



Deprem Deneyimi Yaşamış Yetişkinlerde Bağlanma Modeline Göre Psikolojik Sağlamlığın Açıklanması*

Özlem KARAIMAK^a, Berna GÜLOĞLU^{**a}

^a Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, İstanbul/Türkiye



Makale Bilgisi

DOI: 10.14812/cufej.2014.010

Makale Geçmişi:

Geliş 13 Haziran 2012
Düzeltilme 27 Ocak 2014
Kabul 27 Ağustos 2014

Anahtar Kelimeler:

Bağlanma stili,
Psikolojik sağlamlık.

Öz

Bu çalışmanın amacı, deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmaya, 17 Ağustos Marmara ya da 12 Kasım Düzce depremlerinden birini beş ilden (Kocaeli, Sakarya, Yalova, Bolu ve Düzce) herhangi birinde yaşamış 242 (150 kadın, 92 erkek) depremzede katılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 20-58 arasındadır ve yaş ortalaması 36.13 olarak bulunmuştur. Katılımcılara, Ego-Sağlamlığı Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, İlişki Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi ve Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada değişkenlerin bir biriyle olan ilişkisi Pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı analizi ile test edilmiştir. Güvenli bağlanma, olumlu duygular ve iyimserliğin psikolojik sağlamlığı yordayan değişkenler olup olmadığı ise basit doğrusal regresyon modeli ile sınanmıştır. Güvenli bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, regresyon modeli, olumlu duygular, güvenli bağlanma ve iyimserlik, psikolojik sağlamlığı yordayan önemli değişkenler olduğunu göstermektedir.

The Explanation of Resilience within Attachment Model Among Adults with Earthquake Experience

Article Info

DOI: 10.14812/cufej.2014.010

Article history:

Received 13 June 2012
Revised 27 January 2014
Accepted 27 August 2014

Keywords:

Attachment style,
Resilience.

Abstract

The aim of the present study is to investigate the relationship between attachment styles and resilience of earthquake survivors. Totally 242 survivors (150 females, 92 males) of August 17 Marmara or November 12 Duzce earthquakes were participated to the study. The participants had lived in one of the five cities (Kocaeli, Sakarya, Yalova, Bolu and Duzce) at the time of earthquake. The age range of participants was between 20 and 58, with the mean of 36.13 years. Ego-Resilience Scale, Connor-Davidson Resilience Scale, Relationship Questionnaire, Life Orientation Scale, and Positive Negative Affect Schedule were administered to the participants. Pearson product moment correlation coefficients were utilized in order to examine the relationships between all variables. Simple linear regression analyses were run to evaluate how well secure attachment, positive emotions, and optimism predicted resilience. Results revealed a positive relationship between secure attachment and resilience. Additionally, positive affect, secure attachment, and optimism were found as important predictors of resilience.

* Bu çalışma 18. Eğitim Bilimleri Kurultayında sözel bildiri olarak sunulmuştur. 1-3 Ekim 2009, İzmir, Türkiye. Çalışmada ikinci araştırmacı değişmiştir.

** Yazar: bernaguloglu@gmail.com

Giriş

Birey, doğumdan itibaren bakımını üstlenen kişiyle, özellikle annesiyle yakın bir bağ oluşturur. Bir tehdit veya korku ile karşılaşan birey, güven ve rahatlık için bağlandığı kişilere sığınma ihtiyacı duyar. Herhangi bir sıkıntı yaşadığında ihtiyacı olan yakınlığa ulaşan birey, hissettiği güven duygusuyla etrafını keşfetmeye başlar (Bowlby, 1969; Ainsworth, 1989). Bireyin kendini güvende hissetmesi ve çevresine uyum sağlamasında önemli bir yere sahip olan bu bağlar, yetişkin hayatında da etkilerini sürdürür ve bireyin sevme, yakınlık ve başa çıkma kapasitelerini belirler (Bowlby, 1969; Ainsworth, 1989; Sable, 2008). Birincil bakıcısıyla arasındaki bağlanma süreci sonucunda, birey; bakım, ilgi ve sevgiye değer olup olmadığına yönelik inanç ve beklentilerinden oluşan içsel çalışan modeller (internal working models) ya da hem kendisine hem de diğerlerine yönelik zihinsel temsiller (mental representations) geliştirir (Bowlby, 1982). *'Beşikten mezara kadar'* deyiimiyle, bu modellerin yaşam boyu sürdüğü ve her dönemde kurulan ilişkilerin temelini oluşturduğu anlatılmaktadır. Kendine yönelik zihinsel modeli, bakıma ve ilgiye değer ve sevilebilir olduğuna dair inancını gösterirken, diğerlerine yönelik zihinsel modeliyse ihtiyaçlarına karşı diğer insanların duygusal olarak ne kadar hazır ve tepkisel olduğuna dair beklentilerini yansıtır (Bowlby, 1969, 1982).

Bowlby (1982)'nin kendilik ve diğerlerine dair iki tür içsel çalışan modelinde yola çıkan Bartholomew ve Horowitz (1991) her içsel çalışan modeli olumlu ve olumsuz olarak ayırarak dörtlü yetişkin bağlanma stili tanımlamıştır. Bu kurama göre; güvenli, korkulu, kaygılı ve kayıtsız olmak üzere dört çeşit bağlanma stili bulunmaktadır. Güvenli bağlanma stili kendine ve diğerlerine olumlu içsel çalışan modeli temsil ederek, yakınlıktan rahat olma ve başkalarına güvenme şeklinde tanımlanmaktadır. Kaygılı bağlanma stili ise, kendine olumsuz, başkalarına olumlu içsel çalışan modelini içerir ve kendinin sevilemez, başkalarının ise güvenilir olduğu duygusu olarak betimlenmektedir. Kayıtsız bağlanma stili, kendine olumlu, başkalarına olumsuz içsel çalışan modeli yansıtmakta ve kendini sevilebilir bulurken, başkalarına karşı güvensizlik hissetmektedir. Korkulu bağlanma stili ise, kendine ve başkalarına karşı olumsuz içsel çalışan modeli oluşturarak, kendisinin sevilmez ve başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğu inancını yansıtmaktadır.

Bağlanma stiline bireyin kişiliği ve psikolojik sağlığı üzerindeki etkisini daha iyi anlayabilmek amacıyla Dünyada ve Türkiye'de bağlanma stillerinin çeşitli değişkenlerle ilişkisini inceleyen araştırmalar gerçekleştirilmiştir. Surcinelli, Rossi, Montebanocci ve Baldaro, (2010), yetişkinlerde güvenli bağlanmanın psikolojik sağlıkla ilgilirken, bireyin kendisi hakkında olumsuz düşünceye sahip olması olarak nitelendirilen güvensiz bağlanmanın ise depresyon ve anksiyete ile ilişki olduğunu tespit etmiştir. Ruh sağlığı çalışanlarının bağlanma biçimleriyle psikiyatrik belirtileri ve tükenmişlik düzeylerini arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmanın bulguları güvenli bağlanmayla psikiyatrik belirtiler ve tükenmişlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğuna işaret etmektedir (Soncu, 2010). Güvenli bağlanma modeline sahip bireylerin, güvensiz bağlanma modeline sahip bireylere göre daha yüksek benlik saygısına ve daha az olumsuz duygulara sahip olduğu görülmüştür (Armitage & Harris, 2006). Ayrıca, güvenli bağlanan bireylerin öfke eğilimlerinin düşük olduğu, öfke durumlarında olumlu duygularını daha fazla ifade ettiği, ve diğer bireylere karşı düşmanca niyetlerinin daha az olduğu i bulunmuştur (Mikulincer, 1998). Güvenli bağlanma ile yalnızlık, duygusal ve sosyal ifade etme gibi sosyal beceriler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösteren araştırma bulgularına rastlanılmıştır (Deniz, Hamarta & Arı, 2005; DiTommaso, Brannen-McNulty, Ross & Burgess, 2003). Sosyal becerileri yüksek olan bu bireyler duygularını kolayca ifade edebilmekte, sözel ve sözsüz sinyalleri rahatça gönderebilmektedir. Bunun sonucu olarak da kendilerini daha az yalnız hissetmektedir. Mikulincer ve Nachshon (1991) çalışmalarında güvenli bağlanan bireylerin kendini açma konusunda daha esnek olduğunu bulmuştur. Güvenli bağlanma ile yaşam doyumu arasında olumlu ilişki olduğunu gösteren araştırma bulgularına ulaşılmıştır (Koohsar & Bonab, 2011; Başer-Şeker, 2009). Güvenli bağlanma stiline sahip olan üniversite öğrencilerinin, korkulu, kaygılı ve kayıtsız bağlanma stiline sahip olanlara göre genel uyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Akhunlar, 2010).

Bowlby (1969,1982, s. 307)'nin 'çocuk, bağlanma figürünü yorgun, aç, hasta olduğunda, kendini tehdit altında hissettiğinde ya da bağlanma figürünün nerede olduğundan emin olmadığında arar' düşüncesinden yola çıkan Shaver ve Mikulincer (2002) bağlanma sisteminin olası veya gerçek bir tehdit algılandığında harekete geçtiğini belirtmiştir. Güvenli bağlanma stili ile olumsuz olayları daha az tehdit edici olarak değerlendirme (Mikulincer & Florian, 1995) ve kayıp durumlarında daha az hoşnutsuzluk yaşama (Birnbaum, Orr, Mikulincer & Florian, 1997) arasında olumsuz yönde bir ilişki, geniş destek sistemine sahip olma (Priel & Shamai, 1995) ve problemlili durumun üstesinden gelebilme konusunda kendine güvenme (McCarthy, Moller & Fouladi, 2001) arasındaysa olumlu ilişki olduğunu görülmüştür. Bir başka çalışmanın bulgularıyla (Terzi & Çankaya, 2009) güvenli bağlanma stiline başa çıkma tutumlarından aktif planlama, dış destek arama ve dine sığınma ve kabul/bilişsel yeniden yapılanmayı anlamlı düzeyde yordadığına işaret etmektedir. Stresi en az algılayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stiline sahip olanlarken, en fazla algılayanların korkulu bağlanma stiline sahip olanlar olduğu rapor edilmiştir (Altundağ, 2011).

Kişinin olumsuzluklar karşısında gösterdiği uyum ve başa çıkabilme becerisi olarak tanımlanan psikolojik sağlamlığın (Block & Kremen, 1996) ortaya çıkabilmesi için risk durumu bulunmalıdır. Gizir (2007) tarafından yapılan derleme çalışmasında risk faktörleri incelenmiş ve risk faktörlerine dair bireysel, çevresel ve aile olarak üçlü sınıflandırma yapılmıştır. Buna göre, erken doğum ve kronik hastalıklar bireysel risk faktörleridir. Ekonomik zorluklar, savaş, doğal afetler, istismar, şiddet, barınma ise çevresel risk faktörleri olarak belirtilmiştir. Anne-baba hastalığı ve boşanma ailesel risk faktörleri olarak görülmektedir. Aynı çalışmada koruyucu faktörlerde incelenmiş ve benzer şekilde (bireysel, çevresel ve ailesel) sınıflandırılmıştır. Güvenli bağlanma koruyucu bir faktör olup, birçok olumlu kişilik özelliği ile ilişkili iken; güvensiz bağlanma risk faktörüdür ve olumsuz kişilik özellikleri ile ilişkilidir (Eagle, 1995). Güvenli bağlanma ile olumsuz kişilik özellikleri arasında negatif ilişki, korkulu bağlanma ile olumsuz kişilik özellikleri arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür (Sherry, Lyddon & Henson, 2007). Güvenli bağlanma stili ile uyumluluk, kararlılık ve işbirlikçilik gibi kişilik özellikleri arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Aynı değişkenler, korkulu ve kaygılı bağlanma stili ile negatif ilişki, olumsuz kişilik özellikleriyle ise pozitif ilişki göstermiştir (Tanaka ve ark., 2008). Güvenli bağlanmada olduğu gibi, strese dayalı kişilik özelliği olan psikolojik sağlamlık ile algılanan stres (Armata & Baldwin, 2008), depresyon ve madde kullanımı (Bonanno, Galea, Bucciarelli, & Vlahov, 2007) ile ümitsizlik, yalnızlık ve yaşamı tehdit eden davranışlar (Rew, Taylor-Seehafer, Thomas & Yockey, 2001) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Diğer yandan, psikolojik sağlamlık ile iyimserlik (Baldwin, Kennedy & Armata, 2008; Tusaie, Puskar & Sereika, 2007), umut (Snyder, 2000), içsel denetim odağı (Shehu & Mokgwathi, 2008), benlik saygısı (Dumont & Provost, 1999) ve olumlu duygular (Tugade & Fredrickson, 2004) arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.

Bowlby (1953), ebeveyn kaybı, koruyucu aile, boşanma, ebeveynin ya da çocuğun kronik hastalığı, tek ebeveynlik, ebeveynin psikiyatrik rahatsızlığı, alkol ve madde kullanımı, fiziksel ve cinsel istismarı bireyin bağlanma stiline devamlılığını etkilemesi beklenen olumsuz yaşam olayları olarak sıralamıştır. Bir tehdit söz konusu olduğunda harekete geçen güvenli bağlanma ve psikolojik sağlamlık kavramlarının çeşitli olumsuz yaşantıların bireydeki etkisini azalttığını gösteren araştırma bulgularına rastlanmaktadır (Aspelmeier, Elliot & Smith, 2007; Twaite & Rodriguez-Srednicki, 2004; Waldinger, Schulz, Barsky, & Ahern, 2006). 16 yaşından önce cinsel istismara uğrayan bayanlar üzerinde yapılan bir araştırmanın bulguları, aile ve akran ilişkilerinde güvenli bağlanmanın çocukluk dönemi cinsel istismarın olumsuz etkilerinden koruduğunu göstermektedir (Aspelmeier ve ark., 2007). Ayrıca, çocukluk çağı travmalarının, güvensiz bağlanmayı besleyerek yetişkin somatizasyonun etkilediği bulunmuştur (Waldinger ve ark., 2006). Başka bir çalışmanın bulguları ise yetişkin bağlanma biçimi ve çözünmenin (dissociation) çocukluk çağı cinsel ve fiziksel istismarı ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkide arabulucu rolüne işaret etmektedir (Twaite & Rodriguez-Srednicki, 2004).

Bağlanma biçimi ve psikolojik sağlamlık, deprem gibi gerçek bir tehdit durumuyla karşılaşan bireyin psikolojik sağlığını koruyan etkenlerdir. Bam depreminden kurtulan yetişkinlerle yapılan araştırmanın bulguları, güvenli bağlanma ile psikolojik sağlık arasında olumlu bir ilişki, kaygılı ve kaçınan bağlanma ile

psikolojik sağlık arasındaysa olumsuz bir ilişki olduğunu göstermektedir (Rahimian, Asgharnezhad, & Rahiminezhad, 2008). Dünya alanyazının da bağlanma biçimi ve psikolojik sağlamlığın deprem gibi doğal afet mağduru bireylerin psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisini inceleyen araştırma örneklerine rastlanmasına rağmen, Türk alan yazında bu değişkenlerin ele alınmamış olması bir eksiklik olarak görülmektedir. Türkiye gibi sıklıkla depremlerin yaşandığı bir ülkede, bireylerin psikolojik sağlıklarını koruyacak faktörlerin incelenmesi, deprem sonrasında verilecek psikolojik destek programlarının oluşturulması açısından önem taşımaktadır. Bu kapsamda, çalışmanın amacı deprem deneyimi yaşamış yetişkin bireylerin bağlanma biçimleri ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca, güvenli bağlanma, olumlu duygular ve iyimserlik değişkenlerinin psikolojik sağlamlığı ne kadar yordadığı araştırılmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırma, birden fazla değişken arasındaki ilişkinin değişkenlere herhangi bir müdahalede bulunmadan incelendiği korelasyonel araştırma modeline dayanmaktadır. Korelasyonel araştırmaları keşfedici ve yordayıcı olarak ikiye ayrılır. Keşfedici korelasyon araştırmalarında, değişkenler arasındaki ilişki çözümlenerek önemli bir olay anlaşılmasına çalışılır. Yordayıcı korelasyon araştırmaları ise, değişkenler arasındaki ilişki incelenerek değişkenlerden birinden yola çıkarak diğeri yordanmak istendiğinde kullanılır. Yordayıcı korelasyon araştırmalarında iki çeşit değişken vardır; yordayıcı değişken ve ölçüt değişken. Değeri bilinen ve yordama işlemini yapacak olan değişkene yordayıcı değişken, değeri belirlenecek değişkene ise ölçüt değişken denir (Fraenkel & Wallen, 2006). Bu çalışma da psikolojik sağlamlık ölçüt değişken; olumlu duygular, güvenli bağlanma ve iyimserlik ise yordayıcı değişkenler olarak belirlenmiştir.

Katılımcılar

Araştırma, depremden ciddi hasar gören illeri (Kocaeli, Sakarya, Yalova, Düzce ve Bolu) kapsamaktadır. Araştırmaya dahil edilen illerin geniş bir coğrafyaya yayılmasından dolayı amaçlı örneklem seçimi tercih edilmiştir (Topp, Barker & Degenhardt, 2004). Araştırmaya katılabilmek için 1999 Marmara depremlerini söz edilen illerde yaşamış olmak gerektiğinden dolayı da amaçlı örneklem yöntemi uygun düşmektedir. Araştırma grubunu 17 Ağustos Marmara ve 12 Kasım Düzce depremini belirtilen illerinden birinde yaşamış 242 (150 Kadın ve 92 Erkek) katılımcı oluşturmaktadır.

Bağlanma modelinin psikolojik sağlık ile yakından ilgili olduğu düşüldüğünde (Surcinelli ve ark., 2010) dış dünyaya ve başkalarına güven algısı travmatik yaşantıyla başa çıkmada belirleyici olabilir. Yetişkinlerin seçtiği başa çıkma yolları çocuklara model oluşturmaktadır. Ayrıca, bağlanma kuramı çocuklukta ortaya çıkan ilişki modellerinin yetişkinlikte devam ettiği varsayımına dayanmaktadır. Bu sebeple, çalışmanın örneklemini geniş yaş aralığına sahip yetişkinleri kapsamaktadır. Yaş aralığı 20-58 olan katılımcıların yaş ortalaması 36.13 olarak bulunmuştur. Katılımcıların 2 (%8)'si ilköğretim, 18 (%7.4)'i lise, 103 (%42.6)'i yüksekokul ve 119 (%49.2)'u üniversite mezunudur. Ayrıca, katılımcıların, 39 (%16.1)'u deprem sırasında evinin yıkıldığını, 203 (%83.9)'üyse yıkılmadığını belirtmiştir. Aile bireylerinde birini kaybettiğini söyleyen katılımcı sayısı 31 (12.8%) iken, 211 (87.2%) katılımcı kayıp yaşamadığını rapor etmiştir. Katılımcıların 180 (%74.4)'i çadırda kaldığını, 62 (%25.6)'siyse çadırda kalmadığını belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Psikolojik sağlamlığın çok yönlü bir kavram olmasından ve üzerinde fikir birliğine varılmış bir tanımlanmamasından dolayı iki farklı ölçek kullanılmış ve iki ölçeğin puanlarının ortalaması kullanılmıştır.

Ego sağlamlığı ölçeği (ESÖ)

Block ve Kremen (1996) tarafından psikolojik sağlamlığı ölçmek amacıyla geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Karairmak (2007a) tarafından yapılmıştır. Toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler, kendine yönelik olumlu değerlendirmeler ve yeniliklere açık olma olarak adlandırılan ve varyansın %47'sini açıklayan üç faktörlü bir yapı önerilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi bulguları da açıklayıcı faktör analizindeki üç alt boyutu desteklemiştir. Altboyut puanları yerine toplam puanın kullanılması önerildiği ölçek Dörtlü likert tipidir ve 14 maddeden oluşmaktadır. Yüksek puan yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığı göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Cronbach alfa ve test-tekrar test yöntemleri ile sınınmıştır. Ölçek maddelerinden elde edilen Cronbach alfa değeri .80; üç hafta ara ile yapılan test-tekrar test iç güvenilirlik katsayısı ise .76 olarak rapor edilmiştir (Karairmak, 2007a). Benzer ölçekler geçerliliği, psikolojik sağlamlığı ölçen başka bir ölçek olan Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ile hesaplanmış ve korelasyon .68 olarak bulunmuştur (Karairmak, 2007b). Her iki ölçekten elde edilen puanlarda pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha katsayısı .82 olarak rapor edilmiştir.

Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (C-DPSÖ): Connor-Davidson (2003) tarafından geliştirilen ve psikolojik sağlamlığı ölçmek amacıyla kullanılan bu ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Karairmak (2007b) tarafından gerçekleştirilmiştir. Kişisel yeterliliğe sıkı sıkıya sarılma, olumsuz duyguları hoşgörebilme ve tinselliğe eğilim olarak adlandırılan üç faktör yapısı ile açıklanan varyans oranı %52 olarak rapor edilmiştir. Açıklayıcı faktör analizinden elde edilen üç alt boyut doğrulayıcı faktör analizi ile desteklenmiştir. Yirmi beş maddelik beşli Likert tipi ölçekte alınan yüksek puan, yüksek psikolojik dayanıklılığı göstermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasındaki (Karairmak, 2007b) ve bu çalışmadaki Cronbach alpha katsayısı .92'dir.

İlişki anketi (İA)

Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen ve her biri yetişkinlikteki yakın akran ilişkileri için geçerli olan tipik bağlanma stillerini tanımlayan dört kısa paragraftan oluşan ölçeğin uyarlama çalışması Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Her paragraf bir bağlanma stilini tanımlamaktadır ve katılımcılar her maddeyi yedili Likert (1-beni hiç tanımlamıyor, 7-beni tamamen tanımlıyor) derecelendirme ölçeğine göre puanlamaktadır. Dört bağlanma stilinde, benlik modeli ve diğerleri modeli olarak iki farklı bağlanma boyutu bulunmaktadır. Benlik modeli boyutunu hesaplamak için olumlu benlik modeli olan iki bağlanma stili (güvenli ve kayıtsız) toplanır ve olumsuz benlik modeli olan iki bağlanma stili (saplantılı ve korkulu) ise çıkartılır. Diğerleri modelinde benzer bir yol izlenerek, olumlu diğerleri modelindeki iki bağlantı stili (güvenli ve saplantılı) toplanarak, olumsuz diğerleri modelindeki iki bağlanma stili (kayıtsız ve korkulu) çıkarılır.

Yaşam yönelimi testi (YYT)

Bireylerin yaşama bakışlarını değerlendirmek amacıyla Scheier ve Carver (1987) tarafından geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Aydın ve Tezer (1991) tarafından yürütülmüştür. On iki maddeden oluşan ve beşli Likert tipinde olan ölçekte olumlu cevap verme eğilimini önlemek amacıyla bazı maddeler ters yönde puanlanmaktadır. Dört madde ise hiçbir yönde puanlanmayan nötr maddedir. Ölçekten katılımcıların işaretledikleri seçeneklerin sayısal değerleri toplanarak tek puan elde edilmektedir. Alınabilecek en yüksek puan 32, en düşük puan ise 0'dır ve yüksek puan yaşama olumlu

bakış açısına sahip olduğunu, bir başka deyişle iyimserliği göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .72 ve dört hafta arayla gerçekleştirilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .77 olarak bulunmuştur. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ile gerçekleştirilen ölçüt bağıntılı geçerlilik çalışmasının bulguları YYT ve BDÖ puanları arasında anlamlı ve negatif (-.56) bir ilişki olduğunu göstermiştir (Aydın ve Tezer, 1991). Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha katsayısı .81 olarak bulunmuştur.

Olumlu ve olumsuz duygu ölçeği (OODÖ)

Olumlu ve olumsuz duyguyu ölçmek amacıyla Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Gençöz (2000) tarafından gerçekleştirilmiştir. On olumlu, on olumsuz olmak üzere toplam 20 sıfattan oluşan ölçek, beşli Likert tipi bir ölçektir. Türkçe uyarlamasının faktör analizi sonuçları da orijinalinde olduğu gibi olumlu ve olumsuz duygu faktörleri altında toplandığını göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı olumlu ve olumsuz duygu için sırasıyla .83 ve .86; test-tekrar test tutarlılığı ise yine aynı sıraya göre .40 ve .54 olarak bulunmuştur. Olumlu ve olumsuz duygu puanları ayrı ayrı hesaplanmaktadır (Gençöz, 2000). Ölçeğin olumlu duygu faktörünün bu çalışmadaki iç tutarlılık katsayısı .79 olarak belirlenmiştir.

Verilerin Toplanması

Veriler, internet aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcılara veri toplama araçlarını bulabilecekleri bir link gönderilmiştir. Deprem deneyimini sözü edilen bölgedeki illerde yaşamayanları kontrol etmek amacıyla “Depremi hangi ilde yaşadınız?” sorusu yöneltilmiştir. Gönüllü olan katılımcılar veri toplama araçlarını doldurmuşlardır. Katılımcılara bilgi alabilecekleri bir e-posta ve posta adresi sağlanmıştır. Veri toplama araçlarını doldurmak yirmi dakika sürmüştür. Veri toplama süreci 2006 yılında tamamlanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın ilk aşamasında, bağlanma stilleri, psikolojik sağlık, iyimserlik ve olumlu duygular arasındaki ilişki Pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı analiziyle incelenmiştir. Ardından, deprem mağduru bireylerin cinsiyete ve bağlanma stillerine göre psikolojik sağlıklarında fark olup olmadığını test etmek amacıyla t-testi uygulanmıştır. Son olarak, yordayıcı değişken olan güvenli bağlanma, iyimserlik ve olumlu duyguların, bağımlı değişken olan psikolojik sağlığı açıklayıp açıklamadığını anlamak için basit doğrusal regresyon tekniğinden faydalanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 17 paket programı kullanılmıştır.

Bulgular

Bağlanma stilleri ve psikolojik sağlık değişkenlerinin kadın katılımcılara ait betimleyici istatistikleri Tablo 1’de, erkek katılımcılara ait betimleyici istatistikler ise Tablo 2’de sunulmuştur. Deprem mağduru bireylerin cinsiyete göre psikolojik sağlıkları arasında fark olup olmadığı t-testi ile analiz edilmiş ve bulgulara Tablo 3’de yer verilmiştir. Tablo 3’de görüldüğü gibi, yapılan analizler sonucunda, deprem mağduru bireylerin psikolojik sağlıklarında ($t = .66, p > .05$) cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 1 .

Değişkenlerden Elde Edilen Puanlara Dair Kadın Katılımcılara ait Betimleyici İstatistikler

Bağlanma Stilleri	n	Minimum	Maksimum	Ortalama	SS
Güvenli	150	1	7	5.64	1.57
Korkulu	150	1	7	3.64	1.79
Kaygılı	150	1	7	3.46	1.81
Kayıtsız	150	1	7	3.08	1.94
Psikolojik Sağlık	150	38.5	89.5	67.8	9.55

Tablo 2.

Değişkenlerden Elde Edilen Puanlara Dair Erkek Katılımcılara ait Betimleyici İstatistikler.

Bağlanma Stilleri	n	Minimum	Maksimum	Ortalama	SS
Güvenli	92	1	7	4.68	2.02
Korkulu	92	1	7	4.03	2.11
Kaygılı	92	1	7	3.22	1.90
Kayıtsız	92	1	7	2.92	1.99
Psikolojik Sağlık	92	46	87.5	67.24	9.24

Tablo 3.

Psikolojik Sağlık Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları.

	Cinsiyet	n	\bar{x}	SS	Sd	t	p
Psikolojik Sağlık	Kadın	150	67.8	9.55	240	.45	.66
	Erkek	92	67.24	9.24			

Bağlanma Boyutları ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Bağlanma stilleri (güvenli, korkulu, kaygılı ve kayıtsız bağlanma) ile psikolojik sağlık, iyimserlik ve olumlu duygular arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiler Tablo 4’de görülmektedir.

Tablo 4.

Bağlanma Stilleri, Psikolojik Sağlık, İyimserlik ve Olumlu Duygular Puanları Arasındaki İlişkiler.

Bağlanma Boyutları	1	2	3	4	5	6	7
1. Güvenli	-	-.43*	-.20*	-.11	.40*	.36*	.28*
2. Korkulu		-	.25*	.28*	-.22*	-.33*	-.18*
3. Kaygılı			-	.05	-.17*	-.09	-.09
4. Kayıtsız				-	-.11	-.22*	-.07
5. Psikolojik Sağlık					-	.59*	.74*
6. İyimserlik						-	.44*
7. Olumlu Duygular							-

* $p < .01$

Güvenli bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında ($r=.397$; $p<.001$) pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanmaya sahip bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksektir. Kaygılı bağlanma ($r= -.216$; $p<.001$) ve korkulu bağlanma ($r= -.173$; $p<.001$) ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı yönde negatif bir ilişki söz konusuysa, kayıtsız bağlanma ($r= -.112$; $p<.001$) ve psikolojik sağlamlık arasında ilişki bulunmamıştır. Ayrıca, psikolojik sağlamlık ile olumlu duygular ($r=.739$; $p<.001$) ve iyimserlik ($r=.593$; $p<.001$) arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Korelasyon sonuçları kuramsal olarak beklendiği şekildedir ve anlamlı bulgular tespit edilmiştir.

Bağlanma Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki Fark

Güvenli bağlanan bireyler ile güvensiz bağlanan (korkulu ve kaygılı) bireylerin psikolojik sağlamlık puanları arasındaki fark olup olmadığı t-test ile sınanmıştır. Sonuçlar Tablo 5’de rapor edilmiştir.

Tablo 5.

Psikolojik Sağlamlık Puanlarının Bağlanma Stillerine Göre t-testi Sonuçları.

	Bağlanma Stilleri	n	\bar{x}	SS	SD	t	p
Psikolojik Sağlamlık	Güvenli	140	70.30	8.65	220	6.10	.00
	Güvensiz (Korkulu+Kaygılı)	82	62.74	9.34			

Tabloda da görüldüğü üzere, güvenli bağlanan grubun psikolojik sağlamlık puanları ile güvensiz bağlanan bireylerden oluşan grubun psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($t=.00$, $p<.05$). Güvenli bağlanan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, güvensiz bağlanan bireylere göre daha yüksektir.

Psikolojik Sağlamlığın Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi ile İlgili Bulgular:

Alanyazın bulgularına göre, psikolojik sağlamlığın en güçlü iki yordayıcı değişkeni olumlu duygular (Ong, Bergeman, Bisconti & Wallace, 2006) ve iyimserliktir (Tusaie, Puskar & Sereika, 2007). Bu iki güçlü değişken de dikkate alındığında bağlanma değişkeninin psikolojik sağlamlığı ne kadar açıklayabildiği regresyon analizi ile test edilmiştir.

Çalışmada, yordayıcı değişkenlerin (olumlu duygular, iyimserlik ve güvenli bağlanma), bağımlı değişken olan psikolojik sağlamlığı açıklayan önemli bir etken olup olmadığı doğrusal bir regresyon modeli ile sınanmıştır. Regresyon analizinden önce, dağılımdaki uç değerleri belirlemek amacıyla Mahalonobis Uzaklığı değerleri kontrol edilmiş ve herhangi bir uç değere rastlanmamıştır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin psikolojik sağlamlık üzerindeki görece önem sırası ve regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları Tablo 6’de sunulmuştur.

Tablo 6’da görüldüğü gibi basit doğrusal regresyon analizinin bazı sayıltılarını incelemek amacıyla elde edilen istatistiksel değerler olan varyans büyütme faktörü (VIF) değeri 1.16 ile 1.34 arasında değişmektedir. Tolerans değeri ise .75 ile .86 aralığındadır. Ölçüt alınabilecek olan bu değerler, analiz çoklu bağıntı problemine sahip olmadığını göstermektedir. Önerilen modelle açıklanan varyans oranı oldukça yüksektir ($R^2= \% 57$). Regresyon analiz sonuçları, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir ($R= .755$, $F(3, 238)= 105.061$, $p=.000$). Bulgular, güvenli bağlanmanın psikolojik sağlamlığı yordayan önemli bir değişken olduğunu kanıtlamıştır. Kurulan modele göre, ölçüt değişkenler arasında en güçlü yordayıcı, literatür bulgularıyla tutarlı olarak olumlu duygulardır.

Tablo 6.
Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcıları.

Değişkenler	Psikolojik Sağlamlık			
	Model 1 B	Model 2 B	B	95% CI
Sabit	21.550	10.695	10.420	[.89, 19.95]
Olumlu Duygular	1.964	1.551	1.499	[1.23, 1.77]
İyimserlik		.938	.839	[.56, 1.12]
Güvenli Bağlanma			.944	[.23, 1.66]
R ²	.472	.558	.570	
F	214.685	150.588	105.061	
ΔR ²	.0472	.085	.012	
ΔF	214.685	46.126	6.755	

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Güvenli bağlanma stiline sahip olan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğunu gösteren araştırma bulguları ile tutarlı olarak bu araştırmanın bulguları da güvenli bağlanma ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca, güvenli bağlanan bireyler ile güvensiz bağlanan (korkulu ve kaygılı) bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Simeon, Yehuda, Cunill, Knutelska, Putnam ve Smith (2007)'nin gerçekleştirdiği araştırma bulguları psikolojik sağlamlık ve güvenli bağlanma stili arasında pozitif ilişki olduğunu göstermektedir. Mikulincer ve Shaver (2008) ise güvenli bağlanma stiline gelişimindeki zorluğun stres zamanlarında psikolojik sağlamlığı düşürdüğü, duygusal sorunlara ve düşük uyuma katkı sağladığını bulmuştur.

Güvenli bağlanmanın psikolojik sağlamlığı açıklayan önemli bir faktör olup olmadığının sınıandığı doğrusal bir regresyon modeli sonuçları güvenli bağlanmanın psikolojik sağlamlığı yordayan önemli bir değişken olduğunu kanıtlamıştır. Kurulan modele göre, ölçüt değişkenler arasında psikolojik sağlamlığın en güçlü yordayıcısı, araştırma bulgularıyla tutarlı olarak olumlu duygulardır. Psikolojik olarak sağlam olan bireyler, olumlu duygularını daha fazla, olumsuz duygularını ise daha az ifade ederler (Tugade & Fredrickson, 2004). 2001 yılının başında ölçüm alınan ve olumlu duygulara sahip olduğu tespit edilen 46 kişiden, 11 Eylül saldırılarından bir hafta sonra yeniden ölçüm alındığında, olumlu duyguların psikolojik olarak sağlam olan bireyleri depresyondan koruduğu bulunmuştur (Fredrickson, Tugade, Waugh & Larkin, 2003). Karairmak (2007a)'da 1999 yılında meydana gelen depremin etkilediği bireyler ile gerçekleştirdiği çalışmasında psikolojik sağlamlık ile benlik saygısı, umut, iyimserlik, olumlu duygular ve yaşam doyumunun ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık arasında ilişki olduğunu gösteren araştırmaların (Dumont & Provost, 1999; Sameroff & Seifer, 1990) yanısıra, Arbona ve Power (2003)'ün çalışmasının bulguları üç farklı etnik kökenden (Afrikalı Amerikalı, Avrupalı Amerikalı ve Meksikalı Amerikalı) gelen ve güvenli bağlanan ergenlerin olumlu benlik saygısına sahip olduğunu ve antisosyal davranışlara daha az dahil olduğunu göstermektedir. Ebeveyne bağlanma biçiminin benlik saygısına doğrudan etki ettiği belirlenmiştir (Laiblea, Carlob & Roesch, 2004). Sıcak ve ilgili ebeveynlik, bireyin kendisine ve diğerlerine karşı olumlu temel inançlara sahip olması ile ilişkilidir (Wearden, Peters, Berry, Barrowclough & Liversidge, 2008). Yetişkinlikte güvensiz bağlanma biçimine sahip olan bireyler ile anne-çocuk ilişkisi ve aile ortamı ile ilgili anıları olumsuz olan bireylerin kötümser yaşam yönelimine sahip olduğu rapor edilmiştir (Heinonen, Raikkönen, Jarvinen & Standberg, 2004).

Hem güvenli bağlanma hem de psikolojik sağlamlık, bireylerin stresli yaşantılarını olumlu değerlendirmelerine ve bu olaylarla yapıcı bir şekilde baş etmelerine yardımcı olan içsel kaynaklardır. Genç yetişkinlikten itibaren toplumsal, duygusal, eğitsel ve meslek yaşamında çeşitli ve çok boyutlu zorlu yaşam olayları ile karşı karşıya kalan yetişkinin stres içeren durumlarla baş etme kapasitesi, psikolojik sağlamlığını sürdürmesinde ve değişen yaşam koşullarına uyum sağlamlığında önemli rol oynamaktadır.

Araştırma bulguları ışığında, çocuğun doğumundan itibaren temel bakım ihtiyaçlarını sağlayan ve yakın bir ilişki kuran annelerin eğitimine önem veren önleme hizmetlerine okul, halk eğitim merkezleri ve sivil toplum kuruluşlarınca (örn. AÇEV'in ebeveyn eğitimi programlarına benzer biçimde) daha fazla ağırlık verilebilir. Okul öncesi ve ilköğretim düzeyinde verilmekte olan PDR programlarının anne-babalara yönelik boyutunda verilen hizmetlerde (örn. ana-baba eğitimi seminerleri, müşavirlik, rehberlik, danışma), anne ve babaların çocuklarıyla güvenli bir bağ oluşturmaları yönünde katkı sağlayacak koruyucu/önleyici çalışmalar yapılabilir.

Düşük seviyede psikolojik sağlık düzeyine sahip danışanların korkulu ve kaygılı bağlanma stiline sahip olma olasılıkları göz önünde bulundurularak, psikolojik danışmada danışana bu bağlantıya ilişkin farkındalık kazandırılabilir. Olumlu duygularla psikolojik sağlık arasındaki bağlantı göz önüne alınarak, psikolojik danışma planları bu yönde yapılabilir. Örneğin, pozitif psikoloji yaklaşımıyla kişinin olumlu ve güçlü yönlerinin ön plana çıkarılarak güçlendirilmesi bu anlamda yararlı olabilir.

Verilerin deprem deneyiminden uzun zaman sonra toplanmış olması bir sınırlılık olarak düşünülebilir. Ancak araştırma kapsamında, travmatik yaşantı geçirmiş olma ön koşuluyla bağlanma modelinin kişiyi psikolojik olarak ne kadar dayanıklı kıldığını anlamak hedeflenmiştir. Ayrıca, verilerin online toplanmış olması başka bir sınırlılık olarak görülebilir. Araştırmanın genellenebilirliği internet kullanan katılımcılarla sınırlıdır. Ancak verilerin online toplanmış olması veri girişindeki hata oranını düşürmüştür. Gönüllük ilkesi ile yola çıkıldığından katılımcıların tamamlamadığı ölçeklerin verilere dahil edilmemesi verilerin güvenilirliğini arttırmıştır.

Bu çalışmanın bulguları bağlanma, psikolojik sağlık, iyimserlik ve olumlu duygu değişkenleriyle sınırlıdır. Bireylerin deprem gibi travmatik yaşantılarıyla başa çıkmalarında önemli bir role sahip olduğu görülen bağlanma ve psikolojik sağlık değişkenlerini etkileyen kişisel ve çevresel faktörlerin incelenmesi gerekmektedir. Örneğin, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve gelir gibi değişkenlerin psikolojik sağlamlığı yordamadaki katkısını incelemek bir başka çalışmanın konusu olabilir. Ayrıca, deprem deneyimi yaşamış bireylerin psikolojik sağlıklarını korumalarında tinsellik, yaşamda anlam, umut, benlik saygısı gibi kişilik özelliklerinin ne derece etkili olduğunu inceleyecek araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırmaya katılan bireyler 20-58 gibi geniş bir yaş aralığını kapsamaktadır. Gelecekteki çalışmalarda, ergenler, yetişkinler ve yaşlılar olarak farklı gruplar halinde ele alınabilir.

Extended Abstract

Introduction

Individual creates a close bond with the person who takes care of him/her from birth, particularly with his/her mother. When faced with a threat or fear, individuals need to nestle to the people who are attached for comfort and trust. These bonds that have an important role for feeling safe and adapt to the environment continue its effects in adult life and determine the capacity of love, proximity and coping of individuals (Bowlby, 1969; Ainsworth, 1989; Sable, 2008). As a result of attachment process with primary caregivers, individuals develop an internal working model which consists of the beliefs and expectations of care and love or mental representation towards self and others (Bowlby, 1982). Mental representations of self demonstrated a belief of being loved and cared whereas mental representations of others reflects the expectations of others' readiness toward his/her needs (Bowlby, 1969,1982).

Starting with the Bowlby's two kinds of internal working model which are self and others, Bartholomew ve Horowitz (1991) separated each internal working model into two parts as positive and negative and defined four types of attachment styles; secure, preoccupied, avoidant and fearful. Secure attachment style which involves positive self and other inner working model, characterized by a general comfort with closeness and trust in other people. Preoccupied attachment style which reflects negative self and positive other inner working model, demonstrate a feeling of being unloved and a belief that other people are trustworthy and available when needed. Avoidant style which represents a positive self and negative other inner working model, shows a sense of being loved but a general distrust of others or expectation of their rejection. Fearful attachment style, which involves negative self and other inner working model, characterized the belief that self is unlovable and others are rejecting.

As the ability to adapt and coping skill with the adversities, there should be a risky situation in order to arise of resilience (Block & Kremen, 1996). In a study (Gizir, 2007), a risk factors were investigated and classified as individual, environmental and parental factors. While secure attachment is a protective factor and related to several positive personality characteristics, insecure attachment is a risk factor and related to negative personality characteristics (Eagle, 1995). Similar to secure attachment, resilience is negatively correlated with perceived stress (Armata & Baldwin, 2008), depression and drug use (Bonanno, Galea, Bucciarelli, & Vlahov, 2007), and hopelessness, loneliness, and risky behaviors that threatened the life (Rew, Taylor-Seehafer, Thomas & Yockey, 2001).

Attachment style and resilience are factors that protect psychological well-being of earthquake survivors. Turkey experiences frequent earthquakes. Therefore, investigating the protective factors of psychological well-being of individuals becomes important in order to create psychological help programs aftermath of the earthquake. The purpose of the study is to examine the relationship between attachment styles and resilience of earthquake survivors. Moreover, how secure attachment, positive affect, and optimism predict resilience is investigated.

Method

Research Design

The current study is based on correlational research model that examined the relationship among more than one variables without any intervention to them. Correlational Research divided into two parts as exploratory and predictive. In the exploratory correlational design, an important event is tried to be understood by analyzing a relationship among variables. The predictive correlational design is used to predict certain outcomes in one variable from another variable that serves as the predictor.

While the predictor variable is used to make a prediction, the criterion variable is the anticipated outcome that is being predicted. In the present study, resilience as criterion variable; positive affect, secure attachment, and optimism as predictor variables is defined.

Participants

The current study comprised of the cities (Kocaeli, Sakarya, Yalova, Bolu, and Duzce) where the greatest destruction occurred. Since these cities spread to large geographical region, purposive sampling method was used to select data. 242 (150 females and 92 males) individuals who were exposed to earthquakes of August 17 Marmara and November 12 Duzce in one of these cities were participated to the study. The age range of participants was 20-58, with a mean of 36.13. 16.1% (39) of participants reported that they lost their homes, and 12.8% (31) of them lost someone at the earthquake. 74.4% (180) had lived in tents.

Instrument

Since the resilience is an multidimensional construct and there is no consensus on the definition of it, Ego-Resilience Scale (Block and Kremen, 1996) and Connor-Davidson Resilience Scale (Connor & Davidson, 2003) were used to measure resilience level of individuals. In order to determine attachment style of individuals, Relationship Questionnaire (Bartholomew & Horowitz, 1991) was utilized. Life Orientation Scale (Scheier and Carver, 1987) was used to assess individual differences in generalized optimism and pessimism, and Positive and Negative Affect Schedule (Watson, Clark, & Tellegen, 1988) was used to measure positive and negative affect. A link that connect them to all instruments were sent to participants through e-mail. The questionnaires were completed in 20 minutes.

Data Analysis

Pearson-Product Moment Correlation Coefficient was used to analyze the relationship between attachment styles, resilience, optimism and positive affect. Then, t-test was applied to test whether the difference in resilience based on gender and attachment styles among victims of the earthquake. Finally, simple linear regression technique has been employed to understand how well secure attachment, optimism, and positive affect predicted resilience.

Results

The results of the present study showed a significant positive relationship between secure attachment and resilience ($r=.397$; $p<.001$) whereas significant negative relationship between resilience and anxious attachment ($r= -.216$; $p<.001$) and fearful attachment ($r= -.173$; $p<.001$). There is no relationship between preoccupied attachment and resilience ($r= -.112$; $p<.001$). Moreover, there is significant relationship between resilience and positive affect ($r=.739$; $p<.001$) and optimism ($r=.593$; $p<.001$). Another finding is that there is a significant difference in terms of resilience among individuals who have secure attachment and individuals who have insecure attachment styles (anxious, preoccupied, and fearful) ($t= .00$, $p< .05$). The level of resilience is higher among individuals who are securely attached. Additionally, the findings indicated that secure attachment, optimism and positive affect were important predictors of resilience ($R= .755$, $F(3, 238)= 105.061$, $p=.000$).

Discussion, Conclusion & Implementation

Consistent with the findings of previous studies, the results of the current study showed that individuals who have a secure attachment style have high level of resilience. Moreover, there is a difference in terms of resilience between securely attached individuals and insecurely (anxious, preoccupied, and fearful) attached individuals. To test that secure attachment is an important factor to explain resilience; simple linear regression model was used. The findings demonstrated that secure attachment style is an important predictor of resilience. Consistent with the research findings, it was found that positive affect was the strongest predictor of the resilience. Resilient individuals express their positive emotions more, and negative emotions less (Tugade & Fredrickson, 2004).

Mothers provide basic care needs of children and establish a close relationship with them. In the light of results of current study; schools, adult education centers, and nongovernmental organizations (exp. parent education in AÇEV) may give more weight to the education of mothers as a prevention service. At the counseling and guidance program which are given at the pre-school and primary school level, protective/preventive works (exp. parent education seminars, consultation, guidance, psychological counseling) can be done to contribute parents for creating secure bond with their children.

To collect the data after a long time of earthquake experience can be considered as a limitation. However, within the scope of research, it was aimed at understanding in what degree attachment model makes individual durable with the prerequisite of having a traumatic experience. Collecting data online can be seen as another limitation. Generalizability of the study is limited with the participants who use internet. But, online data collection has reduced the error rate at the data entry. Not including incomplete scales into the data set increased the reliability of the data.

Researches that will investigate the effects of personality characteristics such as spirituality, meaning in life, hope, and self-esteem on psychological well-being of individuals who have an earthquake experience is needed. The age of participants who took part in the current study is between 25 and 58. In the further studies, adolescents, adults and elderly should be investigated separately.

Kaynakça

- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Akhunlar, M.N. (2010). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile uyum süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Unpublished master's thesis, University of Maltepe, İstanbul.
- Altundağ, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tutumları ve stresi algılama düzeyinin incelenmesi*. Unpublished master's thesis, Haliç Üniversitesi, İstanbul
- Arbona, C., & Power, T.G. (2003). Parental attachment, self-esteem, and antisocial behaviors among African American, European American, and Mexican American adolescents. *Journal of Counseling Psychology*, 50(1), 40-51.
- Armata, P.M., & Baldwin, D.R. (2008). Stress, optimism, resiliency and cortisol with relation to digestive symptoms or diagnosis. *Individual Differences Research*, 6, 123-138.
- Aspelmeier, J.E., Elliot, A.N., & Smith, C.H. (2007). Childhood sexual abuse, attachment and trauma symptoms in college females: The moderating role of attachment. *Child Abuse and Neglect*, 31, 549-566.
- Aydın, G., & Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (7), 2-9.
- Baldwin, D.R., Kennedy, D., & Armata, P. (2008). De-stressing mommy: Ameliorative association with dispositional optimism and resiliency. *Stress and Health*, 24, 393-400.
- 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(2), 226-244.
- Block, J. & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resilience: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361.
- Başer-Şeker, G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. Unpublished master's thesis, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Birnbaum, G.E., Orr, I., Mikulincer, M., & Florian, V. (1997). When marriage breaks up: Does attachment style contribute to coping and mental health? *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 643-654.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucchiarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol 75(5), 671-682.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and loss, Vol 1: Attachment*. New York: Basic Books.
- Çelik, Ş. (2004). *The effects of an attachment-oriented-psychoeducational-group-training on improving the preoccupied attachment styles of university students*. Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University, Ankara.
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35, 303-312.
- Deniz, M.E., Hamarta, E., ve Arı, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and Personality*, 33(1), 19-32.

- Dumont, M. & Provost, M.A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343-363.
- Eagle, M. (1995). The developmental perspectives of attachment and psychoanalytic theory. In S. Goldber, R. Muir, & J. Kerr (Eds.), *Attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives* (pp. 123-150). Hillsdale NC: The Analytic Press.
- Fraenkel, J.R., & Wallen, N.E. (2006). How to design and evaluate research in education. (6th Ed). New York: McGraw-Hill Book Company.
- Fredrickson, B.L., Tugade, M.M., Waugh, C.E., & Larkin, G.R. (2003). What good are positive emotions in crises? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 365-376.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik Sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28, 113-128.
- Heinonen, K., Raikkönen, K., Jarvinen, L. & Standberg, T. (2004). Adult attachment dimensions and recollections of childhood family ontent: Associations with dispositional optimism and pessimism. *European Journal of Personality*, 18, 193-207.
- Karairmak, Ö. (2007a). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University, Ankara.
- Karairmak, Ö. (2007b). *Connor-Davidson psikolojik sağlık ölçeğinin Türkçe versiyonunun geçerlilik ve güvenirliği: Travma örnekleminde doğrulayıcı factor analizi*. IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Kitapçığı.
- Koohsar, A.A.H., & Bonab, B.G. (2011). Relationship between quality of attachment and life satisfaction in high school administrators. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 954-958.
- Laible, D.J., Carlo, G., & Roesch, S.C. (2004). Pathways to self-esteem in late adolescence: the role of parent and peer attachment, empathy, and social behaviors. *Journal of Adolescence*, 27, 703-716.
- McCarthy, C.J., Moller, N., & Fouladi, R. (2001). Continued attachment to parents: Its relationship to affect regulation and perceived stress among college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 33, 198-213.
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 513-524.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1995). Appraisal and coping with a real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 408-416.
- Mikulincer, M., & Nachshon, O. (1991). Attachment styles and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 321-332.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2008). Adult attachment and affect regulation. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd Ed., pp. 503-531). New York: Guilford Press.
- Ognibene, T.C., & Collins, N.L. (1998). Adult attachment styles, perceived social support and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 323-345.

- Ong, A.D., Bergeman, C.S., Bisconti, T.L., & Wallace, K.A. (2006). Psychological Resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology, 91* (4), 730-749.
- Park, L.E., Crocker, J., & Mickelson, K.D. (2004). Attachment styles and contingencies of self-worth. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*, 1243-1254.
- Priel, B., & Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: Effects on affect regulation. *Personality and Individual Difference, 19*, 235-241.
- Rahimian, B.E., Asgharnezhad, F.A. & Rahiminezhad, A. (2008). Relationship between attachment style and mental health in adult survivors of the Bam earthquake. *Psychological Research, 11* (21), 27-40.
- Rew, L., Taylor-Seehafer, M., Thomas, N. Y., & Yockey, R. D. (2001). Correlates of resilience in homeless adolescents. *Journal of Nursing Scholarship, 33*(1), 33-40.
- Sable, P. (2008). What is adult attachment? *Clinical Social Work Journal, 36*, 21–30. doi 10.1007/s10615-007-0110-8.
- Sameroff, A.J., & Seifer, R. (1990). Early contributors to developmental risk. In J. E. Roff, A.S. Masten, D. Cicchetti, K. Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.). *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp. 52-66). New York: Cambridge University Press.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development, 4*, 133-161.
- Shehu, J., & Mokgwathi, M.M. (2008). Health locus of control and internal resilience factors among adolescents in Botswana: A case-control study with implications for physical education. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation, 30*(2), 95-105.
- Sherry, A., Lyddon, W. J., & Henson, R. (2007). Adult attachment and developmental personality styles: An empirical study. *Journal of Counseling and Development, 85*, 337-348.
- Simeon, D., Yehuda, R., Cunill, R., Knutelska, M., Putnam, F.W., & Smith, L.M. (2007). Factors associated with resilience in healthy adults. *Psychoneuroendocrinology, 32*, 1149-1152.
- Snyder, C. R. (2000). The past and possible futures of hope. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*, 11-28.
- Soncu, E. (2010). *Psychiatric symptomatology, attachment style, and burnout among mental health professionals in Turkey*. Unpublished master's thesis, University of Bilgi, İstanbul
- Surcinelli, P., Rossi, N., Montebanocci, O., & Baldora, B. (2010). Adult attachment styles and psychological disease: Examining the mediating role of personality traits. *The Journal of Psychology, 144*(6), 523-534.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirilmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi, 14*, 71-106.
- Tanaka, N., Hasui, C., Uji, M., Hiramura, H., Chen, Z., Shikai, N., & Kitamura, T. (2008). Correlates of the categories of adolescent attachment styles: Perceived rearing, family function, early life events, and personality. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 62*(1), 65-74.
- Terzi, Ş., & Çankaya, Z. (2009). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 31*, 1-11.

- Topp, L., Barker, B., & Degenhardt, L. (2004). The external validity of results derived from ecstasy users recruited using purposive sampling strategies. *Drug and Alcohol Dependence, 73*, 33-40.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2004). Resilient individuals use emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*(2), 320-333.
- Tusaie, K., Puskar, K., & Sereika, S.M. (2007). A predictive and moderating model of psychosocial resilience in adolescents. *Journal of Nursing Scholarship, 39*(1), 54-60.
- Twaite, J.A., & Rodriguez-Srednicki, O. (2004). Childhood sexual and physical abuse and adult vulnerability to PTSD: The mediating effects of attachment and dissociation. *Journal of Child Sexual Abuse, 13*(1), 17-38.
- Veld, E., Vingerhoets, A., & Denollet, J. (2011). Attachment style and self-esteem: The mediating role of Type D personality. *Personality and Individual Differences, 50*, 1099-1103.
- Waldinger, R.J., Schulz, M.S., Barsky, A.J., & Ahern, D.K. (2006). Mapping the road from childhood trauma to adult somatization: The role of attachment. *Psychosomatic Medicine, 68*, 129-135.
- Wearden, A., Peters, I., Berry, K., Barrowclough, C., & Liversidge, T. (2008). Adult attachment, parenting experiences, and core beliefs about self and others. *Personality and Individual Differences, 44*, 1246-1257.

