

Yayın Tanıtım

Turhan Yörükân'ın Yeni Kitabı " 'Bağlanma' ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri" Üzerine

Nevin GÜNGÖR ERGAN*

Dr. Turhan Yörükân tarafından kaleme alınan "Bağlanma ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri" isimli kitap Türkiye İş Bankası Yayınları arasında yayımlanarak, Mayıs 2011'de okuyucunun hizmetine sunulmuştur. 147 sayfa ve iki bölümden oluşan kitapta, insan kişiliğinin oluşmasında ve gelişmesinde önemli bir yeri olan çocukluktaki bağlanma sürecinin önemi, sonuçları ve bu konudaki sorunlar ele alınmaktadır.

Eserde; araştırma sonuçlarına dayalı olarak verilen örnekler ve açıklamalarla, günümüz toplumlarında sık sık gündeme gelen ve eleştirilen güvensiz, yüzeysel, şiddete dayalı kişilerarası ilişkilerin ortaya çıktığı durumlarda sıkça sorgulanan bebeklik ve çocukluk dönemi yaşantılarına ışık tutulmaktadır.

Turhan Yörükân kitabında, John Bowlby'nin *Maternal Care and Mental Health*, *Attachment, Separation, Anxiety and Anger* ve *Loss, Sadness and Depression* adlı eserlerine ve bu ekolden Bowlby'ın yakın çalışma arkadaşı Mary Ainsworth... ve diğer pek çok araştırmacının yüzlerce araştırmasına atıfta bulunarak, onların geliştirdikleri Bağlanma (Attachment) Teorisi çerçevesinde çocukluktaki bağlanma davranışını ve bunun daha sonraki yaşlardaki sonuçlarını işlemiştir. Bağlanma süreci açıklanırken, Bowlby'ın özellikle Darwin'in evrim teorisi ile Freud'un psikanalitik yaklaşımına yaptığı eleştirilere de yer verilerek, okuyucunun entelektüel birikimine katkıda bulunmaktadır.

İnsan, biyolojik bir organizma olarak dünyaya geliyor. Onun insan haline gelmesi toplum içersinde yaşaması ve sosyalleşmesi sayesinde mümkün oluyor. Sosyalleşme süreci ailede başlıyor, akran grubu, okul grubu meslek grubu ve toplumda devam ediyor. Aile çocuğun sosyalleşmesinde yani toplumun duyma, düşünme ve yapma tarzlarını kazanmasında ilk ve en önemli çevre olduğu gibi, çocuğa, daha sonra hayata ve insanlara bakışını belirleyen birincil grup tatminleri dediğimiz sevgi, şefkat, güven gibi duyguları kazandıran ilk ve belki de tek çevre olması açısından da en önemli sosyal gruptur. Aile içersinde ise, çoğunlukla doğumdan sonra da çocukla en yakın temasta bulunan anne ya da onun yerine

* Prof. Dr. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü, ANKARA, e-posta: nevine@hacettepe.edu.tr



Nevin GÜNGÖR ERGAN

Erdem

194

61

2011





geçebilecek kişi, bu kazanımları sağlayacak bağlanma davranışını oluşturur ve geliştirir.

Yörükân'ın söz konusu kitabında, insan hayatının evrensel ve evrimsel aşamalarından biri anlatılmaktadır. Bağlanma, çocukluğun ilk evrelerinde çocuk ile onun bakıcısı anne veya anne yerine geçen kişi/kişiler arasında oluşmuş bulunan, sevgiye ve ilgiye dayalı bir bağ kurma olayıdır. Araştırmalar, bu karşılıklı bağlanma olayının doğumdan üç ay sonra, hatta daha erken bir dönemde başlayabileceğini, iki birey arasındaki bu bedensel ve ruhsal yakınlaşmanın sonuçta sağlıklı bir heyecan bağlanması sürecine dönüşeceğini, bu sürecin sağlıklı işlememesi durumunda gelişmede bir durma, hatta bir gerileme ve ölüm olayının bile yaşanabileceğini göstermektedir (s.2). Yörükân, anneden veya annelik yapan kişiden ayrılmanın bağlanmayı olumsuz yönde etkilediğini veya yok ettiğini; çocuk için, bir annelik mahrumiyetinin yaşanmasına sebep olduğunu; bunun da insanoğlunun ve diğer memeli hayvanların hayatının, özellikle de ilk çocuklukta beden ve ruh sağlığının bozulmasına sebep olduğunu, çeşitli araştırmalardan ve kendi çalışmalarından verdiği örneklerle ortaya koymuştur.

Bağlanma teorisi çerçevesindeki araştırmalar, yetişkinlikteki bağımlı ve bağımsız kişilik tiplerinin oluşmasına da açıklık getirmektedir. Bowlby'nin ve Ainsworth'un araştırmaları, çocukların sıcak, duygulu bir bakım almaları durumunda bakıcılarına güvenli bir şekilde bağlandıklarını ve bu güvenli bağlanmanın bağımlılık yaratmadığını; tersine onları daha bağımsız kıldığını ortaya koymuştur. Bağlanma teorisine göre, bakıcının veya annelik yapan kimsenin gösterdiği duyarlılık ve tepkisel heveslilik sebebiyle meydana gelmiş olan güvenli bağlanmadır ki, çocukta bağımsızlığı yaratmaktadır. Şüphesiz ki, bağlanma duyguları, yakınlığın sürdürülmesini sağlayan ana unsurdur; bağımsız olmak için bağlanmanın güvenli bir zemin veya temel oluşturması gerekmektedir (s.123-124).

Eserde, çocuğun sosyalleşme sürecinde rol alan aktörlerin onun kişiliğini nasıl oluşturduğu kadar ne şekilde geliştirdiğine de ışık tutulmaktadır. Çocuk, ilk yılın sonlarına doğru *kendi iç dünyasını* inşa etmeye, ikinci yılda ve konuşma yeteneğini kazanmaya başladığı üçüncü yılda bunu daha etkili bir şekilde gerçekleştirmeye çalışmaktadır. Bu yolla çocuk fizik dünyanın, annesinin ve diğer önemli kimselerin kendisine ne şekilde davrandığı, onlardan ne beklediği, onlara karşı nasıl davranacağı konusunda *içsel bir çalışma modeli* oluşturmaya ve bu çalışma modelinin belirli çerçevesi içerisinde kendi durumunu değerlendirmeye ve ona göre bağlanma planları yapmaya başlamaktadır. Birey için bir mayalanma, şekil kazanma dönemi içermekte olan model, kendisini yetiştiren kimselere karşı, karşılıklı ilişkilerle ilgili tarihçenin, bir hatırlama sürecinin sonunda şimdiki, gelecek ve daha sonraki bir hayat için yol gösterici olmaktadır. Bağlanma teorisine göre her birey, *dünya ve kendisi* için birtakım çalışma modelleri inşa eder; bu modeller yardımıyla da olayları algılamaya, geleceği önceden kestirmeye ve



planlar yapmaya çalışır. *Dünya çalışma modelleri* içerisinde anahtar konumunda olan unsurlar, bireyin bağlandığı figürden veya figürlerden ne gibi fikirler edindiği, bu bağlanma figürlerinin nerede bulunabileceği ve onlardan ne gibi tepkiler bekleyebileceği hususlarıdır. Aynı şekilde, bireyin bağlanma figürlerinin nazarında ne şekilde bir kabul gördüğü veya neden kabul görmediği hususu onun *kendisi hakkındaki çalışma modelinin içeriğini* belirler. (s.125-126). Kısaca şöyle de söylenebilir: Çocuğun bağlanma ihtiyacını gideren anne, ya da onun yerine geçen kişi, onun hayata ve dünyaya bakışını, hayattan ve insanlardan neler beklediğini, kendisinin topluma ve insanlara neler verebileceği konusundaki görüş ve planlarını, benlik simgesi ve benlik saygısını, kısaca hayat felsefesini nasıl oluşturacağını da belirlemektedir.

Yörükân'ın kitabından öğrendiğimize göre, erken bir yaşta bağlanma nesnesinden tamamen veya belli bir süre ayrı kalma psikolojik ve sosyal psikolojik sonuçlara yol açmakta, özellikle ayrılma dolayısıyla meydana gelen güvenli ve güvensiz bağlanmalar farklı kişilik yapılarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bağlanmanın kilit kavramı güven duymak ve güvenli bir zemine sahip olmaktır. Çocukluktan yetişkinliğe ulaşıncaya kadar sürüp gidecek bir *bağlanma güvenliği*, hem bir ilişki düzeni hem de bir kişilik yapısı olarak varlığını sürdürebilmekte ve bireysel uyuma yön vermektedir. Yapılan araştırmalar, babalara oranla bebek ve anne arasında yaşanmış olan güvenli bağlanmanın, ev ortamında yaklaşık beş yıl sonra kardeşler arasında daha az bir çatışmaya yol açtığını ortaya koymuştur. Yine araştırmalarla, bebek ile anne arasında yaşanmış olan güvenli bağlanmanın büyük çocuğun kardeşlerine karşı olumlu davranışlarda bulunmasına yol açtığı bulgulanmıştır. Araştırmalar, güvenle bağlanmış çocukların, orta yaşta insanlar oldukları zaman, güvenle bağlanmamış çocuklara oranla daha çok arkadaş edindiklerini ortaya koymuştur. Güvenli bir şekilde bağlanmış olan küçük çocukların çok daha alıcı, kabullenici, işbirlikçi oldukları ve kendilerine bakan kişinin sosyalleştirme çabalarına karşı daha olumlu tepkilerde buldukları, güvende olmanın küçük bir çocuğun sosyalleşme isteğini arttırmış olduğu yine bu konudaki araştırmaların bulgularındandır. (s.107).

Günümüz toplumlarının çok önemli bir sorunu da, küçük büyük her yaştaki insanın heyecan ve özellikle öfke kontrolü yapamamaları sonucu ortaya çıkan kaotik ve güvensiz ortamdır. Güvenli bir bağlanma, çocukların heyecanlarını kontrol etmelerine de destek olmaktadır. Güvenli bağlanma ilişkilerinde işlemekte olan mekanizmalar, bağlanma ilişkilerini düzenlemek üzere geliştirilmiş olan içsel bağlanma modellerinin prososyal, sosyal yardım davranışlarının gelişmesini desteklemektedir. Kısaca, güvenli bağlanma gelişme için sağlıklı bir zemin oluşturmaktadır. Buna karşılık araştırmalar güvenli olmayan bağlanmanın ise, kişilik gelişmesi ve bazı klinik arazlar ortaya koyması bakımından güçlükler yaratmakta olduğunu göstermektedir. Nitekim araştırmalar psikoterapi tedavisi



gören hastaların büyük çoğunluğunun güvenli olmayan bir bağlanma tarzından etkilendiği bulunduğunu ortaya koymuştur (s.108-109).

Kitapta açıklanan ilginç bulgulardan biri de, çocuklukta yaşanmış olan *bağlanma türünün* kişinin eş seçimini, evliliğinde yaşayacağı ilişki türünü (yakın-uzak-romantik) ve duygularını (kıskançlık, endişelilik...) da açıklamasıdır: "... Çocuklukta annelik yapmakta olan kimseye *güvenle bağlanmış* olan bireylerin, yetişkinlikte uzun süreli çalkantılara karşı dayanıklı romantik ilişkiler içerisinde bulduklarını; *endişeli/kararsız bağlanma* ilişkisi içerisinde bulunmuş olanların yetişkin oldukları zaman, kısa süren romantik ilişkiler yaşadıklarını ve ilişkilerini sürdürmekte zorlandıklarını; *uzak durma* ilişkisi içerisinde olanların ise, yetişkinlikte bu bağlanma şeklinin etkisinde kaldıklarını, insanlara güven duymadıklarını ve aşık olmadıklarını bulgulamıştır..." (s.110).

Kitapta açıklanan araştırma, bulguları toplumsal kontrol ve bütünleşme konusu üzerinde çalışan sosyologlara da veri sunmaktadır: Araştırmalar bağlanma tarzının, sadece şahıslar arası ilişkileri etkilemekle kalmadığını, bireyin bir bütün olarak topluma yaklaşımını, hatta vatana bağlanma davranışını bile etkilediğini ortaya koymuştur. Yine bazı araştırmalar çeşitli bağlanma tarzları yaşamış olan kimselerin, farklı dinsel bağlılıklar yaşadıklarını, ... kişilerin, bağlanma tarzlarına bağlı olarak sosyal olaylara, yaşanan krizlere karşı bile farklı tepkiler gösterdiklerini bulgulamış; güvensiz bir bağlanma tarzı yaşamış olan bireylerin, çocukluklarında yaşadıkları güvensizliği yetişkinlikte de yaşadıklarını ve olumsuz durumlardan daha çok etkilenen bir kişilik geliştirdiklerini ortaya koymuştur (s. 115-116).

Yörükân yukarıdaki örneklerdeki gibi birçok ilginç bulgunun ve hayatî önemi olan bilginin yer aldığı söz konusu kitabında; öncelikle çocuklarını büyütürken duyarlı davranarak, güvenli ilişkiler kurmak isteyen annelere, anne adaylarına yardımcı olma amacını taşımaktadır. Ayrıca kitap, anne-çocuk/bakıcı-çocuk ilişkisinin *olan* ve *olması gereken* yönlerini bilimsel araştırmalara dayanarak öğrenmek veya bilgilerini tazelemek isteyen doğum uzmanlarına, hemşirelere, çocuk psikiyatristlerine, çocuk yuvaları ve bakımevleri yöneticileri ile bakıcılarına da insani ilişkileri düzenlemede önemli katkılar sağlayacak olan bağlanma sürecini tanıtmada yardımcı olacaktır. Kitaptaki örneklendirilmiş ve ilginç bilgi ve açıklamaların; sağlıklı bir toplumun kendine yeterli, sağlıklı fertlerden oluşacağını bilincinde olan ve bunun kaygısını duyan sosyolog ve sosyal bilimciler, toplumun insan yetiştirme, anne-babaları eğitme konusundaki politikalarına yön veren eğitimci ve siyasetçiler için de ufuk açıcı nitelikte olduğu, söylenebilir. Yörükân'ın sade bir dil ve akıcı bir üslûpla yazdığı, hemen alıp okuyacağımız, çevremizdeki gençlere, annelere ve anne adaylarına okutacağımız, sonra da bizden sonraki nesillerin okuması için kitaplığımızın görünen yerine yerleştireceğimiz değerdeki kitabı kendini, başkalarını ve toplumsal ilişkileri anlama konularına ilgi duyan herkese önerilebilir.



Turhan Yörükân'ın, ünlü ve önemli bir kişilik teorisi geliştirmiş olan Alfred Adler'in görüşlerini açıklayan kitabı, 1975 yılında İş Bankası yayınları arasında çıkmış ve bu yıl üçüncü baskısı yapılmıştır. Onun, bu kitaptaki görüşlerle de bir devamlılık arzeden ve insan kişiliğinin oluşmasına bir başka yönden bakan; kendi annesine, çocuklarına sevgi ile yaklaşarak onlara olumlu davranmayı, güvenli bağlanmayı aşılama bütününe, anne adaylarına armağan ettiği *Bağlanma ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri* adlı değerli kitabını, 2011 Anneler Gününe yetiştirme jestinde bulunan Türkiye İş Bankası Yayınları'nın yöneticilerini de kutlamak gerekir.