

Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Çalışma Davranışı: Hekimlerle Yapılan Bir Çalışma

Müge ERSOY KART*

Giriş

Çalışma hayatı, kuşkusuz, modern yaşamın vazgeçilmez bir parçası halini almıştır ve özellikle yetişkin bireylerin çoğunluğu uyanık oldukları zamanın büyük bir kısmını çalışarak geçirmek durumundadırlar. İnsanlar bu rutin ve tekrarlı düzenin içinde “iş” ve “ev” boyutları arasında kalmaktadırlar. Psikolojik olarak çalışmayı, fiziksel haz veren ödüllere yerine içsel bir disiplinle sürdürülen bir eylem olarak tanımlamak; dolayısıyla pek çok durum için benliğin “aktif itaati” ile mümkün olan bir davranış olarak kabul etmek doğru olacaktır (Baumeister, 1991). Buna göre insanlar çalışma gereksinim ve gerekliliğini içselleştirerek benimserler; dolayısıyla çalışma doğuştan gelen bir dürtü olmak yerine, kişinin isteklerini önüne katıp götüren ve dışsal güdülenmelerin işe karışmasına yol açan bir eylemdir. Baumeister’a göre (1991) çalışma dışsal yükümlülükler nedeniyle başlatılan ama zamanla duygusal tatmin ve haz veren bir nitelik taşır.

Neff’e göre (1985) yetişkinlik dönemi bireyin ya çoktan unuttuğu ya da baskıladığı erken çocuklukta deneyim ve yaşantılarıyla son derece bağlantılıdır. Dolayısıyla bir yetişkinin çalışma becerisi, gelişim sürecinin belli dönemlerinde karşı karşıya kaldığı olay ve yaşantılarla şekillenmektedir. Çocukluk döneminde, belli gereksinimler karşısında takınılan tavrın izdüşümlerini yetişkinlik dönemindeki bir çok davranış üzerinde görmek mümkündür. Yetişkin dünyasının başat iki faaliyet alanını “çalışma” ve “sevme” olarak ele alırsak, bu iki alan arasındaki denge ve/

* Dr. A.Ü. SBF ÇEEİ Bölümü. Bu çalışma, Prof. Dr. Selim Hovardaoğlu danışmanlığında hazırlanan “Yetişkin Bağlanma Stillерinin Bazı Bilişsel Süreçlerle Bağlantısı: Sağlık Personeliyle Yapılan Bir Çalışma” (2002) başlıklı Doktora Tezinin bazı bölümlerinden yola çıkılarak kaleme alınmıştır.

veya dengesizliğin doğurguları ilgi çekici olacaktır. Hazan ve Shaver'ın (1990) da vurguladığı gibi "iş (work)" ve "aşk (love) terimlerin bir araya getirmek ve ilişkilerini incelemek pek alışlageldik bir şey olmasa da, yetişkin davranışını çözümlmek adına anlamlı görünmektedir.

Hazan ve Shaver (1990), Tolstoy'un 9 Kasım 1956'da Valerya Aresenyev'e gönderdiği bir mektupta «Kişi nasıl çalışılacağını ve nasıl aşık olunacağını bilirse bu dünyada mükemmel bir yaşam sürer» diye yazdığını aktarmaktadır. Bu ifade önemli bir ipucu niteliği taşımaktadır. Gerçekten yaşamın "aşk" ve "iş" ile bağlantılı boyutları içiçe geçmiş bir haldedir ve bir alandaki doyum öteki alandaki doyumla yakın ilişki içinde olsa gerekir.

Bu çalışmada, Hazan ve Shaver'in (1990) bağlanma kuramınının sevmeye ve çalışma davranışları için uygun bir kuramsal çatı sunduğuna dair önerisi izlenerek yetişkin bağlanma davranışı ile çalışma yaşamı arasındaki mevcut köprü ve bu köprünün doğurguları incelenecektir.

I.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramınının iki ilkesel bileşeni vardır. Bunlar, Normatif Bileşen ve Bireysel Fark Bileşenidir. Normatif bileşen, aşağı yukarı bütün insanların geçirdiği gelişme evrelerini ve tipik davranış örüntülerini açıklamaya çalışırken, bireysel fark bileşeni, model olacak davranış kalıpları ve evrelerden sabit ve sistematik sapmaları açıklamaya çalışır (Simpson ve Rholes, 1998).

Bağlanma süreciyle ilgili çalışmalar John Bowlby'nin (1960) Tavistock Kliniğinde, tanıdığı ve sevdiği kişilerden ayrılmak zorunda kalan küçük çocukların kişilik gelişimi üzerinde bu durumun etkilerini incelemesiyle başlamıştır. Mary Ainsworth'un Bowlby'nin araştırma grubuna katılması, bağlanma çalışmasına deneysel araştırma yöntemi ve çocuk gelişimi yöneliminin dahil edilmesini sağlamıştır. Son zamanlarda ebeveyn-bebek bağlanması, yetişkin bağlanması ve kişilik çözümlenmesi çalışmalarına aktarılır olmuştur ve buna bağlı olarak gelişim psikolojisi, bağlanmayı yaşam boyu süren bir kavram olarak incelemeye başlamış, deneysel yöntemler yerini görüşme ya da kendini ifade etme yöntemlerine bırakmıştır. Ayrıca Phillip Shaver ve Kim Bartholomew gibi sosyal ve kişilik psikologları, Ainsworth ve Bowlby'nin fikirlerinden ve kuramsal yaklaşımlarından yola çıkarak normatif yetişkin bağlanmasına ışık tutmaya başlamışlardır. Gordan Parker ve Malcolm West gibi klinik psikologların da bağlanma kuramını klinik bağlamda uygulama girişimleri de önemli bir adım olarak değerlendirilebilir (Berman ve Sperling, 1994).

I.1.2. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı:

Bowlby kuramını, birincil bakıcısından (caregiver) çeşitli zaman aralıkları boyunca ayrılan bebeklerin davranışlarını gözleyerek oluşturmaya başlamıştır. Bebek, anneden ayrılığa bir dizi duygusal tepki göstermektedir. Dolayısıyla Bağlanma Kuramı, bebek-anne arasında kurulan duygusal zincirin fonksiyonlarıyla ilgilidir ve bağlanma kuramı temel olarak bu zincirin, çocuğun benlik kavramının oluşumu ve sosyal dünya hakkındaki görüşlerinin gelişimi üzerindeki etkilerine odaklanmıştır. Kuram, evrimsel-etolojik bir yaklaşım taşır. Buna göre bebeğin bağlanma davranışları amaçları-doğrulayan bir davranışsal sistemle kontrol edilmektedir. Bu sistemde, onu koruyan ve gözetten bir yetiškine (çoğunlukla anneye) yakınlığını sürdürmeye dair bir “amaçlar seti” yer alır ve çocuğun güvende olması ile hayatta kalmasını destekleyen biyolojik bir fonksiyon taşır. Berman ve Sperling’e göre (1994) bu durum fiziksel ya da psikolojik güvenlik yaratan belli bir bireyle bebeğin yakınlık arama ve onunla teması sürdürme davranışını düzenleyen, haz veren ya da denge sağlayan (homeostatic) bir süreçtir. Dolayısıyla, biyolojik temelli bağlanma sistemi, yaşam döngüsü boyunca koruma ve gözetmenin evrimsel bir fonksiyonunu yerine getirir (Pistole, 1997).

Bowlby'nin “Bağlanma” (Attachment) (1969) isimli ilk kitabında, doğal ayıklanma süreciyle herkesin bir bağlanma davranış sistemiyle donatılmış olduğu (Shaver ve Hazan, 1994) ve bağlanma sisteminin kaygı, korku, hastalık ve yorgunluk koşulları altında etkinleşmeye özellikle eğilim gösterdiği vurgulanır. (Bartholomew, 1990). Gerçekten böylesi durumlarda insan yavrusunun onu anne-babasına yakın tutan bir mekanizmaya gereksinimi vardır. Bowlby (1982) bunları bakıcıya yakınlığı destekleyen ve sürdüren sinyal ve durumlar adını vermiştir (Akt. Crain, 1992). Buna göre insanoğlunun uzun süreli çaresizliği nedeniyle gelişiyor gibi görünen bağlanma sistemi, üç temel duygusal tepki ile kendini göstermektedir. Açık sinyallerden birincisi bebeğin “ağlamasıdır”. Ağlamanın yanı sıra bebek, anneyi aramaya başlar ve başkalarının yatıştırma çabalarını “protesto” eder. İkinci duygusal reaksiyon edilgen bir tavır takınma ve açık bir mutsuzluğu işaret eden “keder” havasına bürünmedir. Üçüncü tepki, Bowlby'e göre sadece insanlarda görülen “bağlanmanın çözülmesi”dir (detachment) ve anne geri geldiğinde aktif ve görünürde savunmacı bir görmezden gelme ve anneden kaçmayı içerir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bowlby, çocuğun bağlanmasının ardışık evreler boyunca geliştiğini önermiştir (Akt. Crain, 1992): *Birinci bağlanma Evresinde* (Doğumdan 3 aya kadar) bebekler herkese benzer nitelikte tepkiler verirler. İnsan seslerini dinlemekten, insan yüzlerine bakmaktan hoşlanırlar. Bowlby, diğer görsel uyarıcılar yerine insan

yüzünün bu etkisini en güçlü bağlanma davranışlarından biri olan “sosyal gülücüğü” ortaya çıkaran genetik bir yanlılık olarak değerlendirmiştir. Bowlby’ e göre gülme bağlanmayı destekler çünkü bu bakıcıyla yakınlığı sürdürür. Gerçekten gülmenin kendisi sevmeye ve gözetme etkileşimini destekleyen bir nitelik taşır. *İkinci Bağlanma Evresinde* (3-6 Ay), bebeğin sosyal tepkileri seçici olmaya başlar ve tanıdıkları kişiler onlar için çarpıcı hale gelir. Yabancıları fark etmeleri ve onlardan korkmaya başlamaları bu evrenin başat özelliğidir. *Üçüncü Bağlanma Evresi* (6 Ay-3 Yaş) bebeğin “ayrılma kaygısı” sergilemeye başlamasını kapsar. Bebek, bağlanma figüründen her ne kadar ayrı kalmak istemiyorsa da, bakıcıyı güvenli bir üs olarak kullanarak çevreyi keşfetmek istediğinde ondan uzaklaşabilir. Yüksek ses gibi korkutucu uyarıcılar çocuğun çevreyi keşfetmekten vazgeçerek anneyle fiziksel yakın temas kurma arayışına girmesine yol açar. Benzer şekilde küçük bir çocuk hasta ya da yorgun olduğunda anneyle yakın kalma gereksinimi keşfetme gereksinimine ağır basacaktır; dolayısıyla Bowlby (1988) bağlanma siteminin çeşitli uyarılma düzeylerinde aktif hale geldiğini vurgulamaktadır. Bir yaşından itibaren çocuk annenin erişebilirliği ve onun ihtiyaçlarına cevap verecek olup olmamasına dair genel bir fikir oluşturmaya başlar ve böylece bağlanma süreci önemli bir evreyi aşmış olur. *Dördüncü Bağlanma Evresinde* (3 Yaş- Çocukluğun Sonu) çocuk artık bakıcının plan ve niyetlerini hesaba katabilir ve niçin onu yalnız bıraktığına dair yordama yapmaya başlayabilir. Kuşkusuz yalnız kalma, insan yaşamının büyük korkularından biridir ve ardındaki önemli biyolojik gerekçeleri kavramak yetişkin davranışını anlamada önem taşır. Bowlby ayrılmanın etkilerine özel bir önem vermiştir. Ayrılık uzun süreli değilse bir süre sonra anneyle sıcak bağ yeniden kurulur fakat aksi halde çocuğun bütün insanlardan ümidini kesmesi ve yetişkinlik yıllarında bile başka kişilerle derin bağlanmalar oluşturamaması tehlikesi ortaya çıkar ki bu tür kişiler başkalarını sadece kendi amaçlarını gerçekleştirmek üzere kullanır fakat asla gerçekten sevemezler. Bowlby bu kişilere «duygusuz karakter» adını vermiştir ve böylece ayrılığın çocuklar üzerindeki derin etkilerinin tüm yaşamı son derece etkileyeceğini vurgulamış; etolojik yaklaşımın, çocuğun ebeveyni yakın tutma gereksiniminin, canlıların hayatta kalmasını mümkün kıldığını ve bunun da yeme ve cinsellik gibi diğer biyolojik gereksinimler gibi temel olduğunu söylediği için önem taşıdığına inanmıştır. Bowlby’nin “Ayrılık: Kaygı ve Öfke” (Seperation: Anxiety and Anger) (1973) adlı ikinci kitabında kuramın temel önerilerini bulmak mümkündür (Akt. Hazan ve Shaver, 1987, 1994):

1. Öneri: “Bir birey ne zaman isterse (gereksinim duyarsa) bir bağlanma figürünün erişilebilir olduğuna inandığında, herhangi bir gerekçeden ötürü böylesi bir inanca sahip olmayan bireye göre daha az şiddetli ya da kronik korku eğiliminde olacaktır.” Diğer bir deyişle kendine güvenmek ve kaygıdan arınmış olmak, o bireyin geçmişteki ve o andaki bağlanma ilişkisinin kalitesine bağlıdır.

2. Öneri: “Bağlanma figürünün gereksinim duyulduğu anda erişilebilirliğine ya da yokluğuna inanma toyluk yılları boyunca (bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde) yavaş yavaş ve kademeli olarak gelişir ve bu yıllarda oluşan beklentiler yaşamın geri kalan kısmında görece değişmeden kalır.” Dolayısıyla ikinci öneri, bağlanma zincirinin gelişiminde, buna özellikle duyarlı bir gelişim dönemi olduğu iddiasını taşımaktadır. Diğer bir deyişle bağlanma ilişkileri kişilik gelişimini etkiler; dolayısıyla güvensiz ya da bozucu (abusive) bağlanma kalıcı psikolojik sorunlara yol açabilir.

3. Öneri: “*Toyluk yılları boyunca gelişen bağlanma figürünün erişilebilirliği ya da yokluğuna dair beklentiler, bireyin şu anda sahip olduğu deneyimlerin oldukça doğru yansımaları görünümündedir.*” Görüldüğü gibi üçüncü öneri bireyin deneyimlerinin rolü ile ilgilidir. Bu, oldukça önemli bir iddiadır. Buna göre, yetişkinlik yıllarındaki korku ve beklentiler çocuksu yanlış anlamalar ya da fanteziler yerine ana-baba, kardeş, arkadaş gibi gerçek bağlanma figürleriyle yaşanan somut deneyimlerden köklerini alır.

Bowlby, üçüncü kitabı “Kayıp: Mutsuzluk ve Depresyon” da (Loss: Sadness and Depression) (1980), insanların güvenilecek bir bağlanma figürü olmadığı fikrinden irkildiğine işaret etmiştir. Birincil bağlanma figürü terk ettiğinde ya da öldüğünde kişi çoğunlukla alternatif bir bağlanma figürü arayışına girer. Bu Shaver ve Hazan’a göre (1994) pek çok genç yetişkinin boşanma ya da eşin ölümünün ardından niçin eve geri döndüğünü ve her yaştaki insanın niçin tanrıya yöneldiğini açıklamaya yardım eder. Bir bakıma bunlar kriz zamanları boyunca yardım umulan nihai ve kuvvetli bağlanma figürleridir.

I. 2. Kuramın Temel Kavramları

I.2.1. Bağlanma Çalışan Modelleri

Bağlanma kuramının belki de en temel kavramı “Çalışan Modeller” (working models) kavramıdır. Bu kavram içsel çalışan modeller (internal working models) ya da zihinsel temsiller (mental representations) olarak da adlandırılmaktadır. Bowlby (1973) çocukların bağlanma ilişkilerini temel alarak, daha sonraki kişilik örgütlenmesine kaynak olacak içsel çalışan modellerin oluşum sürecini şu şekilde betimlemiştir (Akt. Bartholomew, 1990):

“Bir bağlanma figürünün tepkili olacağına dair inanç en azından iki değişkene göre oluşmaktadır: (1) bağlanma figürünün destek ve korunma çağrılarına genelde tepki veren bir kişi olarak yargılanıp yargılanmadığı (2) kişinin kendi benliğini herhangi bir kişiden ama özellikle birincil bağlanma figüründen rahatlatıcı yardım anlamına

gelecek bir tepki almaya layık olarak değerlendirip değerlendirmedeği. Mantıksal olarak bu değişkenler bağımsızdır. Uygulamada ise bunların karıştırıcı (confounded) değişken oldukları söylenebilir. Bunun sonucunda bağlanma figürü modeli ve benlik modelinin birbirini doğrulayıcı olarak gelişme eğilimi sözkonusu olur.”

Bowlby, bağlanmayla ilgili zihinsel modelleri, çocuğun bağlanma figürünün erişilebilirliği ve tepkiselliği hakkındaki beklenti ve duyguları olarak düşünmüştür (Searle ve Meare, 1999). İçsel çalışan modeller, düşünce ve duyguları içerdiğinden bebeklik döneminde araştırılması mümkün değildir. İçsel çalışan modeller, bağlanma stilini belirleyen temel yapılar olarak kabul edilir. Bu modeller, çocuğun bağlanma figürünün “kayıp” olduğunu fark etmesine ve geri döndüğünün ayrımını yapabilmesine izin verir (Berman ve Sperling, 1994). Dolayısıyla bağlanma figürüyle etkileşimi etkileyecekleri gibi ayrılığa verilecek tepkileri de belirleyeceklerdir. Ayrıca Bowlby bu modellerin kapsadığı benliğe ve başka kişilere dair beklentilerin, çocukluktaki ve yetişkinlikteki duygu, davranış ve bilişler arasındaki sürekliliğin temel kaynağı olduğunu vurgulamıştır ve bu köprü yetişkin bağlanma stillerinin açığa çıkmasında rol oynayan en temel unsur gibi görünmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

I.2.2. Bağlanma ve Keşfetme

Bağlanma kuramı, insanlar arasındaki güvence, yakın olma ve duygu düzenleme gereksinimini karşılayacak duygusal zincirlerin nasıl oluştuğuna odaklanmıştır. Bağlanma sistemi yakınlığı sürdürmeye dair davranışları (bağlanma figürü ile çocuk arasında yaşanan ayrılığın uzun sürmesini engelleme gibi), güvenli cenneti (tehdit edici durumlarda bebeği güvenli bir sığınağa alma gibi) ve güvenli üssü (bağlanma figürünü çevreyi tanıyabilmek amacıyla hareket sahası olarak kullanma gibi) kapsar. Bowlby’ye göre (1969), keşfetme davranışı tipik olarak tuhaf ve/veya karmaşık uyarıcılar tarafından tetiklenir ve dahası keşfetme, çevreden bilgi edinmenin özel bir fonksiyonu için gelişmiş olan davranış sistemleri seti tarafından yönetilir (Green ve Campbell, 2000).

Bowlby (1969) bağlanma ve keşfetme sistemlerinin birbirini tamamlayıcı sistemler olarak betimlemiştir (Akt. Hazan ve Shaver, 1990). Öyle ki, ancak bağlanma gereksinimleri karşılandığında, birey çevreyi keşfetmek için kendini özgür hisseder ve çevre üzerinde hakimiyet kurabilmek için gerekli bilgileri çekip çıkarır (Carnelley ve Ruscher, 2000). Bowlby, sosyal çevreyle etkileşerek, yeni bir şeyler öğrenebilmek için keşif yapmanın zorunlu olduğunu ve hatta tehlikeli olabileceğini; o nedenle çocuğun yanında bir koruyucuya ihtiyaç duyduğunu ve bunun tıpkı bir “güvenlik cenneti” işlevi göreceğini önermiştir (Hazan ve Shaver, 1990). Bowlby, bağlanma eğilimi ile çevreyi keşfetme eğiliminin, birbirine bağlı davranışsal sistemler

tarafından düzenlenen ve doğuştan gelen özellikler olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca keşfetme sisteminin ancak ve sadece bağlanma sistemi görece sakin olduğunda optimal fonksiyon göstereceğini düşündüğünden bağlanma gereksinimlerinin birincil öneme sahip olduğunu ileri sürmektedir. Dolayısıyla, keşfetme normal olarak süregitmeden önce bu gereksinimlerin karşılanması zorunludur (Akt. Hazan ve Shaver, 1990). O halde, birincil bakıcı, güvenli bir üs olarak hizmet etmeyi başaramıyorsa, keşfetme sistemi bozulmaya mahkum olacaktır.

Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) “Yabancı Ortam” adını verdikleri deneysel bir yöntemle bağlanma sistemini doğrudan keşfetme sistemine karşıt olarak düşünmüş ve çocukların hem keşfetme hem de yakınlık arama davranışı için farklı örüntüler sergilediklerini bulmuştur (Akt. Green ve Campbell, 2000) ve kısa süren deneysel kontrollü ayrılıkların ardından anneye kavuşma sırasında çarpıcılık kazanan üç farklı bağlanma stili tanımlamışlardır (Akt. Crain, 1992). Bunları şöyle özetlemek mümkündür.

a) *Güvenli Bağlanan Bebekler*; annelerini çevreyi keşif için güvenli üs olarak kullanan; anneleri onları yalnız bıraktığında keşfedici oyunlarına son verip üzülen ancak anne geri döndüğünde sakinleşerek çevreyi keşfetmek için yeniden harekete geçen bebeklerdir. Anneleri ise bebeğin ağlama ve diğer rahatsızlık sinyallerine duyarlıdır ve derhal tepki göstermektedirler. Ainsworth, bu bebeklerin sağlıklı bir bağlanma zinciri kurduklarını, annesinin koruyucu olduğu inancını verebilmesinin de çocukları çevreyi keşfetmek için cesaretlendirdiğini önermektedir (Crain, 1992).

b) *Güvensiz-Kaçınmacı Bebekler*; Yabancı Ortam deney süreci boyunca kısmen bağımsız bir görünüm sergilemektedirler. Çevreyi keşfetmek için anneyi güvenli bir üs olarak kullanmamakta; hatta onu görmezden gelmektedirler. Anne odayı terkettiğinde mutsuz olmakta ama anneleri geri döndüğünde yeniden yakın olma telaşına kapılmamaktadırlar. Bu çocukların anneleri görece duyarsız, müdahaleci ve reddedicidir. Sanki çocuklarda yabancı bir ortamda yalnız kaldıklarında zaten annelerine güvenli bir sığınak olarak itimat edemeyecekleri duygusu hakimdir ve o nedenle kendini savunmaya yönelik davranışlara yönelmektedirler. Geçmişte anne pek çok kez çocuğun korunma talebini geri çevirmiş olduğundan, yeni düş kırıklıklarından kaçmak amacıyla anneye olan gereksinimlerini baskılamaktadırlar. Bu savunmacı davranışın kişiliğin sabit ve tutucu bir bileşeni olmaya başlaması muhtemeldir ve çocuk zırhını asla üzerinden çıkarmadan, yakın ilişkiler kurarken başkalarına asla tam olarak güvenemediği büyüyecektir.

c) *Güvensiz-Kaygılı/Dengesiz Bebekler*; yabancı ortamda annelerinin nerede olduğuyla o kadar meşguldürler ki, neredeyse hiç keşif yapamazlar. Anne odayı

terk ederse son derece mutsuz olurlar ve geri döndüğünde dengesiz davranışlarda bulunurlar: Bir an için ona doğru koşarlar, hemen ardından öfkeli bir şekilde onu iterler. Anneleri de bazen son derece sıcak davranırken bazen çocuğa hiç ilgi göstermezler. Bu tutarsızlık, çocuğun annesinin ihtiyaç duyduğu zaman ona yardım edip etmeyeceği hususunda kararsız kalmasına yol açar; asla kendini güvenli bir sığınakta duyumsayamaz.

Kısaca bağlanma sistemi, çocukların bakıcıları (anneleri) ile ilişkileri temelinde gözlenen dört davranış örüntüsüyle tanımlanabilir. Bunlar yakınlığı arama ve koruma, ayrılığı protesto etme, keşfetme etkinlikleri için “güvenli bir üs” olarak, destek ve güvenlik için bakıcıyı “sağlam bir sığınak” olarak kullanmadır (Sümer ve Güngör, 1999).

Yetişkinlikte bağlanma ile keşfetme davranışı arasında bir bağlantı olması da mümkün görünmektedir. Gerçekten, Macellan gibi büyük kaşifler, kahramanca hiç bilinmedik yeni bölgeleri keşfetme kararı aldıklarında belki de çocukluklarındaki bağlanma deneyimleri ve yakın ilişkilerine karşı yönelimleriyle etkilenmiş olabilirler. Aynı şekilde yetişkinlikteki keşfetme, geleneksel olmayan bir kariyer seçme veya paraşütü açmadan gösteri yapmak gibi şaşırtıcı ve kısmen oyuna benzeyen faaliyetlerde kendini gösteriyor olabilir (Green ve Campbell, 2000).

1.2.3. Bağlanmanın Etkinleşmesi / Edilginleşmesi (Activation/ Deactivation)

Bağlanma davranışsal sisteminin herhangi bir ilişki ya da olay sırasında işe karışma derecesini “etkinleşme” olarak tanımlayan Berman ve Sperling (1994), bağlanma sisteminin Sibernetik ve Kontrol Sistemleri Kuramı ilkelerine göre işlediğini öne sürmüşlerdir. Bu model, kontrol sisteminin bir dizi çevresel boyutları olduğu ve bundan da sistemi belli koşullarda çalıştırdığı ancak belli koşullarda da kapattığını varsayar. Sistem bir kez etkinleşince bir dizi amaca erişmeye hizmet eden özgün kontrol sistemi edilginleşir (deactivation). Bağlanma davranışsal sisteminde de çocuk bağlanma figürüne kolayca ulaşamayacağını fark ettiğinde kendini tehdit edilmiş ya da korkmuş hissettiğinde bağlanma davranışları sergilemeye başlar. Birincil bakıcıyla fiziksel yakın temas yeniden sağlandığında, çocuk kavuştuğu bu rahatlamayı sürdürmek için tasarlanmış kucaklamak, cilveleşmek, sıkıca sarılmak ve gülmek gibi davranışlarda bulunmak suretiyle bir önceki davranış setini terk eder. Böylece bağlanma edilginleştirilmiş olur ve çocuk çevreyi keşfetme, oyun oynama, yemek yeme gibi diğer davranışsal sistemlerini kullanmayı başarır.

Ancak bağlanma davranışları her zaman kaygıyı azaltmayı başaramaz. Böyle bir durumda çocuk, bağlanma figürüyle yeniden yakınlaşmaktan ümidini keser ve bilişsel

olarak bağlanma sistemini edilgenleştirmeyi yeğler. Çocuk, savunmacı bir nitelik taşıyan davranışların ardına sığınır ve sanki hiç sorun yokmuş gibi kendine-güvenli bir görünüm sergiler. Bu, Bowlby'nin "çözülme" olarak tanımladığı evredir ancak asla bağlanma zincirinin sökülüp atılması anlamına gelmez (akt. Shaver ve Hazan, 1993). Gerçekten çözülme, bağlanmanın basit bir erozyonu olmak yerine savunmacı bir mekanizmayı simgeler. Çünkü çocuk, geçici olarak ortadan kaybolan ya da tepkisizleşen bağlanma figürünün yeniden erişilebilir olduğuna inanırsa, bağlanma sistemi derhal etkin olma koşuluna geri dönebilir (Shaver ve Hazan, 1994). Bowlby de protesto, keder, çözülme ve çözülme aşamasının ardından yeniden bağlanmaya geçişin evrensel ve oldukça değişmez bir nitelik taşıdığını ve hatta bunun bağlanma sisteminin ayırt edici özelliği olduğunu önermiştir (akt. Shaver ve Hazan, 1993).

1.2.4. Yetişkin Bağlanması

Bağlanma kuramının çığır açan en önemli katkısı, temel bir davranış sistemi olan "Bağlanma Davranışsal Sistemine" odaklanmasıdır. Bowlby (1979), bağlanma davranışının beşikten mezara kadar insanoğlunu karakterize etmeyi sürdürdüğünü iddia etmiştir (Akt. Ainsworth, 1991).

Berman ve Sperling (1994) yetişkin bağlanmasını fiziksel ve/veya psikolojik güvenlik sağlayabilecek bir veya birkaç kişiyle yakın olmayı isteme ve kurulan yakınlığı sürdürmeye yönelik sabit (durağan) bir eğilim olarak tanımlamışlardır. Buna göre bağlanma sistemi, kişinin yaşamının herhangi bir anında eyleme geçme potansiyeli taşıyan davranışsal bir sistemdir. Etkenleşebilmesi açık davranışlar, duygusal tepkiler ve bilişsel aktivitelere bağlıdır. Ainsworth (1989, 1991), yetişkinlikte bağlanmayı kavramlaştırırken duygusal zincirler ile ikili ilişkiler arasında ayırım yapmanın önemine güçlü bir vurgu yapmıştır. Bu iki kavram en azından üç bakımdan birbirlerinden farklılaşmaktadır. Birincisi; duygusal zincirler görece uzun süreli ve kalıcıdır. Oysa ilişkiler uzun ömürlü olabilecekleri gibi çabuk gelip-geçici de olabilir. İkincisi; ilişkiler iki kutupludur ve bireyin içsel örgütlerinin temsilini içermektedir. Oysa duygusal zincirler bireyin karakteristiğidir. Üçüncüsü; Hinde'nin (1976) işaret ettiği gibi iki kişi arasındaki ilişkinin doğası, geçmişteki bütün etkileşimlerden yapılanır ve kuşkusuz iki kişinin geçmişinde yer alan etkileşimler zengin bir içeriğe sahip olacaktır. O halde, bir ilişkinin bir çok ögesinin olması muhtemeldir ve bunların bazıları bağlanma ya da duygusal zincir oluşumuyla tamamen ilgisiz olabilir.

Yetişkin bağlanmasının işleyiş ve dinamiklerini tanımlarken "kayba" (loss) verilen tepkiler özel bir önem taşır (Hazan ve Shaver, 1992). Bowlby'e (1973, 1980) göre kayba karşı tepkiler yitirilen kişiyle geçirilmiş olan bağlanma deneyimlerine bağlı olmalıdır (akt. Mikulincer, 1998). İster ölüm ister gönüllü ayrılık nedeniyle olsun,

bir bağlanma ilişkisinin kopmasına ilk tepki ayrılığı protestodur. Kişi içinde bir dalgalanma hisseder ve zihinsel olarak sürekli yitirdiği eşini arar. Artık bu kişinin geri dönmesinin olanaksız olduğunu farkına vardığında, bu yoğun düşünceler yerini bir matem dönemine bırakır. Bu aşamada pek çok kişi genel olarak yaşamaya ve diğer insanlara karşı şiddetli bir ilgisizlik hisseder. Bu süreci, gerçeği kabullenme ve olağan yaşama geri dönme evresi izler (Hazan ve Shaver, 1994). Ancak Ainsworth (1989) matem süreci çözülsün bile kaybedilen figüre ilişkin çalışan modellerin etkisinin sürdüğüne dikkatleri çekmiştir; o halde yitirme bağlanma zincirinin tamamen kırılmasını gerektirmemektedir. Weiss (1991) de bağlanma figürü artık ortadan kaybolmuş olsa ve bağlanma pekiştirilmese bile, bağlanma sisteminin bireyin kontrolü dışında işlemeye devam ettiği önerisinde bulunmuştur.

1.2.5. Yetişkin Bağlanmasının Kavramlaştırılması

Weiss'in (1982) de vurguladığı gibi, çocukluktaki bağlanma tipik olarak tamamlayıcıdır (complementary) yani bağlanma figürü gözetme sağlar ama kendisi bunu elde etmez. Bebek ya da çocuk güvenlik arar ama kendisi böyle bir fonksiyon yerine getiremez. Buna karşılık yetişkin bağlanması tipik olarak karşılıklıdır. Her iki eş de bakım ve gözetme sağlar ve bunu birbirinden elde eder. İkinci bir fark yetişkin bağlanmasında, bağlanma figürünün genellikle bir akran ya da cinsel eş olmasıdır. Bir yetişkinin en azından ilişkisinin ilk zamanlarında, yakınlık arayışına iten güdü cinsel çekiciliktir (Shaver ve Hazan, 1993).

Çocukluktaki bağlanma paradigmasını doğrudan yetişkin ilişkilerine aktarma girişiminde bulunan Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth ve arkadaşlarınca (1978) tanımlanan temel bebek-bakıcı bağlanma stillerinin ("güvenli", "kaçınmacı" ve "kaygılı/dengesiz") yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerdeki bağlanmaya paralel özellikler taşıyacağını önermişlerdir. Hazan ve Shaver'in öncül çalışmasının ardından Bartholomew (1990) temel bir kuramsal hamle gerçekleştirerek, bir ilişkide benliğe dair görüş (olumlu/olumsuz) ile anlamlı diğer kişiye dair görüşün (olumlu/olumsuz) yetişkinlerde, çocuklardaki üç bağlanma stiline karşıt olarak dört yetişkin bağlanma stili tanımladığı önerisini sınavarak doğrulamıştır. Bartholomew (1990) güvenli ve saplantılı (kaygılı/dengesiz) stilleri modelde saklı tutarak, kaçınmacı bağlanmanın iki farklı stilini ayırtmıştır. Bunlar kayıtsız-kaçınmacı ve korkulu-kaçınmacı bağlanma adını almaktadır (Bartholomew, 1990; Simpson ve Rholes, 1998).

Daha sonra Bartholomew ve Horowitz (1991) Dörtlü-Bağlanma Modeli adı altında bağlanma stillerinin iki başat boyut üzerinde tanımlanabileceğini önermişlerdir. Bunlar benlik modeli ve başkaları modelidir. Bartholomew ve Horowitz'e göre (1991), bir kişinin benliğine dair soyut algıları, olumlu ve olumsuz şeklinde iki kutuplu hale getirilirse, dört farklı bağlanma kombinasyonu kavramlaştırılabilir. Bu modele

göre, “güvenli” bağlanma olumlu benlik modeli ve olumlu başkaları modeli; “saplantılı” (kaygılı/dengesiz) bağlanma, olumsuz benlik modeli ve olumlu başkaları modeli, “kayıtsız-kaçınmacı” bağlanma olumlu benlik modeli ve olumsuz başkaları modeli, “korkulu-kaçınmacı” bağlanma ise olumsuz benlik modeli ve olumsuz başkaları modeliyle simgelenmektedir. Benlik modeli bireyin kendilik değeri için başkalarına olan duygusal bağımlılığı ile ilişkilidir. Olumlu bir benlik modeli dışsal bir onaya gereksinim duymaksızın sahip olunan özsaygı ve sevillebilirlik duygusunu; olumsuz bir benlik modeli ise olumlu benlik algısı için başkalarının onayına gereksinim içermektedir. Başkaları modeli, başkalarının iyi niyetli ve gereksinim duyulduğunda ulaşılır olduğuna ilişkin beklentilerle ilgilidir. Başkaları modelinin olumlu olması, yakın ilişkilerde destek ve yakınlık aramaktan çekinmemeye ve başkaları hakkında olumlu beklentilere sahip olmaya, başkaları modelinin olumsuz olması ise başkalarına ilişkin olumsuz beklentiler taşımaya karşılık gelmektedir (Güngör, 2000).

Dörtlü-Bağlanma Modeli bağlamında önerilen yetişkin bağlanma stilleri şu şekilde özetlenebilir:

Güvenli Bağlanma Stili : Bu kişiler kendilerini seilmeye değer kişiler olarak algılar ve başka kişilerin de genellikle destekleyici olduğuna inanırlar. Bartholomew ve Horowitz (1991), güvenli bağlanan yetişkinlerin olumlu benlik imgelerini korumak için başkalarının onayına daha az gereksinim duyduklarını, bu konuda daha az kaygı yaşadıklarını ve başkalarıyla görece daha kolay yakınlık kurabilmelerinin yanı sıra özerk kalmayı da başarabildiklerini vurgulamışlardır.

Saplantılı Bağlanma Stili ; Saplantılı yetişkinler yanlış anlaşıldıklarına, gerçekte olana göre kendilik-değerlerinin daha düşük algılandığına inanırlar ve başka kişileri güvenilmez bulurlar, onları kalıcı, uzun süreli ilişkiler için vaatte bulunmaya isteksiz olarak algırlar (Simpson, 1990). O halde saplantılı bağlanan kişilerde en belirgin özellik, kendine-güven eksikliğidir ve o nedenle hem reddedilmekten hem de yakın bir ilişkide karşı tarafın terk etmesinden çok korkarlar.

Korkulu-Kaçınmacı Bağlanma Stili; Bireysel değersizlik duyguları ile başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğuna ilişkin beklentileri yansıtır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu yetişkinler, sosyal temas ve yakınlık isterler fakat başka kişilere itimatsızlık ve reddedilme korkusu yaşadıkları için öznel rahatsızlık ve sosyal onaya karşı aşırı bir duyarlılıkla karakterize edilen bozulmuş, yolunda gitmeyen sosyal ilişkiler kurarlar. Bu tür kişiler reddedilme olasılığını engellemek için riskli buldukları sosyal ortam ve yakın ilişkilerden kuvvetle kaçarak incinmemeyi güvence altına almaya çalışırlar; bu eğilim olası doyumsuz ilişkileri daha kurulmadan gözardı etmelerine neden olur (Bartholomew, 1990).

Kayıtsız – Kaçınmacı Bağlanma Stili; Kendine değer verme (yüksek özsaygı) ve başkalarına karşı olumsuz tutuma sahip olmanın karışımı ile tanımlanır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu stil, bağlanma gereksinimlerinin göz ardı edildiği veya Bowlby'nin deyişiyle, bağlanma sisteminin durdurulduğu (deactivated) çok daha karmaşık bir stratejiyi yansıtmaktadır. Bağlanma figürünün reddedişi karşısında olumlu bir benlik imgesini sürdürmenin tek yolu, kendini bu figürden uzak tutmak ve olumsuz duyguları önemsizleştirecek bir benlik modeli geliştirmektir. O nedenle bu kişiler, yakın ilişkilerden edilgen bir şekilde kaçır; bağımsızlığa aşırı değer verir ve ilişkilerin çok da önemli olmadığına inanmaya başlarlar. Bunun sonucu çalışma yaşamı ya da boş zaman faaliyetleri gibi hayatın belli bir şahsa (bağlanma figürüne) bağlı olmayan boyutlarına odaklanma eğilimi sergilemeleridir (Bartholomew, 1990). O halde kayıtsız bağlanan kişilerin ilişkilerdeki sorunlarını çalışma hayatında telafi etmeye çalışan aşırı iş tutkunu kişiler (workaholics) olmalarını (Hardy ve Barkham, 1994) veya boş zaman faaliyetlerine daha çok vakit ayırmalarını (Cornelley ve Ruscher, 2000) beklemek mümkün görünmektedir.

I.2.6 Temel Bağlanma Boyutları

Bartholomew'a (1990) göre dört bağlanma stili benlik ve başkaları modelleri temelini yanı sıra "bağımlılık" ve "yakınlıktan kaçınma" boyutları temelinde de ele alınabilir. Şekil.I.1.'de de görüldüğü gibi, yatay eksen "bağımlı bir tepki stili" yer alır ve bu düşükten (oldukça içselleştirilmiş ve dışsal onay gerektirmeyen özsaygı) yükseğe (başkalarının onayını gerekli kılan özsaygı) doğru farklılaşabilir. Düşey eksen, başkalarıyla yakın olmaktan kaçma derecesini yansıtan bir boyuttur ve yine düşükten (yakınlık kurmada rahat ve özerk olma) yükseğe (yakınlık kurmaya karşı kayıtsız kalma) doğru uzanır. O halde, bağımlılık ve kaçınma birbirinden bağımsız olarak değişebilmektedir. Modele göre, hem kayıtsız hem de korkulu bağlanma grupları, yakın ilişkilerden kaçınırlar fakat başkalarının onayına verdikleri önem bakımından farklılaşırlar. Korkulu-kaçınmacılar sosyal olarak yakınlıktan uzak durmakla endişelerini dağıtmak isteyeceklerinden yalnızlık ve depresyona yatkınlık eğilimi belirginleşecektir. Benzer şekilde, hem saplantılı hem de korkulu - kaçınmacı bağlanma grupları güçlü bağlanma gereksinimleri duymalarına karşın ilişkilere davranışsal yönelimlerinde çarpıcı farklar sergilerler. Her iki grup da yakın ilişkilerde reddedilme korkusunu ve düşük kendine güveni paylaşmakta ve depresyona eğilimli bir görünüm sunmaktadırlar; fakat saplantılı bağlananlar mevcut bağlanma gereksinimlerini doyumak için başkalarına ulaşmaya çalışırken korkulu bağlananlar kaybetme ya da reddedilmenin olası acısını en az düzeye indirmek amacıyla yakınlıktan savunmacı bir tarzda kaçır.

Şekil I.1. Dörtlü Bağlanma Modeli

		Benlik Modeli (Bağımlılık)	
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (Yüksek)
Başkaları Modeli (Kaçınma)	Olumlu (Düşük)	GÜVENLİ Yakınlık Kurma Konusunda rahat ve özerk	SAPLANTILI İlişkilere Takıntılı
	Olumsuz (Yüksek)	KAYITSIZ Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt-bağımlı	KORKULU Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınmacı

(Bartholomew ve Horowitz'den (1991) uyarlanmıştır)

I.2.7. Yetişkinlikte Keşfetme Davranışları ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiyi Sınayan Araştırmalar

Hazan ve Shaver (1990) bebeklikteki bağlanma ve keşfetmenin yetişkinlikteki aşık olma ve çalışma davranışlarıyla fonksiyonel olarak benzer olup olmadığını test ettikleri çalışmalarında yetişkin bağlanma stili ve işe yönelim arasında bir ilişki bulmuşlardır. Güvenli bağlananların iş doyumları, başarıları yüksektir; işle ilgili korkuları ve performanslarıyla ilgili endişeleri ile iş arkadaşlarının değerlendirmeleriyle ilgili endişeleri daha ılımlıdır. İlişkilerini işlerinden daha değerli görmekte ve işin yakın ilişkilerine engel olmasına izin vermemektedirler. Dolayısıyla işlerini sosyal etkileşimlerden kaçmak için kullanma eğiliminde değildirler. Çalışmada kaygılı / dengesiz bağlananların keşfetmeyi (yani çalışma davranışını) çocukluktaki karşılanmamış bağlanma gereksinimlerini telafi etme aracı olarak kullandıkları bulunmuştur. Tek başına çalışmak yerine başkalarıyla birlikte çalışmayı yeğleyen bu kişiler kendi katkılarının olandan daha az takdir edildiğine inanırlar, başkalarını memnun etmek için iş ortamında aşırı yükümlülük üstlenme eğilimi gösterirler. Başarılı olma ve övülme hayalleri kurarlar; başarısızlık ve saygı kaybından korkarlar. İş projelerini bitirememeye gibi zayıf iş performansı sergilerler ve yakın ilişkileriyle bağlantılı endişelerinin iş yaşamlarını olumsuz etkilediğinden yakınırlar. Kaçınmacı bağlanan yetişkinlerin ise çalışma davranışını başkalarıyla rahatsız edici etkileşimlerden uzak durma ve karşılanmamış bağlanma gereksinimlerinin yarattığı

kaygıyı görmezden gelmek için bir araç olarak kullandıkları bulunmuştur. O nedenle çalışmayı bırakma, projeleri hemen bitirme, tatile çıkma için isteksizlik sergilerler. Tek başına çalışma, işi sosyal faaliyetlerden kaçmak için bahane olarak kullanma, tatilde bile çalışmayı sürdürme, çalışmadığında kendini sınırlı hissetme, sağlıkları ve yakın ilişkilerinin olumlu sürekliliği pahasına çalışma eğilimi göstermektedirler. Ayrıca işin yakın ilişkiler kurmayı engellediğini vurgularlar. Daha önce aktarıldığı gibi, Hazan ve Shaver (1990) bu çalışma kapsamında güvenli bağlananların iyilik hallerinin daha olumlu olduğunu, yalnızlık, depresyon, kaygı ve sinirlilikten daha az şikayet ettiklerini bulmuşlardır.

Hardy ve Barkham (1994) da Hazan ve Shaver'ın (1990) yukarıda özetlenen bulgularını yinelenmek üzere çalışma yaşamında stres nedeniyle psikolojik tedavi alan 219 depresif hastayla düzenledikleri çalışmada iki güvensiz bağlanma stili için iş yönelimlerini tanımlamayı amaçlamışlardır. Bulgular, kaygılı / dengesiz bağlanmanın iş yerindeki ilişkilerde doyumsuzluk, kendi çalışma yöntemini seçme özgürlüğünün yokluğu ve iş performansı nedeniyle utanç duyma gibi özelliklerle korelatif olduğunu; buna karşılık kaçınmacı bağlanmanın iş arkadaşlarıyla doyumsuz ilişkiler, kişinin yaptığı önerilerin iş ortamında dikkate alınmaya değer görülmemesi, çalışma saatleri, gün içinde farklı işler yapabilme ve genel olarak iş doyumsuzluğuyla korelatif olduğunu göstermiştir.

Carnelley ve Ruscher (2000) yetişkinlerin keşfetme davranışını çeşitli boş zaman faaliyetleri aracılığıyla da gerçekleştirebilecekleri sayılılarıyla düzenledikleri 104 kadın ve 44 erkek üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, bağlanmayla ilgili kaygılarına dayalı olarak yetişkinlerin boş zaman faaliyetlerinin ilişkileriyle daha çok ya da daha az bağdaşabileceğini bulmuşlardır. Ayrıca insanlar, boş zaman faaliyetlerinde keşfetmeyi kullanarak olumsuz duygularını düzenlemekte ya da sosyal onayı güvence altına alabilmektedirler. Buna göre, bağlanma kaygısı yüksek olan bireyler heyecan ve macera arayışından kaçmaktadırlar; bunun sebebi belki de yakın ilişkilere boş zaman faaliyetlerinden daha çok değer vermeleridir. Ayrıca bağlanma kaygısı ya da kaçınması boyutlarında yüksek puan alan kişilerin boş zaman faaliyetlerine yönelmelerinin sosyal onay elde edebilmek amaçlı olduğu bulunmuştur. İlginç olarak, bu çalışmada saplantılı bağlanan deneklerin yakın ilişki eşleri tarafından terk edilmeleri gibi ciddi sorun yaşadıkları dönemlerde boş zaman faaliyetlerine yönelme eğilimlerinin arttığının bulunmasıdır.

Green ve Campbell (2000) bağlanmanın yetişkinlikteki keşfetmeyle ilişkili olduğunu yordadıkları iki ardışık çalışmada fiziksel (örneğin okyanus aşırı bir gezi yapmak), sosyal (örneğin yabancı kişilerle tanışmak) ve entellektüel (örneğin modern sanat müzesini gezmek) çevreyi keşfetme istekliliğini ölçen bir araç geliştirmişlerdir.

Bulgular hem kaygı hem de kaçınma boyutlarının keşfetme isteğiyle negatif korelasyon gösterdiğine fakat kaçınmacı bağlanma açısından hem sosyal hem de fiziksel keşif açısından bu negatif korelasyonun daha güçlü olduğunu göstermiştir. Ayrıca güvenli bağlananların diğer iki gruba göre keşfetme davranışlarına daha açık oldukları bulunmuştur.

Bu araştırmanın başlıca amacı yetişkin bağlanma stilleri ile çalışma yaşamına dair yönelimlerin çocuklukta bağlanma ve keşfetme süreçlerine karşılık gelip gelmediğini ve bağlanma stillerine göre işe yönelim ve çalışma davranışının farklı olup olmadığını incelemektir. Bir yaşamı kurtarmak ya da hastayı sağlığına kavuşturmak gibi son derece kutsal bir görevi üstlenen hekimlerin iş stresinin yüksek, çalışma sürelerinin uzun ve yıpratıcı olduğu bir çalışma koşulları bütününe maruz kaldıkları bilinmektedir. Ayrıca tıbben başarılı sonuç almak çoğu kez uyumlu ekip çalışmasını gerektirecektir. Dolayısıyla hekimlerin, iş ve yakın ilişkilerin iç içe geçtiği özgün bir yaşam biçimini sürdürmek zorunda kaldığı düşünülmektedirler. Bu kişiler işleri ve eşleri ya da aileleri ve hatta arkadaşlarıyla olan ilişkilerini tanımlarken, daha belirsiz sınırlar çizme durumunda kalıyor olabilirler. Çalışma yaşamı ve bağlanma stilleri bu kişilerde görece daha fazla etkileşime giriyor da olabilir. O nedenle bu araştırma kapsamında farklı sağlık kuruluşlarında görevli tıp doktorları örneklem olarak tercih edilmiştir. Buna göre araştırmanın beklentileri şu şekilde özetlenebilir:

a. Güvensiz bağlanma yaşam olaylarıyla başa çıkarken bir risk faktörü olarak düşünüldüğüne göre, bu kişilerin güvenli bağlananlara göre stres düzeylerinin daha yüksek olması beklenmektedir.

b. İnsanların doğasında var olan “duygusal zincir kurma arayışı” ve “korunma ile gözetmenin haz verici olduğu” gözönüne alındığında işi ilişkiye ya da ilişkiyi işe tercih etme açısından bağlanma stiline dayalı bir fark olmayacağı beklenmektedir.

c. Karşılanmamış bağlanma gereksinimleri nedeniyle durdurulmuş bağlanma sistemine sahip olan kayıtsız bağlanmış hekimlerin ilişkilerin anlamını önemsizleştirecekleri ve bu noksanlarını çalışma hayatında telafi etme eğiliminde olacakları ve ayrıca iş arkadaşlarıyla romantik ilişkilerle daha az ilgilenecekleri beklenmektedir.

II. Yöntem

II. 1. Denekler:

Özel hastane, özel üniversite ya da vakıf hastaneleri ile Sağlık Bakanlığı'na bağlı kamu hastaneleri, üniversite hastaneleri ve SSK hastanelerinde çalışan tıp

doktorları araştırmaya katılan 327 deneği oluşturmuştur. Araştırmaya katılan deneklerin çalıştıkları hastaneye göre bağlanma stillerinin frekans ve yüzde dağılımları ise Çizelge II.1’de sunulmuştur.

Çizelge II.1. Çalışılan Hastane Tipine Göre Bağlanma Stili Frekans ve Yüzde Dağılımları

	Güvenli	Kayıtsız	Korkulu	Saplantılı
Özel Hastane	24 (.25)	21 (.22)	23 (.24)	29 (.30)
Kamu Hastanesi	17 (.22)	23 (.30)	14 (.18)	22 (.29)
Üniversite Hastanesi	15 (.22)	16 (.24)	23 (.34)	13 (.19)
SSK Hastanesi	24 (.28)	26 (.30)	21 (.24)	16 (.18)

II.2. Veri Toplama Araçları

Yetişkin romantik ilişkilerindeki bağlanmayı ölçmek üzere Brennan ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) kullanılmıştır. Ölçek, 60 alt-ölçeğin faktör analizine tabi tutulması sonucunda elde edilmiştir. Analiz sonucunda her ne kadar bir ölçüde birbiriyle korelatif olsa da (sadece .12), bağlanma stillerini belirleyen ve temelde birbirinden bağımsız (orthogonal) kabul edilebilecek iki boyut ortaya çıkmıştır. Bu iki faktör Brennan ve arkadaşları (1998) tarafından “kaçınma” ve “kaygı” faktörleri olarak adlandırılmıştır. Bu iki faktörle en yüksek korelasyona sahip 36 madde seçilerek, her bir faktörde en yüksek faktör yükü taşıyan 18-maddelik iki ölçek oluşturulmuştur.

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Türkçe uyarlaması ile geçerlik-güvenirlilik sınaması Sümer ve Güngör (2000) tarafından Türk üniversite öğrencileri örneklemini üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada yapılmış ve kaçınma ile kaygı boyutlarının .30 ve üzerinde faktör yüküne sahip maddelerden oluşan iki güçlü faktörle temsil edildiği saptanmıştır. Bu boyutların yüksek düzeyde iç tutarlılığa (kaçınma için .81; kaygı için .84) sahip olduğu bulunmuştur (Güngör, 2000).

Bağlanma zihinsel modellerini ortaya çıkarmak amacıyla Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen 30 maddelik İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) kullanılmıştır. Güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer maddeyle ölçülürken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder maddeyle ölçülmektedir. Dört bağlanma stilini yansıtan puanlar bu stilleri ölçmeyi hedefleyen maddelerin toplanmasından ve bu toplamın her bir alt ölçekteki madde sayısına bölünmesinden elde edilmektedir. İlişki Ölçekleri anketi, Sümer ve Güngör (1999) tarafından standart çeviri-tekrar çeviri yöntemiyle 18 madde olarak Türkçe'ye uyarlanmıştır. Varimax rotasyon kullanılarak yapılan ana bileşenler analizinde iki faktör elde edilmiş; birinci faktörde güvenli ve korkulu stil yer alırken, ikinci faktörde kayıtsız ve saplantılı stil yer almıştır. Beklendiği gibi faktör analizi, karşıt kutuplardaki bağlanma stillerinin ters yönde işaretlerle aynı faktör içinde yer aldığı sonucunu vermiştir. Bağlanma benlik modeli, benlik modelleri olumlu olan güvenli ve kayıtsız bağlanma stillerinin toplanıp, bu toplamdan benlik modelleri olumsuz olan korkulu ve kayıtsız stillerin çıkarılmasıyla elde edilmektedir [(güvenli + kayıtsız) – (korkulu + kayıtsız)]. Denekler, en yüksek ortalamaya sahip oldukları bağlanma stiline göre dört bağlanma stilinden birinde sınıflandırılmaktadır (Güngör, 2000).

Das Gupta (1992) tarafından stres durumlarındaki belirtileri saptamak amacıyla geliştirilen bir belirti listesi, çalışmada kullanılan bir diğer ölçme aracını oluşturmuştur. Listenin Türkçe'ye uyarlanması Hovardaoğlu (1997) tarafından yapılmış; 38 madde önce İngilizce bilen beş uzmana verilerek ayrı ayrı çeviri yapmaları sağlanmış; daha sonra bu çevirilerden oluşan ortak liste yine aynı uzmanlara İngilizcesiyle birlikte verilerek uygunluğunu değerlendirmeleri istenmiştir. Bu aşamadan sonra oluşturulan liste, üç kişiden oluşan ve İngilizce bilen başka uzman grubuna verilerek, İngilizce'ye çevirmeleri istenmiştir. Bu çeviriler ile özgün metnin karşılaştırmasına dayanarak listenin kullanılabilir olduğuna karar verilmiştir. Stres Belirtileri Listesindeki 38 maddenin her biri dört basamaklı olarak değerlendirilmiştir. Bunlar 1= Hiç, 2= Ara sıra, 3= Sık sık, 4= sürekli anlamındadır. Dolayısıyla, listeden elde edilebilecek en düşük puan 38, en yüksek puan da 152'dir. Puanların artması, belirtilerin sıklığında artış anlamına gelmektedir. Hovardaoğlu (1997) tarafından yapılan faktör analizi sonuçlarına göre, belirti listesi üç faktörden oluşmaktadır. Buna göre, birinci faktöre "bilişsel-duyuşsal faktör", ikinci faktöre "fizyolojik belirti faktörü", üçüncü faktöre "ağrı-yakınma faktörü" adı verilmiştir. Faktör analizi sonuçlarının stresin farklı bileşenleri olduğu ve bütün stres belirtilerini tek başlık altında toplamanın zorluğuna işaret ettiği yargısına varılmıştır. Adı geçen çalışmada, belirtiler listesi için tutarlılık katsayısı 0,91; iki-yarım güvenilirliği de 0,90 olarak bulunmuştur.

Çalışmanın temel sorularına yanıt aranması amacıyla Hazan ve Shaver (1990) tarafından yürütülmüş çalışmada yer alan soru gruplarının bir bölümü standart çeviri-tekrar çeviri yöntemiyle Türkçe'ye uyarlanmıştır. Birinci bölümde, deneklerden işleri ve romantik ilişkileri hakkında değerlendirme yapmalarının istendiği 6 soru yöneltilmiş ve her bir soru için "işim" ya da "ilişkim" tercihinin yapılması beklenmiştir. İzleyen bölümde, Hazan ve Shaver (1990) tarafından bağlanma kuramı ve araştırmalarından elde edilmiş iş ile ilgili 35 maddelik bir soru grubundan Türkçe'ye uygun bulunan 21 maddenin dört basamaklı bir ölçek üzerinde puanlanması yer almıştır. Bu maddeler, bağlanma ve çalışma arasında yordanan ilişkiyi (işin bir keşfetme davranışı olup olmadığı konusunu) sınamak üzere kullanılmıştır.

II.3. Verilerin Toplanması

Veriler, Mart 2001- Kasım 2001 tarihleri arasında Ankara ili sınırlarındaki Sağlık Bakanlığı'na bağlı devlet hastaneleri ile sağlık ocaklarında çalışan tıp doktorlarından, özel hastane ve özel üniversite ya da vakıf hastanesinde çalışan tıp doktorlarından, Ankara Üniversitesi ile Gazi Üniversitesi Hastanelerinde görev yapan tıp doktorları ile Sosyal Sigortalar Kurumu hastaneleri ve dispanserlerinde çalışan tıp doktorlarından toplanmıştır. Deneklere anket formu dağıtılarak yanıtlamaları istenmiştir. Uygulama bireysel olarak yürütülmüştür.

III. Bulgular

III. 1. İş ve İlişki Arasındaki Tercihe İlişkin Soru Grubundan Elde Edilen Bulgular

Araştırmaya katılan denekler İlişki Ölçekleri Anketinden aldıkları puanlara göre güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı olarak dört gruba ayrılmıştır. Her grubun iş ve yakın ilişki arasındaki tercihe dair frekans ve yüzdeleri **Çizelge.III.1.**'de gösterilmiştir.

Güvenli ve saplantılı bağlananlar ilişkilerinin işlerinden daha önemli olduğunu vurgularken, kayıtsız bağlananların (% 53) ve korkulu bağlananların (%58) çoğu işlerini daha önemli görmektedir. Dört bağlanma stili grubu da ilişkilerin işe nazaran daha çok zevk verdiğini düşünme eğilimindedir ve ilişkilerin onları daha çok üzdüğünün ve genel olarak mutluluklarında ilişkilerinin daha etkili olduğunu vurgulamaktadırlar. Ancak yine de her grup öncelikle işi tercih etmektedir; fakat **Çizelge.III.1.**'deki yüzdeler incelenirse, kayıtsız bağlananlar için farkın pek az olduğu görülmektedir. Sanki sınırda kalmış bir tercih söz konusu gibidir. Her grubun yaptıkları işin yakın ilişkilerini desteklediğini belirtme oranlarının daha yüksek oluşu da dikkate alınırca ne olursa olsun çalışma ve dolayısıyla para kazanmanın insan hayatında son derece önemli bir rol oynadığı ortaya çıkıyor gibi görünmektedir.

Çizelge III. 1. Her kategorideki deneklerin iş ve yakın ilişki konusundaki tercihlerine ait yüzde ve frekanslar

	Güvenli		Kayıtsız		Korkulu		Saplantılı	
	İş	İlişki	İş	İlişki	İş	İlişki	İş	İlişki
Sizin için hangisi daha önemlidir?	39 (.40)	56 (.58)	40 (.53)	33 (.43)	39 (.58)	28 (.42)	30 (.35)	55 (.63)
Hangisi size daha çok zevk verir?	26 (.27)	70 (.72)	26 (.34)	46 (.61)	25 (.37)	41 (.61)	13 (.15)	71 (.82)
Sizi daha çok üzen hangisidir?	44 (.45)	51 (.53)	38 (.50)	33 (.43)	28 (.42)	38 (.57)	37 (.43)	47 (.54)
Genel olarak mutluluğunuzda hangisi daha çok etkilidir?	24 (.25)	68 (.70)	30 (.40)	42 (.55)	22 (.33)	43 (.64)	15 (.17)	70 (.81)
Birini seçmeniz zorunlu olsa hangisini seçerdiniz?	28 (.29)	66 (.68)	35 (.46)	37 (.49)	31 (.46)	35 (.52)	27 (.31)	59 (.68)
Hangisi size göre daha doğrudur? a. Yaptığım iş yakın ilişkiyi destekliyor b. Yakın ilişkiyi yaptığım işi destekliyor	74 (.76)	21 (.22)	59 (.78)	15 (.20)	46 (.69)	20 (.30)	68 (.78)	17 (.20)

Her bir bağlanma grubu için ayrı ayrı ilk altı maddelik sosyometrik soru grubundan elde edilen puanlar göz önüne alınarak nokta-çift serili korelasyonlar hesaplanmıştır. Ancak örnekleme daraltmamak ve II. tip hatayı uygun düzeyde tutmak amacıyla çalışılan hastane tipi göz ardı edilerek bütün örneklem temel alınarak korelasyonlar hesaplanmıştır. “Sizin için hangisi daha önemlidir?” maddesi ile saplantılı bağlanma arasında (.05 düzeyinde) anlamlı korelasyon vardır. Buna göre, saplantılı bağlanma puanları arttıkça ilişki daha önemli bulunmaktadır. “Hangisi size daha çok zevk verir?” maddesi ile korkulu bağlanma arasında (.05 düzeyinde) anlamlı ve ters yönlü korelasyon vardır. O halde, korkulu bağlanma puanı arttıkça işin daha çok zevk verdiği vurgulanmaktadır. “Birini seçmeniz zorunlu olsa hangisini seçerdiniz?” maddesi ile saplantılı bağlanma arasında (.05 düzeyinde) anlamlı korelasyon hesaplanmıştır. Buna göre, saplantılı bağlanma puanları arttıkça iş veya ilişki arasında yapılan tercih ilişkiye doğru kayma eğilimi göstermektedir. “Hangisi size göre daha doğrudur? Yakın ilişkiyi yaptığım işi destekliyor / Yaptığım iş yakın

ilişkimi destekliyor” maddesi ile korkulu bağlanma arasında (.05 düzeyinde) anlamlı korelasyon vardır. Buna göre, korkulu bağlanma puanları arttıkça yapılan işin yakın ilişkiyi desteklediğini düşünme eğilimi de artmaktadır.

III.2. Gruplar Arası Karşılaştırmalara İlişkin Bulgular

Tüm varyans analizlerinde hastane türü ve bağlanma stili bağımsız değişken olarak alınmış ve faktörlü deney desenine uygun varyans analizi yapılmıştır. Ancak, bağlanma stilleri ve çalışılan hastane tipi ortak etkileri için düzenlenen varyans analizi anlamlı farklar ortaya çıkarmamıştır.

III.2.1. Hastane Tipi Temel Etkisine İlişkin Bulgular

Bağlanma stili ve çalışma (keşfetme) davranışı arasında bir bağlantı olup olmadığını açığa çıkarmayı amaçlayan 21 maddelik soru grubuna verilen yanıtlar açısından sadece iki maddeden elde edilen puanlar açısından gruplar arası farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Bunlar “*İşimi tek başıma yapmayı tercih ederim*” maddesi ($F(3,311)=3.29, p<.05$) ve “*İşimi yaparken performansımın yeterince iyi olup olmadığından endişe ediyorum*” maddesidir ($F(3,311)=3.43, p<.05$). İlk maddede bu farkı oluşturan özel, kamu, üniversite ve SSK hastaneleri için grup ortalamaları sırasıyla; 2,35, 2,24, 2,11 ve 2,00 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre, SSK hastanesi doktorları, özel hastane doktorlarına göre tek başına çalışmayı daha çok yeğlemektedir. İkinci maddede anlamlı farkı oluşturan özel, kamu, üniversite ve SSK hastaneleri için grup ortalamaları sırasıyla; 2.43, 2.66, 2.77, 2.73 dür. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre üniversite hastanelerinde görevli tıp doktorları, özel hastanelerde çalışan tıp doktorlarına göre performanslarından daha az endişe etmektedirler.

III. 2.2. Bağlanma Stilleri Temel Etkisine İlişkin Bulgular

Bağlanma stili ve çalışma (keşfetme) davranışı arasında bir bağlantı olup olmadığını açığa çıkarmayı amaçlayan 21 maddelik soru grubuna verilen yanıtlar açısından altı maddeden elde edilen puanlar açısından gruplar arası farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. “*İşimde başarısız olmak beni korkutuyor*” maddesi için ($F(3,311) = 5.10, p<.05$) bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 2.32, 2.26, 2.04 ve 1.86 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre saplantılı bağlananlar hem güvenli hem de kayıtsız bağlananlara göre işlerinde başarısız olmaktan daha çok korkmaktadırlar. “*Aşırı miktarda çalışmam bana ve benim için önemli olan yakınlarıma zarar veriyor*” maddesi için ($F(3,311) = 4.23, p < .05$) bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası

ortalamlar sırasıyla; 2.51, 2.65, 2.46 ve 2.18 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre saplantılı bağlananlar hem güvenli hem de kayıtsız bağlananlara göre aşırı miktarda çalışıyor olmalarının kendilerine ve yakınlarına zarar verdiğini daha çok düşünme eğilimindedirler. “*Amirlerim üzerinde iyi bir izlenim bırakamadığım için endişe ettiğim olur*” maddesi için (F(3,311)=3.27, p<.05) bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 2.82, 2.93, 2.49 ve 2.75 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre korkulu bağlananlar hem güvenli bağlananlara hem de kayıtsız bağlananlara göre amirleri üzerinde iyi bir izlenim bırakamamaktan daha çok endişe etmektedirler. “*Başarısız olduğumda eleştirilmek beni korkutur*” maddesi için (F(3,311) = 8.86, p < .05) bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 2.89, 2.69, 2.27 ve 2.52 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre güvenli bağlananlar korkulu ve saplantılı bağlananlara göre; kayıtsız bağlananlar korkulu bağlananlara göre başarısızlık koşulunda eleştirilmekten daha az kaygı duymaktadırlar. “*Kimi görevleri tamamlamada zorluk yaşadığım olur*” maddesi için (F(3,311) = 2.76, p < .05) bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 2.55, 2.52, 2.28 ve 2.60 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre kimi görevleri tamamlamada korkulu bağlananlar saplantılı bağlananlara göre daha büyük güçlükler yaşadıklarını dile getirmektedirler. “*İşimde üstlendiğim sorumluluklar sürekli zihnimi kurcalar*” maddesi için F(3,311)=3.14, p<.05) bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 2.34, 2.24, 2.04 ve 2.01 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre saplantılı bağlananlar güvenli bağlananlara göre üstlendikleri sorumluluklarla zihinlerini daha çok meşgul etmektedirler.

Toplam stres puanları yönünden de gruplar arasında anlamlı farklar söz konusudur (F(3,311)=5.22, p<.05). Bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 54.18, 54.59, 58.71 ve 60.37 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre saplantılı bağlananların stres düzeyi hem güvenli hem de kayıtsız bağlananlara göre daha yüksektir. Stres puanlarına göre hesaplanan bilişsel – duyuşsal boyut puanları açısından da gruplar arasında anlamlı farklar bulunmuştur (F(3,311)=5.86, p<.05). Bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 21.65, 21.60, 24.24 ve 24.41 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre bu boyutta korkulu bağlananlar kayıtsız bağlananlara göre daha çok gerilim bildirirken; saplantılı bağlananlar kayıtsız

bağlananlara göre bu boyut açısından daha çok yakınmaktadırlar. Stres puanlarına göre hesaplanan ağrı -yakınma boyutu puanları açısından da gruplar arasında anlamlı farklar bulunmuştur ($F(3,311) = 6.78, p < .05$). Bu farkı oluşturan güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma için gruplar arası ortalamalar sırasıyla; 16.47, 16.73, 18.69 ve 19.22 dir. Bu ortalamalar yönünden uygulanan Tukey-Kramer testi sonuçlarına göre ağrı – yakınma boyutunda en yüksek puanı alan grup saplantılı bağlananlardır. Aynı şekilde güvenli bağlananların puanı, korkulu bağlananlardan daha düşüktür.

III. 3. Güvenli Bağlanma Stili İçin Regresyon Analizi Sonuçları

Güvenli bağlanma puanlarının yordanması için uygulanan aşamalı çözüm sonuçları Çizelge.III.3.'de gösterilmiştir. Tabloda, çalışma (keşfetme) davranışına dair belirlemeler I. Sosyometrik Soru Grubu olarak ifade edilmiştir.

Çizelge III.3. Güvenli Bağlanma Puanlarına Uygulanan Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	: Güvenli			
Bağımsız Değişkenler	: I. Sosyometrik Soru Grubu			
Açıklanan Varyans	: 12%			
$F(3 - 323) =$: 14,39			
<i>Denkleme Giren Değişken(ler)</i>	B	SE B	Beta	T
Amirlerim üzerinde iyi bir izlenim bırakmadığım için endişe ettiğim olur	0,06598	0,025624	0,139513	2,575
Başarısız olduğumda eleştirilmek beni korkutur	0,130523	0,026455	0,26669	4,934
Bence takdir edilmek en büyük ödüldür	-0,05187	0,024005	-0,11327	-2,161

Güvenli bağlanma ile keşfetme davranışını betimleme amaçlı soru grubu maddeleri arasındaki çoklu korelasyon .34'tür ve bu anlamlı bir değerdir ($F(3-323) = 14,39, p < .05$). Diğer bir deyişle bu maddeler toplam varyansın % 12'sinden sorumlu olmaktadır. Ancak **Çizelge. III.3.**'de de görüldüğü gibi güvenli bağlanma puanlarını yordama yönünden "Amirlerim üzerinde iyi bir izlenim bırakmadığım için endişe ettiğim olur", "Başarısız olduğumda eleştirilmek beni korkutur" ve "Bence takdir edilmek en büyük ödüldür" maddeleri toplam varyansa anlamlı katkı yapmaktadır.

III. 4. Korkulu Bağlanma Stili İçin Regresyon Analizi Sonuçları

Korkulu bağlanma puanlarının yordanması için uygulanan aşamalı çözüm sonuçları Çizelge III.4.'de gösterilmiştir.

Çizelge III. 4. Korkulu Bağlanma Puanlarına Uygulanan Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	: Korkulu			
Bağımsız Değişkenler	: I. Sosyometrik Soru Grubu			
Açıklanan Varyans	: 7%			
F(3-323) =	: 7,85			
<i>Denkleme Giren Değişken(ler)</i>	B	SE B	Beta	T
Başkalarının işime karışmasından hoşlanmıyorum	-0,08581	0,036154	-0,1285	-2,374
Amirlerim üzerinde iyi bir izlenim bırakmadığım için endişe ettiğim olur	-0,08581	0,036154	-0,1285	-2,374
Başarısız olduğumda eleştirilmek beni korkutur	-0,08771	0,032438	-0,1512	-2,704

Korkulu bağlanma ile keşfetme davranışını betimleme amaçlı soru grubu maddeleri arasındaki çoklu korelasyon .26'dır ve bu anlamlı bir değerdir (F (3-323) = 7.85, p < .05). Diğer bir deyişle bu maddeler toplam varyansın % 7'sinden sorumlu olmaktadır. Ancak Çizelge III. 4.'den de izlenebileceği gibi toplam varyansa anlamlı katkı yapan maddeler "Başkalarının işime karışmasından hoşlanmıyorum", "Amirlerim üzerinde iyi bir izlenim bırakmadığım için endişe ettiğim olur" ve "Başarısız olduğumda eleştirilmek beni korkutur" şeklindedir.

III.5. Saplantılı Bağlanma Stili İçin Regresyon Analizi Sonuçları

Saplantılı bağlanma puanlarının yordanması için uygulanan aşamalı çözüm sonuçları Çizelge III.5.'de gösterilmiştir.

Saplantılı bağlanma ile keşfetme davranışını betimleme amaçlı soru grubu maddeleri arasındaki çoklu korelasyon .25'tir ve bu anlamlı bir değerdir (F (2-324) = 10.95, p < .05). Diğer bir deyişle bu maddeler toplam varyansın % 6'sından sorumlu olmaktadır. Ancak Çizelge III. 5.'den de izlenebileceği gibi "Aşırı miktarda çalışmam bana ve benim için önemli olan yakınlarıma zarar veriyor" ve "İşimde üstlendiğim sorumluluklar sürekli zihnimi kurcalar" maddeleri toplam varyansa anlamlı katkıda bulunmaktadır.

Çizelge III.5. Saplantılı Bağlanma Puanlarına Uygulanan Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	: Saplantılı			
Bağımsız Değişkenler	: I. Sosyometrik Soru Grubu			
Açıklanan Varyans	: 6%			
F(2-324) =	: 10,95			
<i>Denkleme Giren Değişken(ler)</i>	B	SE B	Beta	T
Aşırı miktarda çalışmam bana ve benim için önemli olan yakınlarıma zarar veriyor	-0,06466	0,026825	-0,1314	-2,41
İşimde üstlendiğim sorumluluklar sürekli zihnimi kurcalar	-0,10726	0,030131	-0,19406	-3,56

III. 6. Kayıtsız Bağlanma Stili İçin Regresyon Analizi Sonuçları

Kayıtsız bağlanma puanlarının yordanması için uygulanan aşamalı çözüm sonuçları Çizelge III.6.'da gösterilmiştir.

Çizelge III.6. Kayıtsız Bağlanma Puanlarına Uygulanan Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	: Kayıtsız			
Bağımsız Değişkenler	: I. Sosyometrik Soru Grubu			
Açıklanan Varyans	: 1%			
F(1-325) =	: 4,93			
<i>Denkleme Giren Değişken(ler)</i>	B	SE B	Beta	T
İşimi yaparken aşırı sorumluluk üstlendiğimi düşündüğüm olur	0,069839	0,031444	0,122279	2,221

Kayıtsız bağlanma ile keşfetme davranışını betimleme amaçlı soru grubu maddeleri arasındaki çoklu korelasyon .12'dir ve bu anlamlı bir değerdir (F(1-325) = 4.93, p < .05). Diğer bir deyişle bu maddeler toplam varyansın % 1'inden sorumlu olmaktadır. Ancak **Çizelge III. 6.**'dan da izlenebileceği gibi sadece "İşimi yaparken aşırı sorumluluk üstlendiğimi düşündüğüm olur" maddesi toplam varyansa anlamlı katkıda bulunmaktadır.

III. 11. Dört Bağlanma Stiline Göre İşe Yönelimi Yordamak Üzere Yapılan Direkt Diskriminant Fonksiyon Analizi Sonuçları

Bağlanma gruplarına üyeliği yordamak üzere çalışma (keşfetme) davranışını betimleme amaçlı 21 maddelik soru grubu kullanılarak direkt diskriminant fonksiyon analizi yapılmıştır. Yordayıcı değişkenler olarak bu soru grubundaki maddeler analize dahil edilmiştir. Gruplar ise güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanmadır.

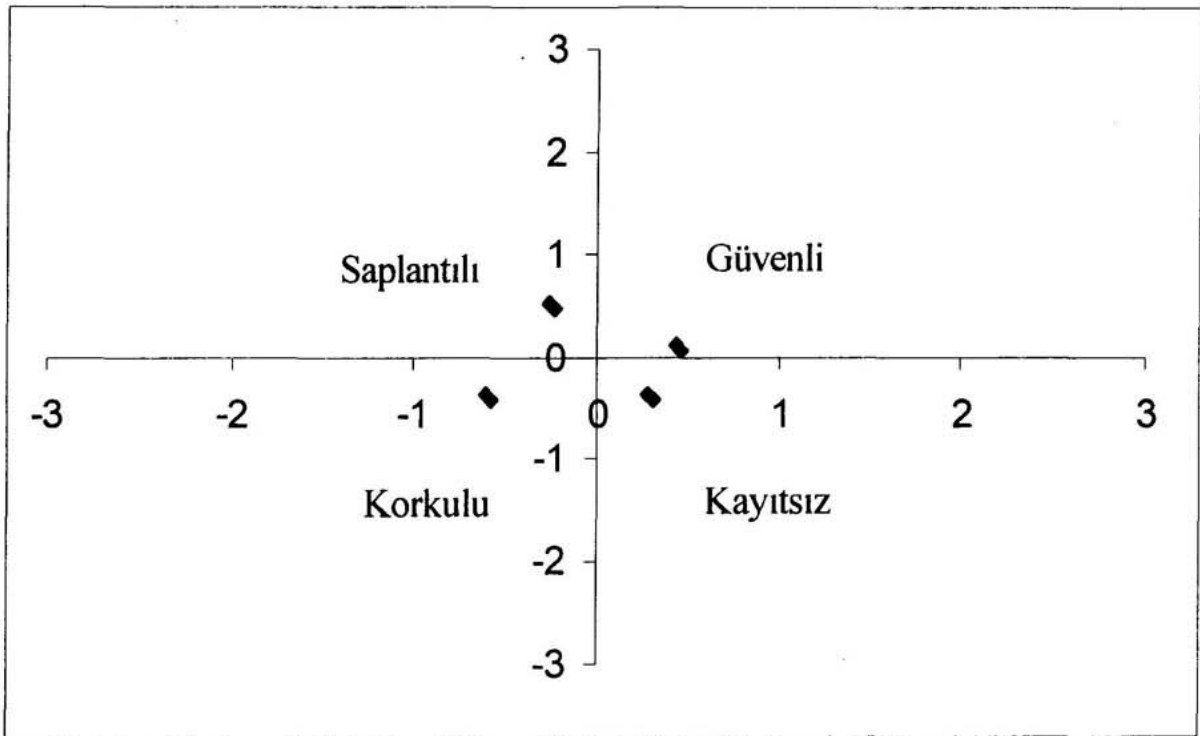
Analizde üç diskriminant fonksiyon hesaplanmıştır $X^2(63) = 110.66, p < .05$. Birinci fonksiyon eşitlikten çıkarıldıktan sonra ikinci diskriminant fonksiyonun grupları anlamlı olarak birbirinden ayırdığı görülmüştür; $X^2(40) = 60.91, p < .05$. İkinci fonksiyon eşitlikten çıkarıldıktan sonra üçüncü diskriminant fonksiyon grupları anlamlı olarak birbirinden ayırmamaktadır. Birinci ve ikinci diskriminant fonksiyonların gruplararası varyansı açıklama oranları sırasıyla % 46 ve % 36'dır. **Şekil.III.1.** de 'görüldüğü gibi birinci diskriminant fonksiyon güvenli bağlanma grubunu korkulu ve kayıtsız bağlanma gruplarından ayırırken; ikinci diskriminant fonksiyon güvenli bağlanma grubunu kayıtsız bağlanma grubundan ayırmaktadır. Birinci diskriminant fonksiyonda .40 değeri göz önüne alındığında grupları en iyi ayıran yordayıcıların "Bence takdir edilmek en büyük ödüldür", "İşimde üstlendiğim sorumluluklar sürekli zihnimi kurcalıyor" ve "İşimde başarısız olmak beni korkutuyor" maddeleri olduğu görülmektedir. Başarısız olduğunda eleştirilmekten güvenli bağlananlar korkulu ve kayıtsız bağlananlara göre daha az endişe ederken; korkulu bağlananlarda böyle bir durumla karşılaşma kaygısı en yüksek düzeydedir. Güvenli bağlananlar korkulu ve kayıtsız bağlananlara göre işlerindeki sorumluluklarıyla zihinlerini daha az meşgul ederken, korkulu bağlananlar bu iki gruba göre işle ilgili sorumluluklarını daha yoğun düşünme eğilimindedirler. İşinde başarısız olmaktan korkulu bağlananlar, güvenli ve kayıtsız bağlananlara göre daha çok endişe etmektedir.

İkinci diskriminant fonksiyonda "Aşırı miktarda çalışmam bana ve benim için önemli olan yakınlarıma zarar veriyor" ve "Bence takdir edilmek en büyük ödüldür" maddelerinin grupları en iyi ayıran yordayıcılar olduğu görülmektedir. Aşırı miktarda çalışmanın kendisine ve yakınlarına zarar verdiğini düşünme eğilimi kayıtsız bağlananlarda güvenli bağlananlara göre daha yüksektir. Takdir edilmenin en büyük ödülünden biri olduğunu düşünme eğilimi kayıtsız bağlananlarda güvenli bağlananlara göre daha yüksektir.

Sınıflandırma sonuçlarına göre, diskriminant fonksiyon analizi incelendiğinde, gruplarda yer alan denek sayısı eşit olmadığından grupların öncelikli olasılık değerleri hesaplanmıştır. Genel olarak bakıldığında, deneklerin % 46.79'unu diskriminant

fonksiyon analizi doğru sınıflamıştır ve bu % 25 öncelikli olasılık değerinden daha yüksektir. Bağlanma grupları tek tek incelendiğinde güvenli bağlanma grubu % 46 (öncelikli olasılığı %30) oranında, kayıtsız bağlanma grubu % 38 (öncelikli olasılığı %23) oranında, korkulu bağlanma grubu %49 (öncelikli olasılığı %20) oranında ve saplantılı bağlanma grubu % 53 (öncelikli olasılığı %27) oranında doğru sınıflanmıştır.

Şekil III.1. Bağlanma Grup Ortalamalarının İki Diskriminant Fonksiyonu Üzerinde Dağılımı



IV. Tartışma

Amaç kısmında da belirtildiği gibi bu araştırmada farklı hastanelerde çalışan tıp doktorlarının bağlanma stilleri ve bu stillere göre işe yönelimlerinin incelenmesi hedeflenmiştir. Bu bölümde amaçlar çerçevesinde elde edilen bulguların tartışması ve genel bir değerlendirme yer almaktadır.

Çalışma davranışını betimlemeye yönelik sosyometrik soru grubundan elde edilen puanlar göz önüne alındığında yine bağlanma stillerine göre önemli farklar olduğu bulunmuştur. Saplantılı bağlanan hekimlerin hem güvenli hem de kayıtsız

bağlananlara göre işlerinde başarısız olmaktan daha çok korkması benlik modellerinin olumsuz olmasıyla açıklanabilir. Saplantılı bağlananların kendine güven eksikliğiyle tanımlanması (Cooper ve arkadaşları, 1998) ve mevcut ya da geçmişteki çözümlenmemiş bağlanma çatışmalarından dolayı başkalarına kolayca gücenme potansiyeli taşımaları (Simpson ve arkadaşları, 1992) ve benlik imgelerinin dışsal onayı daha çok gereksindiren bir yapıyı temsil etmesi (Güngör, 2000) şeklindeki kuramsal öneriler bu bulguyu destekler yönde kabul edilmelidir.

Saplantılı bağlanan hekimlerin güvenli ve kayıtsız bağlananlara göre aşırı çalışmalarının kendilerine ve yakınlarına zarar verdiğini düşünme eğilimlerinin daha büyük olduğu bulgusu da çalışma ve sevmeye alanındaki olası bir dengesizlikten bu kişilerin daha çok endişe ettiğine işaret etmektedir. Bu öngörü, Cooper ve arkadaşlarının (1998) saplantılı bağlanan kişilerin hem reddedilmekten hem de karşı tarafın terk etmesinden çok korktukları bulgusuna dayandırılabilir. Ayrıca bu bulgu, saplantılı bağlananların aile / ev ortamından iş ortamına daha olumsuz aktarımlar yaptığı ve bu iki yaşam alanını ayırıştırma zorlandıkları bulgusuyla da (Sümer ve Knight, 2001) tutarlı bir görünüm sunmaktadır.

Amirleri üzerinde iyi bir izlenim bırakamamaktan korkulu bağlananların daha çok endişe ediyor olması yine özsayı eksikliği (Hazan ve Shaver, 1990) ve olumsuz benlik modeli nedeniyle başkalarınca onaylanma gereksiniminin yüksek olmasına (Bartholomew, 1990) bağlanabilir.

Başarısızlık koşulunda güvenli bağlananların saplantılı ve korkulu bağlananlara göre eleştirilmekten daha az korkuyor olmaları da özsayılarının yüksekliğine ve benlik modellerinin olumlu oluşuna bağlanabilir ve bu bulgu bir çok araştırma bulgusuyla (örneğin Feeney ve Noller, 1990) tutarlıdır. Kayıtsız bağlananların başarısızlık koşulunda eleştirilmekten korkulu bağlananlara göre daha az endişe ediyor olmaları başkaları modelinin olumsuz olmasına bağlanabilir; yani kayıtsız bağlananlar diğer kişilerin görüşlerine karşı kısmen duyarsızlaşmışlardır ve bu kişilerin iyi niyetli olmadıklarına inanmaları (Mikulincer ve Shaver, 2001) başka kişilerin görüş ve önerilerine itibar etmemelerine sebep oluyor gibi görünmektedir.

Kimi görevleri tamamlamada korkulu bağlananların saplantılı bağlananlara göre daha çok güçlük yaşadıklarını dile getirmesi Hazan ve Shaver'ın (1990) bu maddenin kaygılı / dengesiz (saplantılı) bağlananlar ile kaçınmacı bağlananları ayırdığı bulgusuyla tutarlıdır. Saplantılı bağlananların özellikle güvenli bağlananlarla karşılaştırıldığında işlerinde üstlenmiş oldukları sorumluluklarla takıntılı zihinsel bir örüntü sergiliyor olması yine bir işi olması gerektiği gibi başarıyla

bitiremeyebileceklerini anımsatan düşük özsaygıyla yani olumsuz benlik modelleriyle açıklanabilir.

Stres puanları yönünden gruplar ele alındığında da anlamlı farklar söz konusudur. Genel olarak stres düzeyinin saplantılı bağlananlarda hem güvenli hem de kayıtsız bağlananlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu, saplantılı bağlananların başka kişileri pek destekleyici bulmadıkları (Kobak ve Sceery 1988) ve genellikle duygu-odaklı başa çıkma mekanizmalarını kullanmalarının gerilimi azaltmak yerine pekiştirdiği (Mikulincer ve arkadaşları, 1993) bulgularıyla uyumludur. Buna karşılık kayıtsız bağlananların düşük gerilim düzeyi sergilemesi bu kişilerin olumsuz duyguları görmezden geldiği yönündeki bulgularla (Collins, 1996) ve hem güvenli hem de kayıtsız bağlanan kişilerin olumlu benlik modelleri aracılığıyla daha yüksek düzeyde iyimserlik, iyilik-hali ve bağımsızlık özellikleri gösterdiğine dair bulgularla (Diehl ve arkadaşları, 1998) tutarlıdır.

Stres puanlarına göre belirlenen bilişsel-duyuşsal stres boyutu açısından korkulu ve saplantılı bağlananların kayıtsız bağlananlara göre daha çok yakındığı bulunmuştur. Depresyon, kabuslar, kızgınlık ve öfke duyguları, ağlama, kalp çarpıntısı, cinsel problemler, iletişim kurma güçlüğü gibi stres belirtileri korkulu bağlananları daha çok betimlemektedir.

Ağrı-yakınma stres boyutu bakımından saplantılı bağlananlar en yoğun şikayetlerde bulunurken, güvenli bağlananların bu boyutta şikayetleri daha azdır. O halde, saplantılı bağlananlar boyun ve sırt ağrıları, eklem ağrıları, uyku bozuklukları, bel ağrıları, migren ağrıları ve mide ağrısı gibi psikolojik iyilik hallerini tehdit eden sağlık sorunlarından daha çok sıkıntı çekmektedirler.

İşe ilişkin yönelimleri belirleme amaçlı davranışlar açısından gruplar arasında bulunan farklara dayanarak, her bir bağlanma stiline karşılık gelecek bir iş yönelimi tanımlama girişiminin kısmen başarılı olduğunu söylemek mümkündür. Örneğin güvenli bağlanan hekimlerin amirleri üzerinde iyi bir izlenim bırakamamaktan ve başarısız olduğunda eleştirilmekten endişe etmeyi doğru bulmayan buna karşılık takdir edilmenin büyük bir ödül olacağına inanan kişiler olduğu söylenebilir. Korkulu bağlananlar ise amirleri üzerinde iyi bir izlenim bırakamamaktan ve başarısızlık koşulunda eleştirilmekten endişe ederler ayrıca başkalarının işlerine karışmasından hoşlanmazlar. Kayıtsız bağlananlar işlerini yaparken aşırı sorumluluk üstlendiklerini pek düşünmeyen kişilerdir. Saplantılı bağlananlar aşırı çalışıyor olmalarının birlikte yaşadıkları kişilere ve kendilerine zararlı olduğuna; işle ilgili sorumluluklarının sürekli zihinlerini meşgul ettiğine işaret etmektedirler.

Bu bulgular, bir bütün olarak ele alınırsa, Hazan ve Shaver'ın (1990) bulgularıyla tutarlı olarak, bağlanma stillerinin, insanların çalışma davranışı (keşfetme) ile sevme ilişkileri arasında nasıl bir bağdaşma yapılandıkları ve keşfetmeyi (çalışma davranışını) sosyal onay elde etme ve yakın ilişkilerdeki olumsuz duyguları düzenlemek için nasıl kullandıklarına dair yordamaları desteklediği söylenebilir. Gerçekten işe yönelim açısından özellikle, güvensiz bağlanma grupları arasında bir fark olduğu açıktır. Bu kişilerin iş performansları ile başarısızlık koşulunda eleştirilme kaygıları, özellikle korkulu bağlananlar için, kaygı boyutunun yüksek düzeylerine işaret etmektedir. Hatırlanacağı gibi, Bartholomew (1990) korkulu bağlananların sosyal onaya aşırı duyarlılık gösterdiklerinin altını çizmiştir. Dolayısıyla olası bir başarısızlık ve bunu takip eden eleştiri benlik imgelerine bir saldırı anlamı taşıyacağından özellikle tehdit edici olarak algılanacaktır. Saplantılı bağlanma örüntüsünün sargın ve aşırı bağımlı ilişkiler kurmayla bağlantılı olduğu bulgusu (Mikulincer ve Nachson, 1991) düşünülürse, bu kişilerin çalışma hayatının özel hayatlarına zarar veren yanları olduğu fikrini benimsemeleri şaşırtıcı değildir. Bu kişiler bir ilişkiye taraf olmayı olumsuz yaşam olaylarının etkisini azaltmak yani duygusal destek elde edebilmek için tek yol gibi gördüklerinden çalışma davranışını ikinci plana atma eğiliminde olabileceklerini söylemek mümkündür. Kayıtsız bağlananların ise bağımsızlığa aşırı değer vermesi, ilişkilerin önemini azaltarak çalışma yaşamında bağlanma gereksinimlerini telafi ettiklerine dair görüşlerle (örneğin Bartholomew, 1990; Carnelley ve Ruser, 2000) tutarlı olarak, işlerini yaparken aşırı sorumluluk altında ezilmediklerini özellikle vurgulamak eğilimindedirler. Bu durumu destekleyen bir yorum Simpson ve arkadaşlarının (1992) ifadelerinde bulunabilir: Kaçınmacı bağlananlar kendilerini savunmacı bir mekanizma aracılığıyla yakın ilişkilerden soyutlamakla bağlanma sistemini durdurmaktadır. Dolayısıyla bu kişilerin işi sosyal etkileşimlerden kaçmak için kullandıkları (Hazan ve Shaver, 1990) bulgusu betimlenen bu örüntüyü destekler nitelikte kabul edilmelidir.

Kuramsal olarak, çocukluktaki bağlanma ilişkisinin niteliğiyle doğrudan ilişkili olan yetişkin yakın ilişkilerindeki tutumlar temelinde çalışma davranışının tanımlanmış olması belki de bu araştırmanın en büyük katkılarından biri olarak kabul edilmelidir. Gerçekten, stres ve ilişki – iş dengesi açısından bağlanma stili temelinde farkların ortaya çıkmış olması, işveren çalışanını değerlendirmesinde anahtar ipuçları sunabilir ve bu da hem birey hem de firmanın uzun dönemdeki yararını arttırabilir.

Dört bağlanma grubuna üyeliği yordamak amacıyla işe dair yönelimleri temsil eden davranışları kapsayan sosyometrik soru grubuyla yapılan diskriminant analizi de bu genel görünüşü desteklemiştir. Buna göre, güvenli bağlanma ile korkulu ve kayıtsız bağlanma arasında en güçlü ayrımı yapan davranış kalıpları yine başarısız

olduğunda eleştirilme (korkulu bağlananlar için en şiddetli endişe kaynağıdır); işinde başarısız olma (yine korkulu bağlananları en çok tehdit eden bir kaygıdır) ve sorumlulukların zihinlerini aşırı meşgul etmesidir (korkulu bağlananlar güvenli bağlananlara göre daha çok bundan şikayet etmektedir). Aynı şekilde güvenli bağlanma ile kayıtsız bağlanmayı ayıran maddeler düşünüldüğünde aşırı miktarda çalışmanın zararlı olduğuna inanma eğilimi kayıtsız bağlananlarda güvenli bağlananlara göre daha düşüktür ve yine kayıtsız bağlananlar takdir edilmeyi çok önemli bulmamaktadırlar.

Çalışma boyunca elde edilen bulgular bir bütün olarak ele alınırsa bağlanma gruplarını temsil eden çalışma davranışları ile iş – aşk dengesi değerlendirmelerine ilişkin görüşler şu şekilde özetlenebilir:

Güvenli bağlananlar:

- Amirlerin olumsuz değerlendirmesinden duyulan kaygının düşüklüğü
- Başarısızlık koşulunda eleştiriye açık olma
- Takdir edilmeye verilen olumlu değer

Korkulu Bağlananlar:

- Başkalarının işine karışmasından hoşlanmama
- Başarısızlık halinde eleştirilme korkusu
- Amirler üzerinde iyi bir izlenim bırakamama endişesi
- Kimi görevleri yerine getirmede güçlük yaşama duygusu

Kayıtsız Bağlananlar

- Aşırı sorumluluk altında ezildiğini düşünmeme eğilimi
- Görece daha düşük düzeylerde gerilim (stres) ifade etme eğilimi
- Bilişsel-duyuşsal stres boyutunda daha az yakınma (örneğin depresyon, kabuslar, kızgınlık ve öfke duyguları, ağlama, kalp çarpıntısı, cinsel problemler, iletişim kurma güçlüğü açısından daha az incinmektedirler)

Saplantılı Bağlananlar

- Sorumlulukların sürekli zihni meşgul etmesi
- Başarısız olmaktan görece daha çok endişe etme
- Aşırı çalışmanın ilişkileri için zararlı olduğunu düşünme eğilimi
- İş yaşamındaki uyuşmazlıkları mutsuzluk kaynağı olarak daha çok algılama
- Görece daha yüksek bir stres düzeyi
- Ağrı-yakınma boyutu açısından daha yoğun yakınmalar (örneğin boyun, sırt, eklem, bel ve mide ağrısı, migren ağrıları ve uyku bozuklukları gibi şikayetleri daha çok olmaktadır)

Bu çalışmada Hazan ve Shaver (1990) ile Hardy ve Barkham'ın (1994) çalışmalarında bağlanma stillerini ayırıcı çalışma davranışı olarak tanımladıkları kimi bazı özelliklerin istatistiksel olarak anlamlı çıkmaması önemli görülmektedir. Örneğin tek başına çalışma tercihi ya da başkalarıyla çalışma tercihi açısından gruplar farklılaşmamıştır. Kuramsal olarak başkalarına verilen değer açısından yani başkaları modelinin olumlu ya da olumsuz olmasına göre bu eğilimlerde farklı tercihlerin belirtilmesini beklemek uygunken, bu yönde bir bulgu elde edilememesini araştırmanın bir yöntem sınırlılığı gibi değerlendirmek mümkünse de, hekimler gibi özel bir örnekleme yürütülmüş olmasıyla açıklamak da mümkündür. Belki de yapılan işin doğası gereği "kolektif" düşünme ve çalışmayı zorunlu kılan bir meslek olan hekimlik, bu yöndeki kişisel tercihlerin önünü kendiliğinden kesiyor olabilir. Gerçekten birbirine bağımlı çalışarak tanı ve tedavi sürecini içeren bir işleyişe maruz kalan hekimler zaten "biri olmadan öteki olmaz" kuralı nedeniyle, bu yönde bir beklenti içine girmiyor hatta böylesi bir tercihle hiç ilgilenmiyor olabilirler. Ayrıca bağımsız çalışma kavramını farklı meslekteki kişiler farklı yorumluyor olabilir. Bu araştırmanın örneklem grubunu oluşturan hekimler tek başına çalışmayı tanıya götüren süreçlerin ve tedavi aşamasının kendi kontrolleri altında olmasını şeklinde algılıyor olabilirler ama mutlaka diğer sağlık personeliyle işbirliği yapmak zorundadırlar.

Aynı şekilde, işin arkadaşlar için hiç zaman bırakmaması, tatillerin zevk verici ve dinlendirici olup olmaması, çalışmadığında kişinin kendini gergin hissetmesi gibi bağlanma stillerine göre farklı değerlendirilmesi kuramsal olarak beklenebilecek ve yine Hazan ve Shaver (1990) tarafından anlamlı ayırıcı işlevleri olduğu bulunan davranışlar için bu çalışma, benzer bir bulgu sunmamıştır. Bu durumu yine

kendine has nitelikleri olan hekimlik mesleğiyle açıklamak mümkün görünmektedir. Öyle ki hekimler insan hayatını kurtarma ve yaşam süresini uzatmaya odaklı, son derece kutsal bir görevi ifa etmekle ister istemez özel hayatlarıyla iş hayatlarını iç içe geçmiş bir şekilde sürdürmek zorunda kalıyor olabilirler. Tatildayken bile, örneğin yardım edebilecekleri bir yaralı ile karşılaşılırsa, ettikleri Hipokrat yemini onları yine mesleklerini ifaya zorlayıcı bir işlev taşıyabilir. O halde bu kişilerin farklı ve özgün bir iş – özel yaşam dengesi kurmak zorunda oldukları açıktır. Bu akıl yürütme çizgisini destekleyebilecek bir gerçek de hekimlerin meslektaşları, hemşireler ya da sağlık personelleriyle (örneğin diyetisyen, psikolog gibi) evlenme eğilimlerinin daha yüksek olmasıdır. Gerçekten onları anlayabilecek ve bu ağır yaşam şekline uyum sağlayarak eşlerini destekleyebilecek kişiler aynı ortamın havasını soluyan kişiler olsa gerekir.

İş ve ilişkileri arasında tercih yapmalarını gerektiren sosyometrik soru grubu maddeleri göz önüne alındığında sonuçlar şimdiye kadar yapılan değerlendirmeleri destekliyor gibi görünmektedir. Ancak bağlanma stillerine göre bazı farklılıklara değinmek uygun olacaktır. Güvenli ve saplantılı bağlananlar ilişkilerinin işlerinden daha önemli olduğunu vurgularken, korkulu (%58) ve kayıtsız bağlananların (%53) çoğu işlerini daha önemli görmektedir ve bu bulgu mevcut bulgularla (örneğin Hazan ve Shaver, 1990) tutarlıdır. Dört bağlanma stili grubu da ilişkilerin işe nazaran daha çok zevk verdiğini düşünme eğilimindedir ki bu insanların doğuştan gelen duygusal zincir kurma arayışının (Berman ve Sperling, 1994) ve haz veren destekleyici bir süreç yardımıyla yaşam döngüsü boyunca korunma ve gözetme gereksiniminin (Pistole, 1997) bir yansıması olarak değerlendirilebilir. Hatırlanacağı gibi, bağlanma kuramı herkesin bir bağlanma davranış sistemiyle donatılmış olduğunu (Hazan ve Shaver, 1994) savunur. Dolayısıyla yetişkinlik dönemi de bu sistemin faaliyette olduğu bir sürece karşılık gelir. Yine aynı düşüncelere dayanarak, her bağlanma grubunun ilişkilerin onları daha çok üzdüğünün ve genel olarak mutluluklarında ilişkilerinin daha etkili olduğunu söylemesi şaşırtıcı olmasa gerekir.

İş ya da ilişki arasında bir seçim zorunluluğu halinde yine her grup öncelikle işi tercih etmekteyse de **Çizelge. III. 1.**'deki yüzdeler incelenirse, kayıtsız bağlananlar için farkın pek az olduğu göze çarpmaktadır. Sanki sınırda kalmış bir tercih söz konusu gibidir. Ancak ilginç olan bulgu yine her grubun yaptıkları işin yakın ilişkilerini desteklediğini belirtme oranlarının daha yüksek oluşudur. Bu genel görünümü hekimliğin toplumdaki itibarından köklerini alan olumlu bir bakış açısının ilişkiye taşındığı gibi yorumlamak mümkünse de kısmen ekonomik imkanları görece daha geniş oluşunun, hekimleri “istenir eş” kıldığı ve bu kişilerle kurulacak ilişkilerin “doyumlu” olacağı beklentisini pekiştirdiği düşünülebilir.

Bu araştırma kapsamında, özel bir meslek grubuna odaklanmış olmakla üniversite öğrencileri gibi yanılıcı sonuçlar verebilecek örneklemeden kaçınıldığı söylenebilir ve bu belki de araştırmanın Türkiye özelinde bağlanma yazınına özgün katkısı olarak değerlendirilebilir. Ancak daha önce değinilen bazı sakıncalar nedeniyle, bu araştırmanın farklı meslek grupları için yinelenmesi uygun olabilir. Çalışma davranışı ve bağlanma stilleri arasında yordanan bir ilişki için kısmen güçlü kanıtlara ulaşılmış olsa da çalışma yaşamının ergonomik koşulları, yönetim stratejileri gibi bazı değişkenler de işe karışıyor olabilir. Dolayısıyla gelecekteki çalışmaların bu faktörleri içermesi önerilebilir. Bir sonraki adım, bağlanma stillerine göre yapılandırılmış bir “iş yönelimi ölçeği” geliştirmek olmalıdır.

Bu araştırma çerçevesinde, bulgular literatürle uyumlu olarak benlik modeli olumsuz olan saplantılı ve korkulu bağlanma stiline sahip kişilerin stres düzeylerinin ve iş yönelimlerinin diğerlerine göre farklı olduğunu göstermiştir. Bu bulgunun yön gösterici bir işlevi işe eleman yerleştirme sürecinde belirginleşebilir. Örneğin özel yaşamlarıyla iş yaşamları arasındaki etkileşimin baskısıyla ezilen, aklı işteyken evde evdeyken işte olan saplantılı bağlanan kişilerin özellikle dikkat gerektiren işlerde istihdam edilmeden önce bir kez daha düşünülmesi gereği ortaya çıkmaktadır. Aynı şekilde, görece dikkati daha dağınık olan bu kişileri “farkındalık geliştirme” amaçlı programlarla desteklemek de uygun bir politika önerisi gibi görünmektedir. Son olarak, hem meslek seçimi öncesinde hem de işe eleman seçerken adayların bağlanma stillerinin gözönüne alınmasının, doğru işe doğru eleman yerleştirme ve performansı artırma açısından kritik öneme sahip olacağı söylenebilir. Ayrıca hekimler dışındaki diğer sağlık personelinin de bu kapsamda incelenmesi yararlı ve ilginç sonuçlar verebilir.

Bu çalışma, insanların kolayca çalışma ve sevme davranışlarını ayırtıramadığına; bu iki yaşam alanının bilinçli ya da bilinçsiz birbiriyle etkileştiğine işaret etmekte ve çocukluktaki bağlanma ve keşfetme arasındaki dengeye benzer bir durumun yetişkinlikte de oluşturulmaya çalışıldığını önermektedir. İşle ilgili tutumların bağlanma stillerine göre değişiyor olması insanların, keşfedici bir nitelik taşıyan çalışma davranışlarının, çocukluktaki ilk bağlanma deneyimleriyle bağlantılı olacağı gerçeğini düşündürmektedir. Bu durumu Bağlanma kuramının yaşam alanlarını birleştirici gücünün bir kanıtı gibi yorumlamak uygun olacaktır.

Kaynaklar

- AINSWORTH, M.D.S. (1989). "Attachment beyond infancy". **American Psychologist**, 44, 709-716.
- AINSWORTH-SALTER, M. D. (1991). Attachment and affectional bonds across the life cycle. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde and P. Marris (Eds.), **Attachment across the Life Cycle**, London: Routledge..
- BARTHOLOMEW, K. (1990). "Avoidance of intimacy: An attachment perspective". **Journal of Social and Personal Relationships**, 7, 147-178.
- BARTHOLOMEW, K.; HOROWITZ, L.M. (1991). "Attachment styles in young adults: A test of a four-category model". **Journal of Personality and Social Psychology**, 61, 226-244.
- BAUMEISTER, R.F. (1991). **Meanings of Life**. London: The Guilford Press.
- BERMAN, H.; SPERLING, M.B. (1994). The structure of adult attachment In M.B. Sperling and W. H. Berman (Eds.), **Attachment in Adults: Clinical and Developmental Perspectives**. New York: The Guilford Press.
- BRENNAN, K.A.; CLARK, C.L.; SHAVER, P.R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson; W. S. Rholes (Eds), **Attachment theory and close relationships** (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- CARNELLEY, K.B.; RUSHER, J.B. (2001). Adult attachment and exploratory behavior in leisure. **Journal of Social Behavior and Personality**, 15, 2, 153 – 165.
- COLLINS, N.L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion and behavior. **Journal of Personality and Social Psychology**, 71, 4, 810 – 832.
- COOPER, M.L.; SHAVER, P.R.; COLLINS, N.L. (1998). Attachment styles, emotion regulation and adjustment in adolescence. **Journal of Personality and Social Psychology**, 74, 5, 1380 – 1397.
- CRAIN, W. (1992). **Theories of Development: Concepts and Applications**, USA: Prentice-Hall, Inc.
- DIEHL, M.; ELNICK, A.B.; BOURBEAU, L.S.; LABOUIE-VIEF, G. (1998). "Adult attachment styles: Their relations to family context and personality". **Journal of Personality and Social Psychology**, 74, 6, 1656-1669.
- FEENEY, J.A.; NOLLER, P. (1990). "Attachment style as a predictor of adult romantic relationships". **Journal of Personality and Social Psychology**, 58, 281- 291.
- GREEN, J.D.; CAMPBELL, W.K. (2000). Attachment and exploration in adults: Chronic and Contextual Accessibility. **Personality and Social Psychology Bulletin**, 26, 4, 452-461.
- GRIFFIN, D.; BARTHOLOMEW, K. (1994). "Models of self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment". **Journal of Personality and Social Psychology**, 67, 430-445.
- GÜNGÖR, D. (2000). **Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında anababalık stillerinin rolü**. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- HARDY, G.E.; BARKHAM, M. (1994). The relationship between interpersonal attachment styles and work difficulties. **Human Relations**, 47, 3, 263 – 281.
- HAZAN, C.; SHAVER, P. (1987). "Romantic love conceptualized as an attachment process". **Journal of Personality and Social Psychology**, 42, 511-524.
- HAZAN, C.; SHAVER, P. (1990). "Love and work: An attachment-theoretical perspective". **Journal of Personality and Social Psychology**, 59, 270-280.
- HAZAN, C.; SHAVER, P.R. (1992). Broken attachments: Relationship loss from the perspective of attachment theory. In T. L. Orbuch (Ed.), **Close Relationship Loss: Theoretical Approaches**, New York: Springer-Verlag.

- HAZAN, C.; SHAVER, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. **Psychological Inquiry**, 5, 1 – 21.
- HOVARDAOĞLU, S. (1997). Stres belirtileri ile durumsal ve sürekli kaygının yordanması. **Kriz Dergisi**, 5, 2, 127- 135.
- KOBAK, R.R.; SCEERY, A. (1988). "Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation and representations of self and others". **Child Development**, 59, 135-146.
- MIKULINCER, M. (1998). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. **Journal of Personality and Social Psychology**, 74, 2, 513 – 524.
- MIKULINCER, M.; FLORIAN, V.; WELLER, A. (1993). "Attachment styles, coping strategies and posttraumatic psychological distress: The impact of the gulf war in Israel". **Journal of Personality and Social Psychology**, 64, 817-826.
- MIKULINCER, M.; NACHSON, O. (1991). Attachment styles and patterns of self-disclosure. **Journal of Personality and Social Psychology**, 61, 2, 321 – 331.
- MIKULINCER, M.; SHAVER, P.R. (2001). Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. **Journal of Personality and Social Psychology**, 81, 1, 97 – 115.
- NEFF, W. S. (1985). **Work and Human Behavior**. New York: Aldine Publishing Company.
- PISTOLE, C. (1997). Attachment theory: Contributions to group work. **Journal for Specialist in Group Work**, 22, 1, 7 – 21.
- SEARLE, B.; MEARE, N.M. (1999). Affective dimensions of attachment styles: Exploring self-reported attachment style, gender and emotional experiences among college students. **Journal of Counseling Psychology**, 46, 2, 147 – 158.
- SHAVER, P.R.; HAZAN, C. (1993). Adult romantic attachment : Theory and evidence. In D. Perlman and W. JONES (Eds.), **Advances in Personal Relationships** (Vol.,4, 29 –70). London: Jessica Kingsley.
- SHAVER, P.R.; HAZAN, C. (1994) Attachment. In A.L. WEBER and J. H. HARVEY (Eds.), **Perspectives on Close Relationships**. Boston: Allyn and Bacon.
- SIMPSON, J.A. (1990). "Influence of attachment styles on romantic relationships". **Journal of Personality and Social Psychology**, 59, 5, 971-980.
- SIMPSON, J.A.; RHOLES, W.S. (1998). Attachment in Adulthood. In J.A. Simpson and W. S. Rholes (Eds.), **Attachment Theory and Close Relationships**. New York: Guilford Press
- SIMPSON, J.A.; RHOLES, W.S.; NELLIGAN, J.S. (1992). "Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of Attachment styles". **Journal of Personality and Social Psychology**, 62, 3, 434-446.
- SÜMER, H.C.; KNIGHT, P.A. (2001). How do people with different attachment styles balance work and family? A personality perspective on work – family linkage. **Journal of Applied Psychology**, 86, 4, 653 – 663.
- SÜMER, N.; GÜNGÖR, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. **Türk Psikoloji Dergisi**, 14, 43, 71 – 109.