak için bir duygu düzenleme stratejisi olarak kullanırlar. Durumları açıkça tartışırlar ve çatışmalardan kaçınmak yerine onlara çözüm bulurlar. Ayrıca güvenli bireyler kızgınlığın psikolojik işaretlerinin farkındadırlar. Uyuma yönelik problem çözümlerine ortak olurlar. Kızgınlıklarını kontrollü ve düşmanca olmayan bir biçimde ifade ederler. Sonuç olarak, güvenli bağlanma biçimine sahip bireylerde pozitif duygu yaşantısı yaratıcı problem çözme geliştirir.[45]

Bağlanma ve Psikopatoloji

Son yıllarda, anne-çocuk ilişkisi konusunda yapılan araştırmaların önemli bir bölümünü bağlanma konusunun oluşturduğu görülmektedir. Bu durumun en önemli nedeni ise, anne-baba ve çocuk ilişkisini araştırmının her iki nesil için de giderek önem kazanmasıdır. Çünkü bağlanma, çift yönlü bir süreçtir. Pek çok araştırmacı anne-çocuk ilişkisinin sürekliliğinin sonraki yaşantıların temelini oluşturduğunu ileri sürmektedir.[46] Kişinin yaşamındaki en önemli kişilerin annesi ve babası olduğunu; anne ve baba ile iyi bir ilişkinin genç ve erişkin ruh sağlığında belirleyici rol oynadığını belirtilmiştir.[47] Bowlby'nin çalışmalarından başlamak üzere güvensiz bağlanma biçimi daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüşken güvenli bağlanma sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiştir.[3] Doğanın özgün modeli güvenli bağlanmadır. Güvensiz bağlanma biçimleri olan kaygılı/ikircikli bağlanma anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluklarla ilişkilendirilirken, kaçınan bağlanma davranış bozukluğu ve diğer dış vuruk patolojilerle ilişkilendirilmiştir. Dağınık bağlanmanın (dezorganize/dezoryante) ise dissosiyatif bozukluklarla birikteliğinden söz edilmiştir.

Daha önce belirttiğimiz gibi anne ile bebek arasındaki ilk bağlanma ilişkisinin doğum öncesinde kurulur.[27] Hamilelik sonrasında, annenin fetüse ilişkin oluşturduğu tasarımın içeriği ön plana çıkmaktadır. Doğum, anne ile

bebeğin dokuz aylık birlikteliklerindeki ilk ayrılıştır. Böylece intrauterin yaşam için biyolojik gereksinimlerin karşılandığı alışveriş de sona ermektedir.[48] Eğer kendi anne babası ile sıcak, sevgi dolu ve güvenli bir bağlılık ilişkisi kurmuşsa bu durum bebeği ile olan ilişkisine ve bebeğiyle eşi arasındaki ilişkiye verdiği desteğe de yansımaktadır. [28] Doğum sonrası depresyon annenin bağlanma biçiminden bağımsız değerlendirilemez ya da bebeğin bağlanması annenin duygudurumundan bağımsız bir süreç olamaz.[49] Pek çok çalışmada gösterildiği üzere kültürler arası fark göstermeksizin doğum sonrası depresyon annenin güvensiz bağlanma biçimi ile ilişkili bulunmaktadır.[49-51] Doğum sonrası dönemde annede ortaya çıkan depresyon, annenin, çocuğun ve ailenin çeşitli güçlükler yaşamasına neden olmakta anne ile çocuk arasında kurulan ilişkiyi, annenin bebek bakımını ve ebeveyn rolünü öğrenmesini etkileyebilmektedir.[52] Doğum sonrası depresyonun çocuğun güvensiz bağlanma biçimi ile de ilişkisi gösterilmiştir.[53] Annenin tedavi edilmemiş depresyonunun da çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkilediği saptanmıştır.[51]

Tepkisel bağlanma bozukluğu tanımlanmış ilk bağlanma bozukluğudur.[54] Beş yaşın altı çocuklar için geçerliliği olan bu tanının ketlenmemiş tipinde çocuğun sosyal etkileşiminde bir sorun olmamakla birlikte, seçilmiş bir bağlanma nesnesi bulunmamaktadır. Ketlenmiş tipte ise etkileşimi başlatmada ve sürdürmede ya da herhangi bir etkileşime yanıt vermede güçlük vardır.[54] Bakım verenin uygunsuz ve tutarsız bağlanması ya da bakımverenin sık değişmesi böyle bir bozuklukla sonlanabilir. Daha ileri yaş grubunda görülen seperasyon anksiyöz/ikircikli bağlanmanın, klinik anlamlılık eşiğini aşmış bir formu gibidir. Bu bağlanma biçimini geliştirmiş olan, ayrılınca kaygılı ve huzursuz, birleştiginde de kolay yatışmayan ve anneye yapışıp kalan bu çocuklar, okul zamanı zorunlu ayrılık durumunda ayrılık anksiyetesi geliştirmeye yatkındırlar.[54]

Erken dönem yaşantılarının bakım veren-bebek ilişkisinde güvensiz bağlanmaya ve bunun kendilik organizasyonu gibi psikopatolojiye giden dinamiklerde önemli rol oynadığı artık bilinmektedir, ancak bu süreç çevresel desteklerin oluşturduğu bağlamdan etkilenir.[55] Kendiliğin duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimi için güvenli bir bağlanma temeldir. Bağlanma güvensiz olduğunda çocuk çevreyi araştırma davranışına giremeyecek, bu da bilişsel gelişimine de ket vuracaktır. Bir diğer önemli sorun yeni doğanın zor mizacı duygusal ve fiziksel ihmal için başlı başına bir risk etmenidir ki bu çocuklarda daha sık görülür. Üç yaş civarı bu çocuklar zihinsel işlevlerinin gelişiminde bir azalma, kalıcı dil bozuklukları ve zayıf motor ve sosyal davranış göstermekte-

dir. Mizaç da yaşamın ilk yıllarından başlayarak varolan, görece aynı kalan ve kişinin davranış örüntülerini belirleyen bir oluşumdur. Kişinin bağlanma biçimi annenin bireysel özelliklerinden ve anne çocuk ilişkisinin doğasından olduğu kadar, çocuğun bireysel özelliklerinden de etkilenmektedir şüphesiz. Bu noktada annenin ve çocuğun mizacının, çocuğun bağlanma biçiminin belirleyicilerinden olduğu ileri sürülebilir. Mizaç güvenli bir bağlanmayı öngörür mü yoksa sadece özgün bir bağlanma biçimi ile mi ilişkili olduğu sorusunun yanıtı, olasılıkla güvenli ya da güvensiz olarak öngörebilme gücü olduğudur. Fakat ebeveynle ilişki bu öngörüden dışlanamaz. İkinci olarak, mizacın negatif duygusallık (emosyonalite) boyutunun daha öngörücü özellik olduğu düşünülmektedir.[55] Sonuç olarak mizaç da bağlanma da transaksyonel bir yaklaşımla erken duygusal ve sosyal gelişimle birlikte var olup, her birey için yegane olan interaktif etkileşimlerle özgün bir duygusal ve sosyal bir işlevsellik ortaya koymaktadır. Yenidoğanın ve ebeveynlerin karakteristikleri arasındaki optimal etkileşim güvenli bağlanmanın en önemli öngörücüsü gibi durmaktadır.

Bağlanma biçimini öngören erken yaşam deneyimleri ile ilgili olarak bazı cinsiyet farklılıkları bulunduğu ileri sürülmektedir.[56] Erkeklerde yüksek paternal ilgi ve bakım ve düşük maternal korumanın güvenli bir bağlanma ile sonlanacağı belirtilmektedir. Bu yazarlar her iki cins için akran ilişkilerinin de önemli olduğuna vurgu yapmışlardır. Bağlanma için bir diğer üzerinde durulması gereken önemli konu ardışık kuşaklarda sürekliliğinden söz ediliyor oluşudur. On yıllık bir izlem çalışmasında 60 anne ve bu annelerin 69 kız çocuğu ayrı ayrı değerlendirilmiş ve depresyon, mizaç ve sosyoekonomik düzeyden bağımsız olarak ebeveyn tutumunun kuşaktan kuşağa aktarıldığı saptanmıştır.[57] Özellikle duygusuz bakım verme (düşük ilgi- yüksek kontrol) diye adlandırılan tutumun anneler ve kızları arasında yüzde yüze yaklaşan oranda paralellik gösterdiği belirlenmiştir.

Konuyla ilgili ilk çalışmalarda, psikiyatrik bozukluğu olan olgular sağlıklı kontrollerle karşılaştırılmış ve duygusuz bakım verme şeklindeki ebeveyn tutumunu daha çok gösterdikleri ortaya konmuştur.[58] Ortalama yaşları 15 olan ergenlerde duygusuz kontrolü olan (affectionless control) ebeveyn davranışının özkıyım düşünceleri için risk etmeni olduğu, kendine zarar verici davranışı 3 kat, depresyonu 5 kat arttırdığı gösterilmiştir.[59] İleriye dönük bir çalışmada, kaygılı bağlanma biçimine sahip küçük çocukların çocukluk çağı ve ergenlik dönemi boyunca anksiyete bozukluğu geliştirme açısından yüksek risk altında oldukları gösterilmiştir.[60] Başka bir ileriye dönük çalışmada,[61] ergenlikte güvenli olmayan bağlanmanın (özellikle kaçınan bağlanmanın)

erişkin dönemdeki olumsuz ilişkiler açısından bir risk faktörü olduğu gösterilmiştir. Bağlanma sevgi ilişkilerinin ve yakınlık kurabilme özelliklerinin gelişimini belirlemede özellik taşıyan bir süreçtir. Örneğin kaçınan bağlanmaya sahip çocuklar başkaları tarafından reddedilmeyi belediklerinden, başkalarını iterek kendilerinden uzaklaştırabilirler ve bu ilişki biçimleri gerçekten de beledikleri reddedilmeye yol açabilir. Bu anlamda çocuğun, ergenin ya da erişkinin duygusal yakınlık kurma davranışı, erken bağlanma örüntülerinin izlerini taşır.[62]

Olağanüstü kötü koşullarda gelişen bağlanma örüntüsünü güvensiz olarak nitelemenin yeterli olmadığı görülerek dezorganize bağlanma kavramı sonradan geliştirilmiştir. Koruma altına alınmış devlete bağlı kurumlarda yetişen çocuklarda, sonradan evlat edinilseler bile tümüyle düzelmeyen bağlanma bozuklukları ortaya çıkmaktadır. Lise öğrencilerinin kendi bağlanmalarına ilişkin algıları depresyon, madde kullanımı, yeme bozuklukları ve kişilik bozukluklarıyla ilişkili bulunmuştur.[63]

Panik bozukluk, sosyal fobi, obsesif kompulsif bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu ve kronik ağrı bozukluğunun güvensiz bağlanma biçimiyle ilişkileri çeşitli araştırmalarda gösterilmiştir.[64-71] Güvenli olmayan bağlanma biçimlerinin ergenlerde ve erişkinlerde kişilik patolojisi ile; kaygılı/ikircikli bağlanmanın geri çekilme ve içe vuruk patolojilerle; kaçınan bağlanmanın ise içe vuruk ve dışa vuruk patolojilerin bir karışımını yansıtan çeşitli kişilik bozuklukları ile birliktelik gösterdiği belirtilmiştir.[72,73] Birincil sağlık bakımı alan kadınlardan oluşan bir örneklem grubunda, kaygılı veya korkulu (güvenli olmayan) bağlanma biçimine sahip olanların güvenli bağlanma biçimine sahip olanlara göre daha fazla sayıda fiziksel belirteye sahip olduğu ve daha fazla kontrole ihtiyaç duyduğu ve daha fazla maliyete yol açtıkları gösterilmiştir.[74] Ponizovsky ve arkadaşları, erkek şizofreni olguları ile sağlıklı bireyler arasında güvenli bağlanma puanları yönünden bir fark bulmadıklarını bildirmişlerdir.[75] Bununla birlikte kaçınan ve anksiyöz bağlanma puanları yüksek, kaçınan bağlanma puanları ile hem pozitif hem de negatif sendrom puanları, anksiyöz bağlanma puanları ile de pozitif bağlanma puanlarının ilişkili olduğu saptanmıştır. Güvensiz bağlanan olgularda başlangıç yaşı daha erken, yatış süreleri daha uzun bulunmuştur.[75]

Bağlanma ve Duygudurum Bozuklukları

Unipolar ya da bipolar olgular pek çok yönden sağlıklı bireylerden ve diğer psikiyatrik rahatsızlığı olan olgulardan ayrılırlar. Sorunlu aile içi ve kişilerarası ilişkiler ve hastalığın yinelemeler nedeniyle sıkı bir terapötik işbirliğini gerek-

tirmesi bu farkların başında gelir. Her iki durumda bu kişilerin gerek içsel tasarımları gerekse kişilerarası ilişkileri bağlanma biçimleri tarafından etkilenmektedir.[76,77] Bağlanma biçimleri öfke ve özeleştirinin, yüklü yaşam olaylarının, çocukluk çağı ihmal ve kötüye kullanımlarının izlerini taşıyor ki tümü depresyon etiolojisinde önemlidir.[78] Güvensiz bağlanma biçiminin unipolar depresyonun yeni dönemlerinin başlangıcına yakınlıkla ilişkili olduğu ileriye dönük olarak gösterilmiştir.[65]

Bipolar bozuklukta bağlanma ile ilgili üç çalışmadan biri,[78] iyilik ve depresyon dönemlerinde iki uçlu olguların sağlıklı kontrollerden daha bağımlı olmadıkları sonucuna varırken, bir diğeri zayıf ebeveyn ilişkisinin yinelemeler ve zayıf tedavi uyumu ile ilişkili olduğunu ileri sürmüştür.[76] Bu iki çalışmada da bağlanma biçimi özgün olarak değerlendirilmemiştir. Yakın tarihli bir çalışmada bipolar bozukluğu olan olgularda anksiyöz bağlanma biçimi, iyilik, manik ve depresif tüm dönemlerde kararlılığını koruyarak sağlıklı olgulardan farklılaşmıştır.[79] Morriss ve arkadaşları bu çalışmada Bartholomew ve Horowitz İlişki Anketi ile saptadıkları bağlanma biçimlerini sağlıklı bireylerle karşılaştırmış ve anksiyöz bağlanma biçimi puanlarını duygudurumdan bağımsız olarak iki uçlu olgularda sağlıklı kontrollerden yüksek bulmuşlardır.[79] Bu çalışmada bildirilen anksiyöz bağlanma biçimi kaygılı ve sosyal kaçınan bir bağlanma biçimine karşılık gelmektedir.

Ülkemizde yapılan bir çalışmada Kökçü ve Kesebir, bipolar bozukluğu olan olgularda güvensiz bağlanma görülme sıklığının özellikle kaçınan bağlanma biçimi puanlarının sağlıklı bireylerinkinden daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir.[53] Güvensiz bağlanma biçimi ve duygudurum bozukluklarının birbirini karşılıklı ve çift yönlü olarak olumsuz etkilemektedir. Unipolar ve bipolar bozukluğu olan olguların pek çok yönden sağlıklı bireylerden ve diğer psikiyatrik rahatsızlığı olan olgulardan ayrıldığı gibi, ebeveynlerinin yineleyen hastalık dönemleri ve bunun dışında kalan zamanlarda da artık belirtilerle bozulan psikososyal işlevsellikleri ile bipolar olguların çocukları da diğer çocuklardan ayrılırlar. Bu çalışmanın sonuçlarına göre ebeveynin sosyal işlevselliği çocuğun güvensiz bağlanmasını en güçlü öngören değişkenlerden biridir.

Bipolar bozukluğu olan hastaların akut ataklarında bakımları ve olumsuz etkilerden korunmaları, bunun dışında ebeveynleri ile ilişkileri önemlidir. Fakat akut ataklarda tedavi sürecinde gözden en çok kaçınan çocuklardır.[80] Uygun ve yerinde açıklamalar olmadığında, bazen olduğu halde de, ebeveyn ya da kendileriyle ilgili çarpık algılar ve duygular geliştirebilirler. Diğer zamanlarda suçluluk ve yetersizlik duyguları, özellikle iyi ebeveyn olmadıkları duy-

gusu, sınır koyamama, tahammülsüzlük ve alınganlıklar ebeveyn ile çocuğun ilişkisini olumsuz etkilemektedir. Ayrıca ne zaman hastalık belirtileri, ne zaman hasta olmaktan dolayı ortaya çıkan psikolojik öğeler oldukları çok net olmayabilmektedir. Bu şartlarda güvenli bağlanma zordur. Eğer hastalık çocuğun doğumundan önce de varsa daha da zordur. Nitekim doğum sonrası dönem ise yinelemeler yönden oldukça riskli olma özelliği göstermektedir.[81] Doğum sonrası ya da yaşamının erken evrelerinde annenin hastalık belirtilerinin zaten olumsuzluklara duyarlı süt çocuğuna getirdiği ek yük önemli olacaktır. Kökçü ve Kesibir'in çalışmasında şiddetli atak ve borderline kişilik bozukluğu bipolar bozukluğu olan olgularda ve depresif atak sayısı ile düşük işlevsellik düzeyi bu olguların çocuklarında güvensiz bağlanma biçimlerinin öngörücüleri olarak bildirilmiştir.[53]

Psikopatolojilerin tedavi sürecinde psikoterapi uygulamalarında da bağlanma sürecinin işleyeceği gözden kaçırılmamalıdır. Güvenilirlik, sıcaklık, tutarlılık ve süreklilik şartları yerine getirildiğinde etkileşim ve uyum içerisinde paylaşılan bir öykü ortaya çıkar. Bu öyküde duygular merkezi bir tema olarak işlenebilirse bilişsel bir kavrayışa, başka bir deyişle içsel çalışma modeline dönebilir. Bunu yaparken eşzamanlılık önemlidir ve yalancı diyaloga dikkat edilmeli, kayıpların üzerinde hassasiyetle durulmalıdır.[17,23,24]

Sonuç

Son yıllarda, anne-çocuk ilişkisi konusunda yapılan araştırmaların önemli bir bölümünü bağlanma konusunun oluşturduğu görülmektedir. Bu durumun en önemli nedeni ise, anne-baba çocuk ilişkisini araştırmanın her iki nesil için de giderek önem kazanmasıdır. Çünkü bağlanma, çift yönlü bir süreçtir. Bowlby'nin çalışmalarından başlamak üzere güvenli bağlanma sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiş olup, güvensiz bağlanma biçimi ise daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüştür. Bununla birlikte, çocuklukta güvenli bağlanmanın, daha sonra ciddi yaşam olayları ve duygudurum bozuklukları ile bozulabileceği unutulmamalıdır.

Koruyucu ruh sağlığı açısından bakıldığında güvensiz bağlanmanın pek çok psikopatolojinin gelişimi ile ilişkili olduğu düşünülürse, olguların ve aslında tüm bireylerin çocuk sahibi olmayı planladıkları dönemde, gebelik döneminde ve çocuklarını yetiştirirken desteklenmeleri sağlıklı nesiller yetiştirmek açısından çok önemli gibi görünmektedir.

Kaynaklar

1. Thompson RA. Attachment theory and research. In Child and Adolescent Psychiatry, 3rd Ed. (Ed M Lewis):164-172. Philadelphia, Lippincott Williams Wilkins, 2002.
2. Collins NL, Laurson W. Adolescents' relationships with parents. J Lang Soc Psychol 2003; 22: 58-65.
3. Nakash-Eisikovits O, Dutra L, Westen D. Relationship between attachment patterns and personality pathology in adolescents. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry 2000; 41:1111-1123.
4. Hamilton CE. Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. Child Dev 2000; 71:690-694.
5. George C, Kaplan N, Main M. The adult attachment interview. Berkeley, University of California, 1985.
6. Hazan C, Shaver PR. Romantic love conceptualized as an attachment process. J Pers Soc Psychol 1987; 52:511-524.
7. Ainsworth MDS, Blehar MC, Waters E, Walls S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, Lawrence Erlbaum, 1978.
8. Shaver PR, Hazan C, Bradshaw D. Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In The Psychology of Love (Eds JR Sternberg, ML Barns):68-99. New Haven, Yale University Press, 1988.
9. Collins NL, Read SJ. Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. J Pers Soc Psychol 1990; 58:644-663.
10. Mikulincer M, Florian F, Weller A. Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. J Pers Soc Psychol 1993; 64:817-826.
11. Simpson JA. Influence of attachment styles on romantic relationships. J Pers Soc Psychol 1990; 59:971-980.
12. Bartholomew K, Horowitz LM. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. J Pers Soc Psychol 1991; 61:226-244.
13. Brennan KA, Clark CL, Shaver PR. Self report of measurement of adult attachment: an integrative overview. In Attachment Theory and Close Relationships (Eds JA Simpson, WS Rholes):46-76. New York, Guilford Press, 1998.
14. Sümer N, Güngör D. Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürler arası bir karşılaştırma. Türk Psikoloji Dergisi 1999; 14:71- 76.
15. Sümer N. Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. Türk Psikoloji Dergisi 2006; 21:1-22.
16. Parker G, Tupling H, Brown LB. A parental bonding instrument. Br J Med Psychol 1979; 52:1-10.
17. Bowlby J. Attachment and Loss, 1st Ed. London, Hogarth Press, 1969.
18. Bowlby J. Attachment and Loss: Separation, Anxiety and Anger. New York, Basic Books, 1973.
19. Kapçı E, Küçükler S. Anne babaya bağlanma ölçeği: Türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. Turk Psikiyatri Derg 2006; 17:286-295.

20. Nelson JK. Clinical assessment of crying and crying inhibition based on attachment theory. *Bull Menninger Clin* 2000; 64:509-529.
21. Çalışır M. Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 2009; 1:240-255.
22. Stevenson-Hinde J. Attachment theory and John Bowlby: Some reflections. *Attach Hum Dev* 2007; 9:337-342.
23. Bowlby J. *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London, Tavistock Publications, 1979.
24. Bowlby J. The nature of the child's tie to his mother. *Int J Psychoanal* 1958; 39:350-373.
25. Lamb ME, Teti DM, Bornstein M. Developmental phases: infancy. In *Child and Adolescent Psychiatry*, 3rd Ed. (Ed M Lewis):293-323. Philadelphia, Lippincott Williams Wilkins, 2002.
26. Barnett D, Vondra JL. Atypical attachment in infancy and early childhood among children at developmental risk. I. Atypical patterns of early attachment: theory, research and current directions. *Monogr Soc Res Child Dev* 1999; 64:1-24.
27. Bloom KC. The development of attachment behaviors in pregnant adolescents. *Nurs Res* 1995; 44:284-289.
28. Zeanah CH, Boris NW, Larrieu JA. Infant development and developmental risk: a review of the past 10 years. *J Am Acad Child Adolescent Psychiatry* 1997; 36:165-178.
29. Soysal AŞ, Ergenekon E, Eroğlu D. Bebekleri tanı açısından yüksek-standart risk altında olan annelerin duygudurumlarının kısa süreli yardım grupları ile değerlendirilmesi. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi* 2000; 8:106-111.
30. Van de Rijt-Plooijs HC, Plooijs PX. Distinct periods of mother infant conflict in normal development: sources of progress and germs of pathology. *J Child Psychol Psychiatry* 1993; 34:229-245.
31. Goodfriend MS. Treatment of attachment disorder of infancy in a neonatal intensive care unit. *Pediatrics* 1993; 1:139-142.
32. Boccio M, Laudenslager MN, Reite ML. Intrinsic and extrinsic factors affect infant responses to maternal separation. *Psychiatry* 1994; 57:43-50.
33. Biller HB. *Fathers and Families Paternal Factors in Child Development*. London, Auburn House, 1993.
34. Bretherton I, Munholland KA. Internal working models in attachment relationships. A construct revisited. In *Handbook of Attachment. Theory, Research and Clinical Applications*, 1st Ed. (Eds J Cassidy, PR Shaver):89-114. New York, Guilford Press, 1999.
35. Lee EJ. The attachment system throughout the life course: Review and criticisms of attachment theory. <http://www.personalityresearch.org/papers/lee.html> (Accessed at 1.2.2011).
36. Willemssen E, Marcel K. Attachment 101 for attorneys: Implications for infant placement decisions. <http://www.scu.edu/ethics/publications/other/lawreview/attachment101.html> (Accessed at 1.2.2011).

37. Horowitz LM, Rosenberg SE, Bartholomew K. Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *J Consult Clin Psychol* 1993; 61:549-560.
38. West ML, Sheldon-Keller AE. *Patterns of Relating: An Adult Attachment Perspective*. New York, Guilford Press, 1994.
39. Weger Jr. H, Polcar LE. Attachment style and the cognitive representation of communication situations. *Communication Studies* 2000; 2:149-161.
40. Bowlby J. *Attachment and Loss: Sadness and Depression*, New York, Basic Books, 1980.
41. Bowlby J. *Attachment*, 2nd Ed. New York, Basic Books, 1982.
42. Erözkan A. Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2004; 4:155-175.
43. Jones SM. Attachment style differences and similarities in evaluations of affective communication skills and person-centered comforting messages. *Western Journal of Communication* 2005; 69:233-249.
44. Weger Jr. H, Polcar LE. Attachment style and person-centered comforting. *Western Journal of Communication* 2002; 66:84-103.
45. Belsky J. Developmental origins of attachment styles. *Attach Hum Dev* 2002; 4:166-170.
46. Pearson JL, Cowan PA, Cowan CP. Adult attachment and adult child-order parent relationships. *Am J Orthopsychiatry* 1993; 4:606-613.
47. LeCroy CW. Parent adolescent intimacy: Impact on adolescent functioning. *Adolescence* 1988; 89:137-147.
48. Atasoy Z, Ertürk D, Şener Ş. Altı ve on iki aylık bebeklerde bağlanma. *Turk Psikiyatri Derg* 1997; 8:266-279.
49. Sabuncuoğlu O, Berkem M. Bağlanma biçimi ve doğum sonrası depresyon belirtileri arasındaki ilişki: Türkiye'den bulgular. *Turk Psikiyatri Derg* 2006; 17:252-258.
50. Bifulco A, Figueiredo B, Guedeney N. Maternal attachment style and depression associated with childbirth: Preliminary results from a European and US crosscultural study. *Br J Psychiatry Suppl* 2004; 46:31-37.
51. McMahon C, Barnett B, Kowalenko N, Tennant C. Psychological factors associated with persistent postnatal depression: past and current relationships, defence styles and the mediating role of insecure attachment style. *J Affect Disord* 2005; 84:15-24.
52. Danacı AE, Dinç G, Devci A. Manisa il merkezinde doğum sonrası depresyon yaygınlığı ve etkileyen etmenler. *Turk Psikiyatri Derg* 2000; 11:204-211.
53. Kökçü F, Kesebir S. İki uçlu olgular ve çocuklarında bağlanma biçiminin mizaç, kişilik ve klinik özellikler ile ilişkisi: kontrollü bir çalışma. *Turk Psikiyatri Derg* 2010; 21:309-318.
54. Soysal AŞ, Özçelik A, Arhan E, İşeri E, Gücüyener K. Bir olgu sunumu eşliğinde tepkisel bağlanma bozukluğunun gözden geçirilmesi. *Türkiye Klinikleri Pediatri Dergisi* 2009; 18:248-252.
55. Mangelsdorf SC, Frosch CA. Temperament and attachment: one construct or two? *Adv Child Dev Behav* 1999; 27:181-220.

56. Matsuoka N, Uji M, Hiramura H, Chen Z, Shikai N, Kishida Y et al. Adolescents attachment style and early experiences: A gender difference. *Arch Womens Ment Health* 2006; 9:23-29.
57. Miller L, Kramer R, Wamer V, Wickramaratne P, Weissmann M. Intergenerational transmission of parental bonding among women. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 1997; 36:1134-1139.
58. Scinto A, Marinangeli MG, Ka1yvoka A, Daneluzzo E, Rossi A. The use of the Italian version of the Parental Bonding Instrument (PBI) in a clinical sample and in a student group: an exploratory and confirmatory factor analysis study. *Epidemiol Psichiatr Soc* 1999; 8:276-283.
59. Martin G, Waite S. Parental bonding and vulnerability to adolescent suicide *Acta Psichiatr Scand* 1994; 89 :246-254.
60. Warren SL, Huston L, Egeland B, Sroufe LA. Child and adolescent anxiety disorders and early attachment. *J Am Acad Child Adolesc Psychiary* 1997; 36:637-644.
61. Collins NL, Cooper LM, Albino A, Allard L. Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: a prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice. *J Pers* 2002; 70:965-1008.
62. Von IJ, Zendoom MH. Adult attachment representations, parental responsiveness and infant attachment: a meta analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychol Bull* 1995; 117:387-403.
63. Çetin FÇ. Gelişimsel psikopatolojinin temel kavramları. In *Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Temel Kitabı* (Eds FÇ Çetin, A Coşkun, E İşeri, R Uslu):141-142. Ankara, He-kimler Yayın Birliği, 2008.
64. Eng W, Heimberg RG, Hart TA, Schneier FR, Liebowitz MR. Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion* 2001; 1:365-380.
65. Bifulco A, Kwon J, Jacobs C, Moran PM, Bunn A, Beer N. Adult attachment style as mediator between childhood neglect/abuse and adult depression and anxiety. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2006; 41:796-805.
66. Smith M, Calam R, Bolton C. Psychological factors linked to self-reported depression symptoms in late adolescence. *Behav Cogn Psychother* 2009; 37:73-85.
67. Marazzati D, Dell'osso B, Catena Del'Oso M, Consoli G, Del Debbio A, Munqai F et al. Romantic attachment in patients with mood and anxiety disorders. *CNS Spectr* 2007; 12:751-756.
68. Simpson JA, Rholes WS, Campbell L. Adult attachment, the transition to parenthood, and depressive symptoms. *J Pers Soc Psychol* 2003; 84:1172-1187.
69. Twaite JA, Rodriguez-Srednicki O. Childhood sexual and physical abuse and adult vulnerability to PTSD: the mediating effects of attachment and dissociation. *J Child Sex Abus* 2004; 13:17-38.
70. Ciechanowski PS, Sullivan M, Jensen M. The relationship of attachment style to depression, catastrophizing and health care utilization in patients with chronic pain. *Pain* 2003; 104:627- 637.

71. Myhr G, Sookman D, Pinard G. Attachment security and parental bonding in adults with obsessive-compulsive disorder: a comparison with depressed out-patients and healthy controls. *Acta Psychiatr Scand* 2004; 109:447-456.
72. Fonagy P, Leigh T, Steele M, Steele H, Kennedy R, Mattoon G. The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *J Consult Clin Psychol* 1996; 64:22-31.
73. Fonagy P, Target M, Gergely G. Attachment and borderline personality disorder: A theory and some evidence. *Psychiatr Clin North Am* 2000; 23:103-122.
74. Ciechanowski PS, Walker EA, Katon WJ, Russo JE. Attachment theory: A model for health care utilization and somatization. *Psychosom Med* 2002; 64:660-667.
75. Ponizovsky AM, Nechamkin Y, Rosca P. Attachment patterns are associated with symptomatology and course of schizophrenia in male inpatients. *Am J Orthopsychiatry* 2007; 77:324-331.
76. Joyce PR. Parental bonding in bipolar affective disorder. *J Affect Disord* 1984; 7:319-324.
77. Miklowitz DJ, Wisniewski SR, Miyahara S, Otto MW, Sachs GS. Perceived criticism from family members as a predictor of one-year course of bipolar disorders. *Psychiatry Res* 2005; 136:101-111.
78. Gilbert P, McEwan K, Hay J. Social rank and attachment in people with a bipolar disorder. *Clin Psychol Psychother* 2007; 14:48-53.
79. Morriss RK, van der Guht E, Lancaster G, Bentan RP. Adult attachment in bipolar 1 disorder. *Psychol Psychother* 2009; 82:267-277.
80. Vahip I, Kocadere M. Psikososyal-psikoterapötik yaklaşım ve girişimler. In *İki Uçlu Duygudurum Bozuklukları Sağaltım Kılavuzu* (Eds S Vahip, O Yazıcı):107-130. Türkiye Psikiyatri Derneği, Ankara, 2003.
81. Çakır S, Bensusan R, Akça YZ, Yazıcı O. Does a psychoeducatioanal approach reach targeted patients with bipolar disorder? *J Affect Disord* 2009; 12:75-83.

Yazışma Adresi/Correspondence: Semine Özdoğan Kavzoğlu, Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları, Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, Turkey. E-mail: sokavzoglu@hotmail.com