T.C.

İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

# BAĞLANMA STİLLERİNİN EVLİLİKTE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

**Yüksek Lisans Tezi**

**Buşra KARLIOĞLU**

**İstanbul, 2020**

İSTANBUL TİCARET
ÜNİVERSİTESİ

**T.C.**

**İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ**

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ**

**YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

# BAĞLANMA STİLLERİNİN EVLİLİKTE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

**Yüksek Lisans Tezi**

**Buşra KARLIOĞLU**

**Danışman: Doç. Dr. Hanifi PARLAR**

**Eş Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Itır KAŞIKÇI**

**İstanbul, 2020**

T.C. İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

# T.C.
# İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
# SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

## YÜKSEK LİSANS TEZİ ONAY FORMU

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ Yüksek Lisans programı öğrencisi BUŞRA KARLIOĞLU 'nun BAĞLANMA STİLLERİNİN EVLİLİKTE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ başlıklı tez çalışması, Enstitümüz Yönetim Kurulu **19.08.2020** tarih ve **2020-512/14** sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/~~oyçokluğu~~ ile Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

| | UNVANI, ADI SOYADI | ÜNİVERSİTE |
|---|---|---|
| TEZ DANIŞMANI | : Doç. Dr. Hanifi PARLAR | İstanbul Ticaret Üniversitesi |
| JÜRİ ÜYESİ | : Prof. Dr. Cihad DEMİRLİ | İstanbul Ticaret Üniversitesi |
| JÜRİ ÜYESİ | : Prof. Dr. Ahmet ŞİRİN | Marmara Üniversitesi |

**(*)** Yüksek lisans tez savunma jürileri en az biri kurum dışından olmak üzere danışman dahil en az üç öğretim üyesinden oluşur. Jürinin üç kişiden oluşması durumunda eş danışman jüri üyesi olamaz. Eş tez danışmanının jüri üyesi olması durumunda asıl jüri beş üyeden oluşur.

## ETİK KURALLARA UYGUNLUK YAZISI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum "Bağlanma Stillerinin Evlilikte Depresyon İle İlişkisi" adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve faydalandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak faydalanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih

01.09.2020

Buşra KARLIOĞLU

## TEŞEKKÜR

Tez hazırlama sürecim boyunca değerli bilgilerini benimle paylaşan, kendisine ne zaman danışsam bana kıymetli zamanını ayırıp sabırla ve büyük bir ilgiyle bana faydalı olabilmek için elinden gelenden fazlasını sunan her sorun yaşadığımda yanına çekinmeden gidebildiğim, güler yüzünü ve samimiyetini benden esirgemeyen mesleki hayatımda da bana verdiği değerli bilgilerden faydalanacağımı düşündüğüm kıymetli hocam ve danışman hoca statüsünü hakkıyla yerine getiren Doç. Dr. Hanifi Parlar'a teşekkürü bir borç biliyor ve şükranlarımı sunuyorum. Hayatım boyunca maddi ve manevi desteklerini benden esirgemeyen her zaman yanımda olan aileme teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Eylül, 2020

Buşra KARLIOĞLU

# BAĞLANMA STİLLERİNİN EVLİLİKTE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

## ÖZET

Araştırmada evli bireylerin bağlanma stilleri ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın yan amacı ise bireylerin bağlanma stillerinin ve depresyon düzeylerinin demografik faktörlere göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Araştırma İstanbul il merkezinde ikamet eden, 149'u erkek ve 269'u kadın olmak üzere toplam 418 evli bireyler üzerinde yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır.

Araştırmada Bağımsız Örneklem T-Testi, ANOVA ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılarak veriler analiz edilmiştir. Evli bireylerin depresyon düzeyleri ile kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma, Bağlanma Stilleri, Evlilik, Evlilikte Depresyon.

# THE RELATİONSHİP OF ATTACHMENT STYLES WİTH DEPRESSİON İN MARRİAGE

## ABSTRACT

The aim of the study was to examine whether there is a significant relationship between the attachment styles of married individuals and their depression levels. The secondary purpose of the study is to examine whether individuals' attachment styles and depression levels differ according to demographic factors. The research was carried out on 418 volunteer married individuals, 149 men and 269 women residing in the city center of Istanbul. Personal Information Form, Inventory of Experiences in Close Relationships II and Beck Depression Inventory were used to collect data.

In the research, data were analyzed by using Independent Sample T-Test, ANOVA and Pearson Correlation Analysis. It has been determined that there is a positive relationship between the depression levels of the married individuals and avoidant attachment and anxious attachment levels.

**Keywords:** Attachment, Attachment Styles, Marriage, Depression in Marriage.

# İÇİNDEKİLER

**ÖZET ..... iii**
**ABSTRACT ..... iv**
**İÇİNDEKİLER ..... v**
**TABLOLAR LİSTESİ ..... vii**
**ŞEKİLLER LİSTESİ ..... ix**
**KISALTMALAR LİSTESİ ..... x**
**1. GİRİŞ ..... 1**
**1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi ..... 4**
**1.2. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemleri ..... 4**
**1.3. Araştırmanın Varsayımları ..... 5**
**1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ..... 6**
**1.5. Tanımlar ..... 6**
**2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR ..... 7**
**2.1. Bağlanma ..... 7**
**2.1.1. Bağlanma Kuramı ..... 8**
**2.1.2. Bağlanma Kuramı Tarihçesi ..... 11**
**2.1.3. Yetişkin Bağlanması ..... 12**
**2.1.4. Yetişkin Bağlanma Stilleri ..... 14**
**2.1.4.1. Güvenli Bağlanma ..... 17**
**2.1.4.2. Kayıtsız Kaçınmacı Bağlanma ..... 18**
**2.1.4.3. Korkulu Kaçınmacı Bağlanma ..... 19**
**2.1.4.4. Saplantılı Bağlanma ..... 19**
**2.2. Depresyon ..... 20**
**2.2.1. Depresyonun Tarihçesi ..... 21**
**2.2.2. Depresyonun Tanımı ..... 21**
**2.2.3. Depresyonu Açıklayan Kuramlar ..... 23**
**2.3.3.1. Bilişsel Davranışçı Kuram ..... 24**
**2.3.3.2. Psikanalitik Kuram ..... 25**
**2.3.3.3. Varoluşçu Kuram ..... 26**
**2.2.4. Depresyonun Belirtileri ..... 27**
**2.2.5. Depresyonun Etiyolojisi ..... 32**
**2.2.5.1. Aile Öyküsü ve Kalıtsallık ..... 33**

**2.2.5.2. Sosyal Nedenler, Stresli Durumlar ve Geçmişte Yaşananlar .....34**
**2.2.5.3. Psikolojik Nedenler .....36**
**2.3. İlgili Çalışmalar .....37**
**3. YÖNTEM .....44**
**3.1. Araştırmanın Modeli .....44**
**3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklem .....44**
**3.3. Veri Toplama Araçları .....46**
**3.3.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri .....46**
**3.3.2. Beck Depresyon Envanteri .....47**
**3.4. Verilerin Analizi .....47**
**4. BULGULAR VE YORUM .....51**
**4.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Beck Depresyon Envanteri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....51**
**4.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Alt Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının İncelenmesi .....51**
**4.3. Beck Depresyon Envanteri ve Alt Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının İncelenmesi .....57**
**5. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER .....65**
**5.1. Tartışma .....65**
**5.2. Sonuçlar .....72**
**5.3. Öneriler .....74**
**KAYNAKÇA .....76**
**EKLER ..... .....88**
**ÖZGEÇMİŞ .....97**

# TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) DSM-V Depresyon Tanı Kriterleri .....29

Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Dağılımı .....45

Tablo 3. Beck Depresyon Envanteri için AFA Sonuçları .....48

Tablo 4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II için AFA Sonuçları .....49

Tablo 5. Değişkenlerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri .....50

Tablo 6. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Beck Depresyon Envanteri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....51

Tablo 7. Bağlanma Stillerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular 52

Tablo 8. Bağlanma Stillerinin Yaş Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....52

Tablo 9. Bağlanma Stillerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....53

Tablo 10. Bağlanma Stillerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....54

Tablo 11. Bağlanma Stillerinin Aylık Gelir Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....54

Tablo 12. Bağlanma Stillerinin Evlilik Süresi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....55

Tablo 13. Bağlanma Stillerinin Eşle Tanışma Biçimi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....56

Tablo 14. Bağlanma Stillerinin Çocuk Sahibi Olma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....56

Tablo 15. Depresyonun Cinsiyet Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....57

Tablo 16. Depresyonun Yaş Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....58

Tablo 17. Depresyonun Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular 59

Tablo 18. Depresyonun Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....60

Tablo 19. Depresyonun Aylık Gelir Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....61

Tablo 20. Depresyonun Evlilik Süresi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular..62

Tablo 21. Depresyonun Eşle Tanışma Biçimi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....63

Tablo 22. Depresyonun Çocuk Sahibi Olma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....64

# ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Yetişkin Bağlanma Stilleri (Çelebi, 2019).....16

Şekil 2. Dörtlü Bağlanma Modeli (Kozalı, 2017). .....17

Şekil 3. Araştırma Modeli.....44

# KISALTMALAR LİSTESİ

**BDÖ/BDI** **:** Beck Depresyon Ölçeği

**DSM-5** **:** Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

**YİYE II** **:** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

**SPSS** **:** Sosyal Bilimler İçin Statik Paket Programı Statistical Program for Social Sciences

# 1. GİRİŞ

İnsan sosyal bir varlıktır. Doğumla başlayan ve ölümle biten yaşam sürecinde birçok insanla yakın ilişki kurmaktadır. Bu noktada özellikle doğumla başlayan süreçte anne ile veya bakım verenle olan yakın ilişkisi ileriki yaşantısının hemen her evresindeki ilişkilerinde etkili olmaktadır. Bireyin kendisi için önemli kabul ettiği kişi veya kişilerle kurmuş olduğu bu duygusal bağlantı literatürde "bağlanma" olarak ifade edilmektedir. Özellikle doğum sonrası süreçte başlayan bu duygusal bağ, alana yönelik çalışma yapan birçok araştırmacının ilgilendiği bir konu olmuştur.

Bağlanma, temellerinin bireyin bebeklik döneminde atıldığı, bireyin psikolojik ve fiziksel gelişiminde son derece etkili olan bir kavramdır. Bu nedenle psikoloji alanında yaklaşık yarım yüzyıldır üzerinde çalışmalar yapılmaktadır. Bu kavram Bowlby'nin anne-çocuk ilişkisi üzerine yapmış olduğu çalışmalarla literatüre girmiştir. "Bağlanma kuramı"na göre yaşamın ilk evrelerinde bireyin anne veya bakım verene karşı oluşturduğu bağlanma örüntüleri, fazla bir değişikliğe uğramadan hayatın ileriki evrelerine aktarılmakta ve bu dönemdeki ilişkilerini etkilemektedir (Morsünbül, 2005).

Bowlby'ye göre bağlanma, anne ile bebek arasında kurulan biyolojik birliktelikle başlamaktadır. Bu süreçte bebeğin emme, gülümseme, ağlama, izleme gibi davranışlarına anne tarafından verilen tepkilere bağlı olarak bebekte anneye karşı güvenli veya güvensiz bağlanma oluşmakta ve kolay kolay değişmemektedir (Sümer ve diğer., 2009). Bu ikili arasındaki ilişki olumlu olursa bebek kendisini sevilmeye layık görmekte ve buna bağlı olarak anneye karşı bir "güven" duygusu oluşturmaktadır. Bunun aksi durumda ise bebek kendini sevilmeye layık görmemekte ve bakım verene karşı bir "güvensizlik" hissi oluşmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Sümer ve Güngör, 1999).

Bağlanma, bireyler arasında gelişen ve süreklilik arz eden duygusal ve güçlü bir bağdır (Çelik, 2004). Bebek doğumla birlikte yakın ilişkiye girdiği kişiye, çocukluk döneminde bakım sağlayana ve yetişkinlik döneminde de romantik ilişki içerisine girdiği kişiye bağlanmakta ve bu kişilerle olan davranış örüntüleri iletişiminin ve ruh sağlığının belirlenmesinde etkili olmaktadır. Kurulan yakın ilişkinin niteliği bireylerin birçok

özelliğini etkilemektedir. Aradaki bağlanmanın stili de ilişkinin niteliğine etki eden bir diğer unsurdur. Bu noktada erken dönemde anneye veya bakım verene karşı geliştirilen bağlanma stili ile yetişkinlik döneminde romantik ilişki kurulan kişiye karşı geliştirilen yetişkin bağlanma stili arasında birçok noktada benzerlik olmaktadır. Dolayısıyla bireyin bebeklik dönemindeki bağlanma stili yetişkinlik dönemindeki kişiler arası iletişime, davranış örüntülerine ve eşiyle olan uyumuna etki etmektedir (Gündoğan, 2015).

Bağlanma bireyin sosyalleşme sürecinde de önemli bir dinamiktir. Yapılan çalışmalar erken dönemdeki sağlıklı bağlanmanın, diğer insanlarla güvenli ilişkiler kurulabilmesi için bir gereklilik olduğunu ortaya koymuştur (Erözkan, 2004). Bir başka ifadeyle kişinin erken dönemdeki güvenli veya güvensiz bağlanma stili o bireyin ileriki yaşantısındaki duygusal ve sosyal ilişkilerinde belirleyici olan davranışlar üzerinde etkilidir (Ekşi, Sevim ve Kurt, 2016).

Sosyal bir varlık olan insan, hayatını idame ettirme adına iş, çevre, sosyal aktivite vb. birçok hususu da hayatına dahil etmek durumundadır. Günümüzde insan yaşamın hızlı temposu içerisinde her yönden kendini geliştirme için çabalarken aynı zamanda çeşitli sorunlar ile başa çıkmaya da çalışmaktadır. Bu yoğun tempo içerisinde zaman zaman ruh sağlığı açısından kendini yetersiz hissettiği ve yaşamında mutsuzluk ve üzüntü hallerinin baskın olduğu durumlar ile de karşı karşıya kalabilmektedir. Bireylerin bu ruh sağlığı durumu çağımızın önemli bir rahatsızlığı olarak depresyonu işaret etmektedir.

Depresyon günümüzde en sık karşılaşılan ve her yaştan bireyi etkileyen rahatsızlıklardan biridir. Türkçedeki karşılığı "çökkünlük" olarak ifade edilen depresyon, kişinin içinde bulunduğu durumu ve geleceğini olumsuz olarak değerlendirmesi neticesinde ortaya çıkan ve bireyin hayat standartlarına olumsuz anlamda etki eden, ruhsal anlamda çöküntü yaşadığı bir rahatsızlıktır (Köknel, 2005).

Depresyon, bireylerin üzgün, çökkün ve umutsuz bir ruh haline bürünmelerine neden olmaktadır. Bu rahatsızlığın bulunduğu bireylerde karamsarlık, yetersizlik, değersizlik vb. düşüncelerin yanı sıra motivasyonda kayıp, yaptığı işten zevk alamama gibi belirtiler de gözlenmektedir (Hisli, 1988).

Depresyon her yaştan bireyde görülmekle birlikte özellikle hayatın yükünün omuzlarda hissedildiği yetişkinlik döneminde daha fazla görülmektedir. Bu dönemde birçok insan depresyona girerken, bunlardan biri de evli çiftlerdir.

Yetişkinlik döneminde aile, arkadaş, akraba ve karşı cinsle kurulan ilişkiler içerisinde en fazla önem verilen romantik ilişki olarak da ifade edilen karşı cinsle olan ilişkilerdir. Bu çalışma kapsamında karşı cinsle olan ilişkiler evlilik merkezli ele alınmıştır.

Evlilik iki insanın uzun süreli yakın ilişki içerisinde olmalarını sağlayan bir birlikteliktir. Bu anlamda insan hayatının doyum noktalarından birini oluşturmaktadır (Demir, 2014; Yeşiltepe, 2011). Mutlu bir evlilik ilişkisi bireylerin yaşamdan doyum almalarını sağlarken, bireyler arasında çeşitli nedenle başlayan ve uzun süreli devam eden anlaşmazlıklar ise evli kişilerde ciddi psikolojik rahatsızlıklara neden olabilmektedir. Bu noktada evli çiftlerde karşılaşılan en önemli rahatsızlıklardan biri de depresyondur. Bireyde oluşan depresyon evlilik kaynaklı olabileceği gibi hayatın diğer alanlarında yaşadığı sıkıntılarla da oluşabilmektedir. Her iki durumda da depresyonun evliliğe olumsuz anlamda birçok etkisi olabilmektedir. Yukarıda da ifade edildiği üzere bireyin bebeklik ve çocukluk döneminde edindiği bağlanma stili yetişkinlik dönemindeki her ilişkiye etkisi olduğu gibi evlilikteki ilişkilerine de etki etmekte ve bireyin depresyona girmesine neden olabildiği gibi bu olumsuzluktan uzaklaşmasını da sağlayabilmektedir.

Bu bağlamda bağlanma stillerinin evlilikte depresyon ile ilişkisinin incelendiği bu çalışma beş bölümden oluşmuştur. İlk bölüm olan giriş bölümünde çalışmanın amacı, önemi, problemleri, varsayımları ve sınırlılıkları ifade edilmiştir. bağlanma ve depresyon ile ilgili literatür bilgilerinin yer aldığı ikinci bölümde bağlanma ve bağlanma kuramı, bu kuramın tarihçesi, yetişkin bağlanması ve yetişkin bağlanma stillerinin yanı sıra; depresyon, depresyonu açıklayan kuramlar, depresyonun belirtileri ve etiyolojisi üzerinde durulmuştur. Ayrıca bu bölümde konumuzla ilgili daha önce yapılmış çalışmaların yer aldığı ilgili çalışmalara da değinilmiştir. Üçüncü bölüm, araştırma metodolojisinin sunulduğu bölümdür. Burada araştırma modeli, evren ve örneklem, hipotezler, veri toplama araçları ve verilerin analizi hakkında bilgi verilmiş, bunun yanında araştırmada kullanılan ölçekler de detaylı biçimde açıklanmıştır. Dördüncü bölümde araştırmadan

elde edilen bulgularına yer verilmiştir. Beşinci ve son bölümde ise tartışma, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

### 1.1.Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmada evli bireylerin bağlanma stilleri ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın yan amacı ise bireylerin bağlanma stillerinin ve depresyon düzeylerinin demografik faktörlere göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir.

Bağlanma kuramının litaratüre kazandırılması sonrasında bu konudaki ilk çalışmalar daha çok bebeklik ve çocukluk dönemleri ile ilgili olmuştur. Ancak daha sonraki süreçte Bowlby ve Ainsworth'un yaklaşımları ile bağlanmanın sadece bebeklik ve çocukluk dönemi ile ilgili olmadığı, ölüme kadar hayatın her evresinde geçerli olduğu öne sürülmüştür. Bu varsayım sonrasında yetişkinlik dönemindeki bireylerin bağlanma durumları ile farklı değişkenlerin ilişkilerinin ele alındığı birçok araştırma yapılmaya başlamıştır. Bu araştırmada da evli bireylerin bağlanma stilleri ile depresyon düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığının araştırılması amaçlanmaktadır.

İlgili literatür incelendiğinde bağlanma stillerinin çeşitli değişkenlerle ilişkisinin ele alındığı birçok çalışma bulunmaktadır. Ancak bu bağlanma stillerinin evlilikte depresyon ile ilişkisinin ele alındığı bir çalışmanın olmadığı görülmüştür.

Bu bağlamda bağlanma stillerinin evlilikte depresyon ile ilişkisinin ele alındığı bu çalışma neticesinde elde edilecek bulgular, evli bireylerin depresyon düzeyleri ile ilişkili etkenlerin ortaya konulması ve onlara daha etkin psikolojik yardım hizmeti sunulmasının yanı sıra yaşamış oldukları depresyonun giderilmesine yönelik önleyici ruh sağlığı politikaların geliştirilmesine katkı sunacağı öngörülmektedir. Ayrıca araştırma daha sonra yapılacak çalışmalara da önemli katkılar sağlayabilecektir.

### 1.2. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemleri

Araştırmanın temel problemini "Evli bireylerin bağlanma stilleri ile depresyona girme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" sorusu oluşturmaktadır.

Araştırmanın alt problemleri ise şu şekildedir:

1. Evli bireylerin bağlanma stilleri düzeylerinde demogafik bilgilere göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
    1a. cinsiyete göre farklılık var mıdır?
    1b. yaşa göre farklılık var mıdır?
    1c. eğitim düzeyine göre farklılık var mıdır?
    1d. çalışma durumuna göre farklılık var mıdır?
    1e. aylık gelire göre farklılık var mıdır?
    1f. evlilik süresine göre farklılık var mıdır?
    1g. eşle tanışma süresine göre farklılık var mıdır?
    1h. çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık var mıdır?
2. Evli bireylerin depresyona girme düzeylerinde demogafik bilgilere göre anlamlı bir farklılık var mıdır?
    2a. cinsiyete göre farklılık var mıdır?
    2b. yaşa göre farklılık var mıdır?
    2c. eğitim düzeyine göre farklılık var mıdır?
    2d. çalışma durumuna göre farklılık var mıdır?
    2e. aylık gelire göre farklılık var mıdır?
    2f. evlilik süresine göre farklılık var mıdır?
    2g. eşle tanışma süresine göre farklılık var mıdır?
    2h. çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık var mıdır?

### 1.3.Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmada verileri elde emek için kullanılan ölçme araçlarının geçerli güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
2. Araştırmaya katılan evli bireylerin araştırmada uygulanan anketlerdeki sorulara ve kullanılan ölçeklere doğru ve içten bir şekilde cevap verdikleri varsayılmaktadır.
3. Araştırmanın örnekleminin evreni temsil edecek nitelikte olduğu varsayılmaktadır.

### 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmadaki örneklem İstanbul ilinde yaşayan 418 evli yetişkini içermektedir.
2. Araştırma, anket yoluyla ulaşılan ve sorulara cevap veren evli bireyler ile sınırlıdır.
3. Araştırma, araştırmaya katılan bireylerin verdiği cevaplar ile sınırlıdır.
4. Araştırma, araştırmaya katılan evli bireylerin depresyon düzeyleri Beck Depresyon Ölçeğinin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
5. Araştırma, araştırmaya katılan evli bireylerin bağlanma stilleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II Ölçeğinin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

### 1.5. Tanımlar

**Bağlanma:** Bağlanma bir bireyin başka bir bireye karşı geliştirdiği derin ve duygusal bağdır (Bowlby, 1969; Ainsworth, 1969).

**Depresyon:** Depresyon üzüntü, elem, karamsarlık, isteksizlik, kötümserlik, değersizlik, sıkıntı, umutsuzluk, güçsüzlük, yetersizlik, fizyolojik ve zihinsel işlevlerde yavaşlama durgunluk, aktivite azalması gibi belirtileri olan bir rahatsızlıktır (Beck ve Alford, 2009; Hisli, 1989).

# 2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

Bu bölümünde çalışmanın değişkenleri olan bağlanma ve depresyon hakkında bilgi verilecektir. Bu çerçevede bağlanmanın tanımı, tarihi gelişimi, bağlanma kuramları ve yetişkinlik döneminde bağlanma üzerinde durulacaktır. Depresyon başlığı altında ise depresyonun tanımı, tarihsel gelişimi, belirtileri ve etiyolojisi üzerinde durulacaktır. Bölüm sonunda ise ilgili değişkenlere yönelik alanda yapılmış çalışmalara yer verilecektir.

## 2.1. Bağlanma

Bağlanma, yaşamın ilk evrelerinde çocuk ile anne ya da bakımını sağlayan kişi arasında oluşan ve çocuğun anneye yakın olma gereksinimiyle ortaya çıkan içgüdüsel bir davranış biçimidir (Yahşi ve Bayraktar, 2016). Bağlanma davranışları sadece çocukluk dönemiyle sınırlı olmayıp yetişkinlikte de devam etmektedir. Çocuğun bu doğrultudaki ilk ilişkisi anneyle/bakım verenle kurulurken, bu ilişki hayatın ileriki evrelerinde oluşacak diğer ilişkiler için de bir temel oluşturmaktadır.

İlk olarak Bowlby (1973) tarafından kullanılan bu kavram, kişilerin kendileri için önemli gördükleri diğer kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlardır. Duygusal bağ ihtiyacı özellikle yeni doğanlar için hayatı devam ettirme adına gelişimsel ve zaruri bir ihtiyaçtır (Bowlby, 1973). Bowlby'ye göre bağlanma "genellikle daha güçlü ve olgun olarak algılanan farklılaşmış ve tercih edilen diğer bazı bireylerle geliştirilen bağ"dır. Bağlanma davranışı ise "bir bağlanma figürüyle yakınlığı sağlayan ve bunu sürdüren her türlü davranış şekli"dir(Damarlı, 2006). Tanımdan da anlaşılacağı üzere bağlanma, yalnızca yeni doğan bebeklerle anne veya ona bakmaya ve onu korumaya istekli bir yetişkin arasında başlamaktadır (Bowlby, 2012). Çünkü bebeklik dönemi duygusal, zihinsel ve fiziksel gelişimin hızlı ve etkin olduğu bir evredir. Bu dönemde bebeğin becerileri henüz yeterli düzeyde gelişmediğinde anne ile kurmuş olduğu sıcak ve birebir ilişki onun özellikle duygusal ve zihinsel gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Bebeklik döneminde başlayan bağlanma duygusu, birey üzerinde hayat boyu etkili olduğundan ilgili literatürde geniş bir yer tutmaktadır. Alana yönelik çalışmalarda bu kavramın sıklıkla "bağımlılık" kavramı yerine de kullanıldığı görülmektedir. Bağlanma, annenin çocuğa yönelik duygusal bağını karşılayan bir sözcüktür (Akkoca, 2009). Bağımlılık ise bir kişiye veya nesneye yönelik kontrol edilemez istek, onsuz yaşayamayacağını düşünme durumudur. Bir anneye duygusal anlamda bağlı olmak ile bağımlı olmak aynı şey değildir. Yaşamın ilk haftalarında bebek annesine bağımlıdır; fakat henüz bağlı değildir. Bağımlılık bebeğin bakıma en çok muhtaç olduğu doğumdan sonraki ilk dönemlerde maksimum seviyededir ve bebek büyüdükçe azalmaktadır. Doğumdan hemen sonraki dönemde henüz oluşmayan bağlanma ise ilk altı aydan sonra gelişmeye başlamaktadır (Bowlby, 1969).

Görüldüğü üzere bağlanma, doğumla birlikte anne ile çocuk arasında başlamakta ve hayatın hemen her evresine etki etmektedir. Bağlanmada anne veya bakım veren kişi kilit bir etkiye sahiptir. Çünkü bakım sağlayan bu kişinin niteliği ve davranışları çocuğun ileriki dönemlerde göstereceği tüm davranışlarında yönlendirici bir etkiye sahiptir (Abalı ve diğer., 2006). Dolayısıyla bağlanma kuramı bireyin duygusal, zihinsel ve fiziksel gelişimini etkileyen ve hayat boyu geçerliliğini sürdüren bir kuramdır (Tüzün ve Sayar, 2006).

### 2.1.1. Bağlanma Kuramı

İnsanlarla pozitif yönde ilişkiler geliştirmek sosyal hayat için büyük öneme sahiptir. Bu ilişkilerin temeli bebeklik dönemlerinde atılmaktadır. Bebeklik döneminde yaşanan ilk sosyal davranış bebeğin anne ya da anne yerine geçen bakım vereni ile olan duygusal bağlılığıdır (attachment). Bebeğin bu dönemde hem beslenme hem de çevreye karşı zararlardan korunması açısından bakım verenine bağlanması önemlidir (Morgan, 2013). Bağlanma kuramı, anne ile bebek arasında doğumla birlikte başlayan bu ilişkiden yola çıkan Bowlby ve Mary Salter Ainsworth tarafından ortaya atılmıştır. Bu kuram anne-çocuk ilişkisinin hem normal hem de patolojik gelişimini daha iyi anlayabilme adına bir bakış açısı sağlamaktadır (Uluyol, 2014).

Bowlby, bu kuramı Freud'un kişilik kuramı ve nesne ilişkileri kuramcılarının yaklaşımlarından yola çıkarak ortaya atmıştır (Arslan, 2008). Bowlby'ye göre bağlanma, anne ile bebek arasında kurulan biyolojik birliktelikle başlamaktadır. Bu süreçte bebeğin emme, gülümseme, ağlama, izleme gibi davranışlarına anne tarafından verilen tepkilere bağlı olarak bebekte anneye karşı güvenli veya güvensiz bağlanma oluşmakta ve kolay kolay değişmemektedir (Sümer ve diğer., 2009).

0-2 yaş dönemi çocuğun duygusal, zihinsel ve fiziksel yönden en hızlı geliştiği dönemdir. Gelişim evrelerinde bebeklik dönemi olarak ifade edilen bu süreçte, çocuğun yalnızca fiziksel ihtiyaçlarının giderilmesi yeterli olmamaktadır. Çocuk bu dönemde kendine bakım yönünden yeterince gelişmediğinden karşıya bağımlı durumdadır. Bu nedenle bağlanma kuramına göre çocuğun bu süreçte bakım vereni ile kurmuş olduğu ilişki ileriki dönemdeki gelişimi için son derece önemlidir. Biyolojik açıdan yetersiz olan çocuğun bu dönemde karşı tarafa bağlanması normal bir durumdur (Öztürk, 2002).

Bu kuramın kurucusu olan Bowlby, yetimhaneler ve bakım evlerindeki çocuklar üzerine yapmış olduğu araştırmalarında, bu çocukların sıklıkla duygusal problemler yaşadıklarını, bu duygusal patlamaların temel sebebinin de hayatlarının ilk döneminde anne figüründen uzak kalmalarının olduğunu belirlemiştir (Bowlby, 1973). Bu çocuklar, bebeklik döneminde anne veya bakım verene sağlıklı bir bağlanma sağlayamadıklarından duygusal problemler yaşamakta ve çevrelerindekileri sevememektedirler. Ebeveynleri ile bir süre de olsa normal bir ilişki yaşayan ancak daha sonraki süreçte uzun bir ayrılık yaşayan çocuklarda da benzer problemlerin yaşandığını gözlemlemiştir (Bretherton, 1992).

İlk olarak bebekle bakım veren kişi arasındaki ilişkiyi açıklamada kullanılan bağlanma kuramı, zamanla çocukluk, ergenlik, genç yetişkinlik ve erişkinlik dönemlerinde davranışsal, kognitif ve duygusal özelliklerin oluşumu ve gelişimiyle harmanlanarak, bu bireyin romantik, sosyal ve ailevi ilişkilerini anlamlandırabilmek için de kullanılan bir modele dönüşmüştür (Meredith, Strong ve Feeney, 2007). Bir başka ifadeyle bebeklik evresinde genellikle anne ile bebek arasında ilişkiye bağlı olarak oluşan bağlanma, "içsel çalışan modeller" aracılığıyla hayat boyu gelişme göstermektedir. Bartholomew ve Horowitz'e (1991) göre bu modeller bebeklik döneminde oluşmakta ve bebeğin kendisine

ve bağlandığı kişiye dair algısını belirlemektedir. Bu ikili arasındaki ilişki olumlu olursa bebek kendisini sevilmeye layık görmekte ve buna bağlı olarak anneye karşı bir güven duygusu oluşturmaktadır. Bunun aksi durumda ise bebek kendini sevilmeye layık görmemekte ve bakım verene karşı bir güvensizlik hissi oluşmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Sümer ve Güngör, 1999).

Eklektik bir yaklaşım olarak geliştirilen bağlanma kuramı, bu nedenle önemli bir başarı kazanmıştır. Bowbly, bağlanma kuramını etiyoloji, psikodinamik yaklaşım, deneysel psikoloji ve öğrenme kuramlarından yararlanarak bir bütünlük içerisinde ve çocuk gelişiminin temeli olması ve psikolojinin birçok alanına yenilikler getirebilmek için geliştirmiştir (Sığırcı, 2010).

Bowlby ve Ainsworth'a göre bağlanma biçimleri erken dönemde bebeğin bakım veren ile olan etkileşimini belirlerken, daha sonraki evrelerde duygu düzenleme stratejilerini, ihtiyaçları, inançları, beklentileri, yakın ilişkilerdeki iletişimi ve diğer sosyal davranışları etkilemektedir. Dolayısıyla bağlanma, sadece bebeklik ve çocukluk döneminde olan bir hadise değildir. Bağlanma bireyin yaşantısı boyunca devam eden ve tüm davranışlarına etki eden bir olgudur. Bebeğin erken dönemde kendisine bakım veren ile olan ilişkileri, ilerideki yaşantısındaki tüm bağlanmaların da temelini oluşturmaktadır (Özsoy, 2015).

Bağlanma süreci bebeklerin ilerleyen yaşlarda çevreyi keşfetme isteği ile anneden kopmalarını gerektirir. İnsanın bağlanma serüveni anne ya da anne yerine geçen bakım vereni ile bağlanma ve ondan sonra kopma olarak açıklanmaktadır (Morgan, 2013). Çocuklar üç yaşına gelene kadar kendileri ve çevreleri arasında ayrım yapamazlar. Çocukların anneden kopmasına yardımcı olan içe yansıtma ve özdeşleşme mekanizması kişiliklerinin gelişmesinde önemli rol oynamaktadır. İçe yansıtmanın fazla olduğu bireylerde aşırı duyarlılık gözükmektedir. Bu bireyler kendi kaygılarından kaçmak için çevrelerindeki kişilerin sorunlarını benimsemektedirler. Özdeşleşme mekanizmasında ise bireyler çevrelerindeki birkaç kişiyi model alarak toplumsal hayata katılırlar. Özdeşleşme gençlik dönemine kadar devam etmekte ve kişinin kişilik yapısının oluşmasında önemli rol oynamaktadır (Köknel, 2005).

### 2.1.2. Bağlanma Kuramı Tarihçesi

Bağlanma kuramı ilk olarak İngiliz psikiyatrist ve psikanalist John Bowlby tarafından ortaya atılmış bir kuramdır. Bu kuram daha sonra farklı araştırmacılar tarafından geliştirilmiş ve yeni bakış açıları ile zenginleştirilmiştir. Bağlanma kuramının temelleri, Bowlby'nin 1949 yılında ebeveynlerini kaybetmiş ve sabıkalı çocuklar üzerine yapmış olduğu araştırması ile atılmıştır. Bu araştırma sonrasında Bowlby, 1951 yılında Avrupa'daki çocukların savaş sonrası akıl sağlığı ile ilgili Dünya Sağlık Örgütü (WHO) adına bir bildiri hazırlamıştır. Bu bildiri sonrasında Bowlby tarafından yayımlanan "Anne Bakımı ve Akıl Sağlığı" isimli kitap ile bağlanma kuramının temelleri atılmıştır (Holmes, 1993). Kitapta özetle çocukların bebeklikten itibaren bakım verenlerle kuracağı tutarlı, yakın ve sıcak ilişkinin zihinsel anlamda bireyin tüm yaşantısını etkileyecek önemli bir etken olduğu vurgulanmaktadır. Bowlby'nin "Anneden mahrum kalma" (maternal deprivation) temeline dayandırdığı ve deneysel çalışmalardan çok yetiştirme yurtlarında büyümüş çocuk ve ergenlerle yapılan klinik gözlemlere dayanan bu ilk çalışmalar, yayımlandığı dönemde büyük ilgi görmüş ve dönemin çocuk bakım uygulamalarına büyük oranda etki etmiştir (Elli, 2010).

Bowlby bebek ile anne arasındaki bağa yönelik yapmış olduğu araştırmalarında, özellikle bebeğin anneye en çok ihtiyaç duyduğu zamanlarda annenin bebekten uzaklaşması durumunda, bebeğin "karşı koyma", "çaresizlik" ve "kopma" olarak ifade ettiği üç farklı tepki verdiğini belirlemiştir. Bebeğin anneden ayrılma davranışıyla yüzleştiğinde ağlayarak durumu kabullenmemesi ''karşı koyma'' ; anneden ayrıldıktan sonra ağlaması, anneyi istemesi ancak bulamaması durumunda olayı kabullenmesi *''*çaresizlik''; annenin geri gelmediğini görmesiyle birlikte aradaki bağın zayıflaması evresi ise "kopma"dır (Masterson, 2008) Ona göre bu üç evre neticesinde bebek ile anne veya bakım veren kişi arasındaki bağ zayıflayacaktır. Çocuk anne ile geliştirdiği bu bağı asla unutmayacağı için hayatının tüm evrelerinde bu dönemin sonuçlarını yaşayacaktır (Bowlby, 1969).

Bowlby'nin ardından bu kuramın gelişmesine katkı sağlayan diğer önemli kişi ise Mary Ainsworth'dur. 1950'lerde yapılan çalışmalarda Bowlby'nin ekibinde yer alan Ainsworth'un teorileri bir anlamda Bowlby'nin düşüncelerinin geliştirilmiş şeklidir. Bebeklik döneminden öte çocukluk ve ergenlik üzerine çalışmalar yapan Ainsworth,

bireyin bağlanma stillerini güvenli, kaçınmacı ve kaygılı olmak üzere üç perspektifte şekillendirmiştir (Ainsworth ve diğer., 1979).

Bağlanma ile ilgili Mahler ve Stern'in yaptığı çalışmalar ise sadece davranış gözlemleri ile sınırlandırıldığından, Bowlby'nin çalışmalarını geride bırakmıştır. Yaptıkları çalışmalar Bowlby'nin bağlanma kuramı üzerine ileride yapılacak çalışmalar için bilimsel bir temel oluşturmuştur. Mahler, çocuk ve annenin ortak yaşamsal ilişkilerinden ayrılmasını kuramsallaştırmıştır. Mahler çocuk gözlemlerinden yola çıkarak gelişimi Normal otistik dönem, simbiyotik dönem ve ayrılma bireyleşme olarak üç aşamada incelemiştir (Masterson, 2008). Stern ise yaptığı çalışmalarda bebeğin anneyi doğumla beraber ayrı gördüğünü savunmaktadır. Duygusal ayrılma konusunda net olmamakla beraber annenin bebeği nasıl gördüğünün önemli olduğunu vurgulamaktadır. (Masterson, 2008).

Bowlby'nin bebeğin "anneden mahrum kalma" ilişkisine yönelik ortaya attığı bu varsayım, kısa bir süre içerisinde psikobiyoloji, sosyobiyoloji ve etoloji gibi bilim alanlarının ilgi alanına girmiş ve bu bağlamda birçok araştırmaya kaynaklık teşkil etmiştir. Yapılan bu çalışmalar günümüzde klinik psikoloji, sosyal psikoloji ve gelişimsel psikoloji alanlarında en yaygın kabul gören kuramlardan biri olan "bağlanma kuramı"nın da temelini oluşturmuştur.

Görüldüğü üzere bağlanmaya yönelik ilk çalışmalar, bebek ve annenin gözlemlenmesine dayalı iken; daha sonraları Bowlby'nin bağlanmanın doğumla başlayan ve ölüme kadar devam eden bir süreç olduğu bakış açısı benimsenmiş ve bağlanma çalışmalarının sınırları genişleyerek yetişkinlerde de bağlanma çalışmaları yapılmaya başlamıştır.

### 2.1.3. Yetişkin Bağlanması

Bağlanma ile ilgili ilk çalışmalar, bebek ve anne arasındaki ilişkinin gözlenmesi üzerine gerçekleştirilmiş iken, Bowlby'nin bağlanmanın aslında doğumla başlayıp ölümle sona eren bir süreç olduğuna dair yaklaşımı sonrasında sınırlarını genişletmiş ve yetişkinler üzerinde de bağlanma çalışmaları yapılmaya başlamıştır. Bu doğrultuda yapılan çalışmalar yaşamın bu ilk evrelerinde bebek ile bakım veren arasında oluşan bu ilişkinin,

çeşitli yönlerden farklılıklar gösterse de yaşamın ileriki evrelerinde kişinin ikili ilişkilerinde son derece etkili olduğunu ortaya koymuştur.

Bağlanma kuramına göre bireylerin yetişkinlik evrelerinde yaşadıkları romantik ilişkilere etki eden birçok davranış, bireylerin bebeklik ve çocukluk dönemlerinde gelişen bağlanma stiline göre şekillenmektedir (Fraley ve Shaver, 2000). Birey, erken dönemlerde kendisine bakım sunan kişiye karşı geliştirmiş olduğu ilişki doğrultusunda yetişkinlik döneminde bağlanma stilleri geliştirmektedir. Erken dönemin etkisi ile gelişen bu bağlanma stili, yetişkinlik döneminde bireyin hem aile ve arkadaşlık ilişkilerine hem de romantik ilişkilerine etki etmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Çocukluk ile yetişkinlikte geliştirilen bağlanmanın temel özellikler yönünden benzer olmasına rağmen bazı farklılıkları da vardır. Bu noktada en belirgin fark, çocukluk bağlanmalarının tamamlayıcı özelliğe sahip olmasına karşın, yetişkin bağlanmalarının karşılıklı olmasıdır. Yani yetişkin bağlanmasında birey hem bakım veren hem de bakım alan konumundadır (Crowell, Treboux, Waters 2002, Weiss 1982) Ayrıca çocuklar erken dönemde kendilerini tam anlamıyla güvende hissedebilmek için bakım verenlerle fiziki temasa ihtiyaç duyarken, yetişkin bireylerde güven hissi için fiziksel temastan öte ihtiyaç anında karşı tarafa dokunulabileceğinin bilinmesi yeterli olmaktadır. Bu dönemde önemli olan fiziki temas değil hissedilen güvenliktir. Bu nedenle yetişkinlerin bebeklere nazaran karşı taraftan bu duyguyu alabilecekleri seçenek daha fazladır (Dönmez, 2000).

Bağlanma nesneleri ile ilgili beklentiler, bebeklik ve çocukluk dönemlerinde anne veya bakım veren tarafından karşılanmaktadır. Buna karşın yetişkinlik döneminde bu beklentiler değişmekte, daha karmaşık hale gelmektedir. Daha da önemlisi bu beklentiler ebeveynler dışında başkaları tarafından karşılanabilmektedir. Ayrıca bebeklik döneminde bireyin belirli nesnelere yönelik oluşturduğu zihinsel temeller, ileriki dönemlerde bu bireyin bazı kişi ve olaylara yönelik kaçınmacı bir tavır takınmalarına da sebep olabilmektedir (Ahmed ve diğer., 2011).

Yetişkinlikteki bağlanma ile erken dönemdeki bağlanma arasındaki bir diğer fark ise bağlanılan kişidir. Erken dönemde bağlanılan kişi genelde anne ya da baba olurken, yetişkinlik dönemindeki bağlanma kişisi daha çok karşı cins veya bir akran olmaktadır. Bu açıdan bakıldığında yetişkin bağlanma ilişkileri genel olarak bağlanma, bakım ve

cinsel birleşme olmak üzere üç farklı davranış biçiminin bütünleşmesini gerekli kılmaktadır (Solmuş, 2008, aktaran Çakır, 2008).

Bowlby'nin bağlanmanın doğumla başlayıp ölümle sona eren bir süreç olduğuna dair yaklaşımından yola çıkılarak yapılan uzun süreli izlem çalışmaları çocukluk döneminde şekillenmiş olan bağlanma biçimlerinin, önemli yaşam olayları ve travmalar dışında yetişkinlik döneminde de değişmeden kaldığını göstermiştir (Waters ve diğ. 2000). Bu çerçevede Ainsworth tarafından yapılan içsel çalışan modellere yönelik çalışmalar, çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkinlik dönemi ilişkilerinde etkili olabileceği düşüncesini doğurmuş ve ilk yetişkin bağlanması çalışmalarını şekillendirmiştir (Ainsworth ve diğer., 1979).

Weiss'e göre (1982), yetişkinlikte bağlanma üç davranışsal sistemin (bağlanma, bakım, cinsel ilişki) bütünleştirilmesinden meydana gelmektedir. Bu davranışsal çerçeve içerisinde bağlanma ilişkisi gözlenebilir etkileşimler düzeyinden (dışsal), inanç ve beklentilere doğru (içsel) ilerlemektedir. Bu değişkenlere bağlı olarak, her birey için yakınlık arayışını güdüleyen faktörlere ilişkin farklılıklar olmaktadır. Bunun yanı sıra, kaygı ve sıkıntı durumu bütün yaşlar için temel güdüleyiciler olarak sayılmaktadır (Weiss, 1982).

### 2.1.4. Yetişkin Bağlanma Stilleri

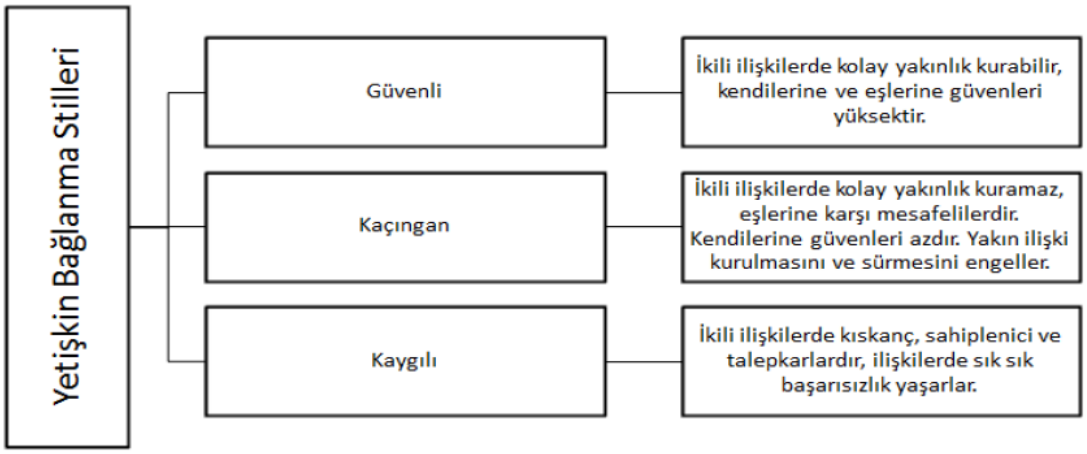
Bowlby (1969, 1973) ve Ainsworth (1989) tarafından yapılan çalışmalarda erken dönemde çocuğun ebveyn veya bakım verenlerle olan ilişkisinin kalitesi, hayatının ileriki evrelerinde kuracağı ilişkilerin temelini oluşturacağı gibi bu ilişkilerle bağlantılı olarak ortaya çıkacak olan duyguları, ihtiyaçları, inançları ve beklentileri de şekillendireceği ileri sürülmüştür. Yaşamın ilk evrelerindeki bağlanma stilleri, yetişkinlik döneminde bireylerin özellikle romantik ilişkilerinde belirleyici olmaktadır. Buna göre bebeklik döneminde güvenli bağlanan bir birey, yetişkinlik döneminde hem başka insanlarla iletişim kurmaktan hem de onların kendisi ile iletişim kurmasından rahatsızlık duymamaktadırlar. Güvenli bağlanan bir birey kendisi ile olduğu gibi başkaları ile ilgili de olumlu bir bakış açısına sahiptir. Romantik bir ilişkiye girme noktasında rahat oldukları gibi ilişki sonunda terk edilmekten de korkmamaktadırlar. Kaçıngan bağlanma

stiline sahip bir birey ise yakınlığa ve samimiyete izin vermezler. Dolayısıyla başkaları ile yakınlaşmaktan rahatsızlık duymaktadırlar. Kaygılı bağlanma stiline sahip yetişkinler ise romantik ilişkide oldukları kişilerle çok yakın olmak istemekle birlikte, bu ilişkilerinde kendilerine değer verilmediğini ve yeterince sevilmediklerini düşünmektedirler. Bu evhamları nedeniyle de sürekli olarak birlikte olduğu kişiyi kaybetme korkusu yaşamaktadırlar (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Bu nedenle alana yönelik çalışmalar yapan kuramcılar, ileriki yaşlarda bireylerin birbirleri ile kuracakları ilişkilerde kullanacakları sosyal davranışları ve duygulanım düzenleme stratejilerini etkileyen bağlanma stratejileri geliştirmişlerdir (Sümer, 2006).

Bu doğrultuda yapılan önemli çalışmalardan biri de Hazan ve Shaver (1987) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada yetişkin bireylerden romantik ilişkide oldukları eşlerini ve kendilerini değerlendirmelerini istemiştir. Çalışmanın sonucunda çocukluk döneminde anneleriyle (caregiving) güven temelli ve ihtiyaçlarının karşılandığı bir ilişki kuranların yetişkinlik döneminde de eşleriyle güven temelli ve karşılıklılık esasına dayalı ilişki kurduğu görülmüştür. Çocukluk döneminde ebeveynleri tarafından reddedici tutumlara maruz kalan yetişkinlerin ise mevcut ilişkilerinde güvensiz bağlanma (kaygılı/kararsız) geliştirdikleri görülmüştür (Hazan ve Shaver, 1987).

Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth ve arkadaşlarının (2014) geliştirdiği bağlanma stillerini, geliştirdikleri ölçek yoluyla ilk defa yetişkinlerdeki romantik ilişkilere uygulamışlardır. Hazan ve Shaver'in (1987) yetişkin bağlanma stilleri şekil 1'de gösterilmiştir.




**Şekil 1.** Yetişkin Bağlanma Stilleri (Çelebi, 2019)

Hazan ve Shaver'e (1987) göre yetişkinlikte güvenli, kaçınan ve kaygılı olmak üzere 3 tane bağlanma stili vardır. Bu bağlanma stilleri yetişkinlerin romantik aşk deneyimlerini etkilemekle birlikte, bu yöndeki davranışlar için de bir çerçeve oluşturmaktadır. Onlara göre güvenli bağlanan yetişkin bireyler kendilerini diğerlerine yakınlaşmak ve güvenme konusunda daha rahat hissederken; kaçınan bireyler, benzer şeyleri yaparken rahatsız olmaktadırlar. Kaygılı bağlananlar ise diğerlerine yaklaşmak için güçlü bir isteğe sahip olmakla birlikte reddedilme ve terk edilme korkusu da taşımaktadırlar.

Güvenli bağlanan bir birey bağlanma stillerine göre romantik ilişkilere oldukça açık, arkadaş canlısı ve güvenilirdir. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip olan bireyler ise terkedilecekleri endişesi taşırlar bu yüzden ilişkilerinde kıskanç ve duygusal dengesizlikleri sık yaşayan kişilerdir. Son olarak kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireyler ise yakınlık ilişki kurmaktan kaçınırlar. Başka kişilerle yakınlık kurduğunda rahatsızlık duyar ve başka insanlara güvenmekte ve bağlanmakta zorluk yaşarlar (Hazan ve Shaver, 1987).

Yetişkin bağlanmasına yönelik çalışma yapanlardan biri de Bartholomew ve Horowitz 'dir. 1991'de yayımladıkları çalışmada Bowlby'nin kendi ve diğerlerine ilişkin bilişsel temsil kavramını kullanmış ve Hazan ve Shaver'ın geliştirdiği yetişkinlerde bağlanma stillerini genişleterek, dörtlü bağlanma modelini ortaya koymuşlardır. Bu stilde kişinin kendilik algısı ve diğerlerine ilişkin algısının bir bileşimi olmakla birlikte kendine ve diğerlerine yönelik olumlu ve olumsuz değerlendirmeler dört bağlanma çeşidiyle

tanımlanmıştır. Bunlar "güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma"dır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Tablo 2'de Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma stili gösterilmiştir.

| | | Benlik Modeli | |
|---|---|---|---|
| | | Olumlu | Olumsuz |
| Başkaları Modeli | Olumlu | **Güvenli** Yakınlık kurma konusunda rahatturlar. | **Saplantılı** İlişkilerine karşı takıntılıdırlar. |
| | Olumsuz | **Kayıtsız** Yakınlık kurma konusunda kayıtsız ve bağımsızdırlar. | **Korkulu** Yakınlık kurmaktan korkar ve sosyal ilişki kurmaktan kaçınırlar. |

**Şekil 2.** Dörtlü Bağlanma Modeli (Kozalı, 2017).

Şekilde de görüldüğü üzere Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modelinde güvenli ve saplantılı bağlanmaya sahip yetişkinler olumlu özellikler sergilerken, kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline sahip yetişkinler ise olumsuz özellikler sergilemektedir. Çalışmanın bu bölümünde bu modeller hakkında ayrıntılı bilgi verilecektir.

#### 2.1.4.1. Güvenli Bağlanma

Düzenli bir şekilde bakılan ve ilgilenilen çocukların güvenli bağlanma geliştirmesi beklenmektedir (Bartholomew, Henderson, ve Dutton, 2001). Güvenli bireyler yakın ilişki kurmakta başarılıdırlar, başkalarının onlara değer verdiklerini düşünürler ve destek aramaktan kaçınmazlar. Genel olarak güvenli kişiler ilişkilerinde güvensiz bağlanan bireylerden daha çok tatmin olurlar (Pistole ve Arricale, 2003). Bu bireylerin ilişkileri romantik eşlerini güvenli üs olarak görür ve dünyayı keşfetmek için kullanırlar. İlişkileri güven, karşılıklı bağlılık ve taahhütte dayalıdır (Fraley ve Davis, 1997). Yüksek benlik saygısı sahibi olan bu kişiler kendilik değerlerini kaybetmeden yakın bağlar kurar ve eşlerinin onlara ulaşmalarına izin verirler. Çünkü eşleriyle beraberken kendilerini güvende hissederler, partnerinin özerkliğine saygı gösterir ve bağımsızlık davranışını ilişkiye

yönelik bir tehdit olarak algılamazlar. Bu kişiler yakın ilişkilerini kendileri için güvenli liman mutlu oldukları yer olarak görürler (Bartholomew ve diğerleri, 2001). İlişkilerinde hem yakın ilişki kurabilirler hem de bağımsız kalabilirler, dengelidirler. Stres durumlarında dayanıklı olmakla birlikte böyle durumlarda gerektiğinde aileleri ve arkadaşları ile iletişim kurabilirler (Sümer ve Güngör, 1999).

### 2.1.4.2. Kayıtsız Kaçınmacı Bağlanma

Kayıtsız bağlanma stilleri geliştirmiş olan yetişkinler bağlanma figürü tarafından reddedilmeye ve ilgisizliğe maruz bırakılmışlardır. Bu kişiler göreceli olarak olumlu bir benlik algısına sahip olup başkalarına karşı olumsuz tutumlara sahiptirler. Özgüvenleri yüksektir ve duygusal tepkilerini göstermezler (Bartholomew ve diğerleri, 2001). Bu kişiler ilişkilerine şüpheci yaklaşırlar ve bağımsız olmaya, başarıya, öz yeterliliğe ve kendine güvenmeye değer verirler (Bookwala, 2002). Diğer insanlarla yakın ilişki kurma konusunda güvensizdirler, gelen yakın ilişki taleplerini geri çevirirler. Arzularını, yalnızlıklarını ve öfkelerini bastıracak kadar yüksek egoya sahiptirler (Mayseless, 1991). Genelde eşlerini kendilerinden uzak tutarlar, ilgi ihtiyaçlarını da en düşük düzeyde tutarlar. Yakın ilişkilerden uzak durarak hayal kırıklığına uğrama ihtimalinden kendilerini korurlar. Korkulu bağlanan bireylerin tersine kendilerine dair olumlu algıları sayesinde stres durumlarında ayakta durmaya çalışırlar (Pistole ve Arricale, 2003). Diğer insanları birer araç olarak görürler, böylece temel felsefeleri sıcaklık, sevgi ve ilgi yerine kayıp-kazanç ve almak-vermektir. İlişkilerinde her zaman kontrolü ellerinde tutmak isterler, kontrolü kaybedeceklerini hissettikleri anda karşılarındaki kişiye düşmanca tutum takınırlar böylece mesafeyi korumuş olurlar (Ward, Hudson, ve Marshall, 1996). Yalnız bu düşmanca tutumları pasif agresif bir tutumdur. Ayrıca bu bireyler diğer kişinin kalıcı olarak uzaklaşmasına neden olacak direkt saldırganlık yerine o kişinin amaçlarına ulaşmasına engel olmaya çalışan bir davranış şekli geliştirirler. Diğer insanlar tarafından küstah, eleştirel ve sabit fikirli olarak algılanırlar ve genelde yalnız ve saldırgandırlar. Sadece yakın ilişkilerde değil iş hayatı ve diğer alanlarda da aynı tutumları sergilerler (Mayseless, 1991).

### 2.1.4.3. Korkulu Kaçınmacı Bağlanma

Korkulu kaçınmacı bağlanma stili ebeveynlerinden bakım ve ilgi görmeyen kişiler tarafından geliştirilir. Bu kişiler kendilerini sevmeye değer görmezler ve diğerlerinin destek ve ilgilerini güvenilmez bulurlar (Bartholomew ve diğerleri, 2001). Başkaları tarafından kabul edilmeyi ve onlarla yakın ilişki kurmayı isterlar. Ayrıca sosyal destek konusunda çok hassastırlar ancak tipik olarak güvensiz ve şüphecidirler. Yakın ilişkilerden rahatsız olurlar ve reddedilecekleri korkusuyla yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar. Aslında güvenli bağlanmanın tam tersi bir durum söz konusudur. Dolayısıyla kendilerini değersiz olarak algılarlar (Bartholomew, 1994; Bookwala, 2002; Hazan ve Shaver, 1987). Yakınlık kurma isteklerinden dolayı yakın ilişki kurar ancak reddedilme korkuları yüzünden partnerlerine mesafeli davranırlar. Yakın ilişkide olduklarında kaygılı ve korkulu hissederler. Yakın ilişkilerinde masafeli olduklarında kendilerini rahat hissederler. Bu arada eşlerinin onlardan ayrılmamaları için gereken önlemleri de alırlar. Çekingen ve özgüvenleri düşük olduğu için problem durumları ile başa çıkmakta zorlanırlar (Ward ve diğerleri, 1996).

### 2.1.4.4. Saplantılı Bağlanma

Bağlanma teorisine göre tutarsız ve duyarsız bakıma maruz kalan bireyler kendilerine karşı olumsuz başlarına karşı ise olumlu algı geliştirirler ve saplantılı bağlanma stili grubuna dahil olurlar (Bartholomew ve diğerleri, 2001). Bu bireyler ilişkilerde yakınlık ve bağımlılık için abartılı bir istek göstermekle birlikte reddedilme kaygıları da yüksektir (Collins ve Feeney, 2000). Eşlerine bağımlılık derecesinde yakınlık geliştirir ve sürekli ilgi çekmek ister partnerine istediği zaman ulaşmazsa strese girerler (Bartholomew, 1994). Ayrıca eşlerinden istedikleri ilgiliyi alamadıklarını düşünürler ve kendilerini çaresiz ve bağımlı hissederler. İlişkiye başladıklarında aşırı kıskanç ve sahipleniri davranışlar gösterir ve ilişkilerinde hiçbir zaman tatmin duygusu alamazlar. İlişkileri tam bir aşk nefret ilişkisidir ve kendi insiyatifleri ile ilişkiyi sonlandıramazlar. İlişkide tam bir yakınlık isterler ancak bunu hak ettiklerine inanamazlar (Mayseless, 1991). Saplantılı bağlanma

stiline sahip bireyler eşlerine güvenmezler, tutarlı tepkiler vermezler ve eşlerinden gerçekçi olmayan isteklerde bulunurlar. Eşlerinin onlara verdikleri her tepkiye karşı aşırı duyarlıdırlar. Her türlü anlaşmazlık ve tartışmayı ayrılık ve reddedilme işareti olarak yorumlarlar (Pistole ve Arricale, 2003). Güvensiz saplantılı bağlanan kişiler eşlerinin kendilerinden uzaklaştığını düşündüklerinde ise kaygılı, korkak, kızgın ve saldırgan olurlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bartholomew'in yetişkin bağlanma stillerinde kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleri; yakınlıktan uzak durma, başkalarına güven anlamında birbirine benzerken diğer insanlar tarafından onaylanma ve kendilik değeri ve benlik saygısı açısından birbirinden ayrılmaktadırlar. Saplantılı ve korkulu bağlanma stillerinde benlik saygısını devam ettirmek için diğerlerine bağımlılık geliştirme anlamında aynı iken, yakın ilişkilerde hazır bulunulmuşluk, kendilik ve diğerlerine ilişkin algıları farklılaşmaktadır (Sümer, 2006).

## 2.2. Depresyon

Günümüzde teknolojideki gelişmelere paralel olarak insan yaşantısında da birçok değişme ve gelişmeler yaşanmaktadır. Eski dönemlerin daha sakin ve hareketsiz yaşantısı, günümüzde modern çağın insan hayatına sunduğu olumlu olumsuz birçok gelişme ile birlikte daha hareketli, stresli ve sıkıntılı bir sürece evrilmiş durumdadır. Öyle ki insanlar gün içerisinde yaşadıkları çerçevesinde birbirinden farklı birçok duygu durumu yaşayabilmektedir. İnsan hayatındaki iş stresi, arkadaş ilişkileri, parasal durum, ailevi sıkıntılar, çocuklarla, ilişkiler vb. nedenlerle insanlar ruhsal anlamda birçok sıkıntı yaşayabilmektedir. Öyle ki günümüzde her dört bireyden birinin, hayatlarının muhakkak bir yarıyılında bu hastalıklarla karşılaşmaları, depresyonu yaşamaları olasıdır (Alper, 1999).

Çağımızın en önemli rahatsızlıklarından biri olan depresyon konusunun ele alınacağı bu bölümde depresyonun tarihi gelişimi, tanımı, belirtileri, etiyolojisi ve depresyonu açıklayan kuramlar üzerinde durulucaktır.

### 2.2.1. Depresyonun Tarihçesi

Depresyon, tarihi insanlığın başlangıcına kadar uzanan bir hastalıktır. Eski çağlardan beri insanlar arasında kısaca duygusal bozuklukları olarak ifade edilebilecek belli hastalıklar vardır. bu tür rahatsızlık yaşayan bireyler, Latin ve Yunan eserlerinde ve dini kitaplarda ağır çöküntü ve taşkınlık nöbetleri yaşayan kişiler olarak tarif edilmektedir.

Ancak Homeros'un kitaplarında belirlenen kahramanları ve Hipokrat M.Ö 450 senelerinde "melankoli" ve "mani" terimlerini kullanmıştır. Günümüzde daha çok ağır depresyon olarak bilinen ve tanımlanan bu rahatsızlık Hipokrat tarafından melankoli olarak ifade edilmiştir. Ortaçağa gelindiğinde bu ruhsal çöküntü merkezli rahatsızlıkları en iyi tanımlayan İslam bilgini İbni Sina olmuştur. Ortaçağın sona ermesi ile birlikte Avrupa'da başlayan bilimsel gelişmeler neticesinde, psikolojik rahatsızlıklarla ilgili de çalışmalar yapılmaya başlamıştır. 19. yüzyıla gelindiğinde Fransız ve Alman ruh doktorları tarafından Psikoz Manyak Depresif başlığı altında melankoli ve mani ile ilgili belirtiler ve bu rahatsızlıkların çeşitleri ortaya konulmuştur. Depresyon, kavramı ilk olarak 19. yy'da ruhsal hastalığı tanımlamak amaçlı kullanılmıştır. Fakat bu hastalığın belirtileri, gidişatı ve sona erme şekli ile ilgili asıl tanımlama Kraepelin (1986) tarafından yapılmıştır (Öztürk ve Uluşahin, 2011). Tarihte ilk olarak Hipokrat tarafından melankoli olarak tanımlanan depresyon, tarihi süreçte tanımsal anlamda birçok değişikliğe uğramıştır. Günümüzde halen araştırmacılar ve klinik çalışmacılar tarafından depresyonla ilgili çalışmalar yapılmakta ve yeni ve farklı bulgulara ulaşılabilmektedir (Beck ve Alford, 2009).

### 2.2.2. Depresyonun Tanımı

İnsanların ruhsal anlamda yaşadıkları sıkıntılar ilkçağlardan günümüze beri hep olagelmiştir. Başlangıçta bu tür rahatsızlıklarda doğaüstü güçlerin etkili olduğu düşünülürken, Hipokrat'ın 5. yüzyılda fiziksel mekanizmalar aracılığıyla olaya yaklaşımı depresyona olan bakışı değiştirmiştir. Bu anlamda depresyonun tanımı tıp tarihinde ilk olarak Hipokrat tarafından yapılmıştır. O bireydeki duygusal değişimin sebebini vücutta bulunan kara safranın artmasına bağlamış ve bu rahatsızlığı "melaine chole" olarak isimlendirmiştir (Cimilli, 2001).

Depresyon kelimesi köken itibariyle durgunlaşma, gamlı olma, üzüntülü olma, bitkinleşme, cesaretin kırılması, donuklaşma ve çekilme anlamlarına gelen Latince "depressus" sözcüğünden gelmektedir. Bu kelimenin Türkçedeki karşılığı "ruhsal çökkünlük" ya da" çöküntüdür" ( Köknel, 2005).

Depresyon günlük yaşamda çökkünlük, üzgün olma, umutsuzluk ve mutsuzluğa karşılık gelmekte ve bu duygular kişinin yaşadığı duruma bağlı gelişmektedir. Depresyon her ne kadar bireyin psikolojik ve fiziksel durumunda değişmelere işaret etse de depresyondaki kişilerin yeme içme ve uykusuzluk gibi birçok sorunu da beraberinde yaşaması depresyonu tanımlarken bazı zorlukları beraberinde getirmektedir. Bu bağlamda ilgili literatür incelendiğinde depresyonla ilgili birçok tanımlamanın yapıldığı görülmektedir. bu tanımlamalardan bir kısmı şu şekildedir:

Freud, 1917 yılında yazmış olduğu "Yas ve Melankoli" isimli makalesinde bireyin fantezi ya da gerçek anlamdaki sevgi nesnesini kaybı nedeniyle yaşamış olduğu öfke durumunu içe döndürmesi neticesinde bireyde ruhsal bir çöküntünün oluştuğunu belirtmekte ve bunun da "depresif nevroz" olduğunu ifade etmektedir (Irmak, 2017).

WHO'nun (2004) yapmış olduğu tanımlamaya göre depresyon; bireyin günlük yaşama dair etkinliklerini ve sosyal işlevlerini bozacak ve rahatsız edecek düzeydeki keder, melankoli ya da üzüntü durumudur.

Köknel'e (2005) göre depresyon; elem doğrultusunda artmış olan duygulanım, kederli duygu durum, yalnızlık umutsuzluk, sıkıntı, kötümserlik ve karamsarlık gibi tedirgin duygu durumu, zihin fonksiyonlarında yavaşlama, azalma ve buna paralel olarak ruhsal etkinliklerde ve hareketlerde azalma ve yavaşlama durumudur.

Korkmaz (2006) ise depresyonu iş yapma gücünü bulamama, günlük yapılan olağan işlere karşı isteksizlik ve bedensel ve ruhsal etkinliklerde genel bir yavaşlama olarak ifade etmektedir Otlu (2008) ise kısaca çok ciddi sonuçlara yol açabilecek olan ve farklı toplumlarda davranış bozukluğu olarak görülebilen bir bozukluk olarak tanımlamaktadır (Otlu, 2008). Öztürk ve Uluşahin (2011) ise depresyonu derin üzüntülü, bazen de hem üzüntülü hem bunaltılı duygu durumla beraber düşünce, konuşma, fizyolojik fonksiyonlarda yavaşlama,

durgunlaşma bunlarla birlikte değersizlik, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık duygu ve düşünceleriyle belirli bir sendrom" olarak tanımlamaktadır.

Bu tanımlamalara paralel olarak Türkçapar (2018) ise depresyonu semptomlarına göre "genel kullanım olarak depresyon", "ruhsal semptom durumu olarak depresyon" ve "psikiyatrik bir hastalık olarak depresyon" şeklinde üç farklı şekilde tanımlamaktadır. Buna göre genel kullanım olarak depresyon; mutsuzluk, keder, üzüntü, hüzün gibi duyguları insanların yaşamlarında deneyimledikleri durumlardır. Ruhsal semptom durumu olarak depresyon; bireyde fiziksel ve ruhsal belirtiler eşliğinde ortaya çıkan depresyondur. Psikiyatrik bir hastalık olarak depresyon ise belirli semptomlarla ortaya çıkan ve bazen süreklilik arz eden ve psikiyatrik bir bozukluğu tanımlamak için de kullanılan ruhsal bir rahatsızlıktır.

Görüldüğü üzere depresyon, önemli bir psikiyatrik hastalıktır ve işlevsel olarak belirgin bozulmalara yol açmakta, tekrarlayabilmekte ve hayatın her döneminde ortaya çıkabilmektedir. Tedavinin doğru yapılmaması durumunda sıkıntılı sürecin uzamasına, bireyin sosyal ve ailevi ilişkilerini olumsuz etkilemenin yanı sıra maddi ve manevi birçok kayba da neden olabilmektedir.

### 2.2.3. Depresyonu Açıklayan Kuramlar

Depresyon çağın en önemli rahatsızlıklarından biridir. Bireyde depresyon durumu ile birlikte oluşan fiziksel ve zihinsel olumsuzluklar, bireyin iş hayatının yanı sıra ailevi ve sosyal ilişkilerinde ve bakımını üstlenen kişilerde ciddi rahatsızlıklara neden olabilmektedir. Günümüzde tanısı hemen ve konan ve tedavisi mümkün bir rahatsızlık şeklinde bir algı olsa da depresyon tanısı tam olarak konamayan ve tam anlamıyla bir tedavinin gerçekleştirilemediği bir bozukluktur (Akkaya, 2005). Bu nedenle lieratürde depresyonla ilgili farklı yaklaşımlarda bulunan birçok kuram bulunmaktadır.

Çalışmanın bu bölümünde litaratürde yer alan depresyonla ilgili kuramlardan bilişsel davranışçı kuramlar, psikanalitik kuram, ve varoluşçu kuram hakkında bilgi verilecektir.

#### 2.3.3.1. Bilişsel Davranışçı Kuram

Bilişsel yaklaşıma göre depresyona neden olan unsurlar dışarıdan gelmemektedir. Doğal olarak depresyonun kaynağı bireyin kendisidir. Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen bu kurama göre depresyon, duygulanımdan öte bilişsel bir bozukluktur. Depresyonun oluşumunda esas olgu, geleceğin umutsuz, dünyanın manasız ve benliğin değersiz görülmesidir. Bireyde oluşan depresyonun köklerini bozulmuş ve olumsuz simge ve düşünme tarzları oluşturmaktadır (Yiğit, 2008).

Beck, depresyon konusunda yapmış olduğu tüm çalışmaların ve elde ettiği sonuçlara 1967 yılında yayımladığı "Depression: Causes and Treatment" isimli kitabında yer vermiştir. Bilişsel üçlü ismi verilen bu çalışmada Beck depresyon hastalarının kendilerini, etraflarını, dünyayı ve gelecek yaşamlarını negatif gördüğünü ifade etmiştir. Bu çalışması ile bunalımın bilişsel modelini temel alan yapılandırılmış ve kısa süreli terapi olan bilişsel terapiyi geliştirmiştir. Beck bu kurama bağlı geliştirdiği tedavi modelini de "Depresyonun bilişsel terapisi: Bir tedavi el kitabı" (1979) adlı kitabında uygulamalı olarak ortaya koymuştır. Kitap psikoterapi tarihinde bir psikoterapi tekniğinin uygulamasının verilmesi açısından bir ilktir. Bilişsel terapi ekolünün depresyon için oluşturduğu model biyopsikososyal modeldir. Bu modele göre depresyonun başlaması ve devam etmesinde bilişsel, davranışsal, biyolojik ve çevresel etkenler önemli rol oynamaktadır. Bilişsel terapi alanlardan birinde yapılan değişikliğin diğerlerinde de etki oluşturduğunu ifade etmektedir. Bilişsel terapi, bilişsel ve davranışsal alana müdahale ederek tedaviyi amaçlamaktadır. Hastalığın başlamasının sebebi farklı olsa da devamı bilişsel ve davranışsal alanlara yapılan müdahalelerle engellenebilmektedir. Hasta tarafından anlaşılması kolay ve etkileşimi açık olması açısından da bilişsel davranışsal alanlara müdahale edilir (Türkçapar, 2018).

Beck çalışmasında depresif belirtiler gösteren bireylerin mantıksız düşünme tarzlarına da vurgu yapmıştır. Mantıksız olarak ifade ettiği bu düşünceleri mutlakiyetçi düşünme, aşırı büyütme ve aşırı küçültme, kişiselleştirme, aşırı genelleme, seçici soyutlama ve keyfi çıkarsama başlıkları altında açıklamıştır (Bozkurt, 2003).

Beck, depresyonun psikolojik yapısını açıklamak için üç kavram ileri sürmüştür. Bunlar "bilişsel üçlü", "şemalar" ve "bilişsel hatalar"dır. Bilişsel üçlü depresyonun

oluşmasındaki temel etkenlerdir. Bunlar kişinin kendisine, deneyimlere ve geleceğe olumsuz bakışıdır. Bireyin çocukluk dönemindeki yaşantısı ise öğrenme yoluyla "şema"yı oluşturmaktadır. Bazı temel düşünce ve yargılardan oluşan bu şemalar, depresif bireyin niçin hayatındaki olumlu yönleri değil de olumsuz ve kendisine zarar veren yönleri gördüğünü açıklamaktadır (Balcıoğlu, 1999). Beck'e göre depresyonda olan bir birey, geçmiş yaşantısındaki olumsuzluklar nedeniyle bazı olumsuz inanç ya da şemalar geliştirmektedir. Günlük yaşantısında bu şemalara benzer durumlar yaşadığında geçmişteki bu şemalar tekrar harekete geçmekte ve kişi yine başarısız olacağını düşünmektedir (Davison ve Neale, 2004). Beck'in depresyonu açıklamak için ileri sürdüğü üçüncü kavram ise "bilişsel hatalar"dır. Bu tür hatalar, elinde olumlu bulgular olmasına rağmen bireyin yine de olumsuzlukların geçerli olduğuna inanmasına neden olmaktadır. depresif bireylerin yaptığı bilişsel hatalar arasında kişiselleştirme, aşırı genelleme ve seçici soyutlama sayılabilir (Burns, 2006).

#### 2.3.3.2. Psikanalitik Kuram

Depresyonu açıklamaya çalışan kuramlardan biri de Freud'un psikanalitik yaklaşımıdır. Freud depresyonla ilgili düşüncelerini ilk olarak 1917'de yayımladığı "Yas ve Melankoli" isimli makalesinde ifade etmiştir. Ona göre bireydeki depresyonun sebebi erken çocukluk döneminde yaşadıklarıdır. Bireyin oral dönemdeki gereksinimlerini ya çok az ya da çok fazla karşılanmıştır. Bu nedenle birey bu dönemin etkisinden kurtulamayarak, bu döneme özgü içgüdüsel doyumlara bağlı olarak bağımlılık yaşamaktadır (Freud 1917'den akt. Davison ve Neale, 2004).

Freud derin acı, dış dünyaya ilgilin azalması, ilginin yitirilmesi, faaliyetlerde azalma, benlik saygısının azalması ya da kaybolması, suçlanma gibi duyguların melankolinin belirtileri olduğunu savunmuştur. Freud melankolide bilhassa benlik saygısının azalması veya tamamen kaybolmasıyla, hastaların aşağılık duygusuna kapıldıklarını belirtmiştir. Bu melankoli hastalarının görünümünün altında yas durumundaki gibi sevilen nesne ya da kişinin kaybı olduğunu vurgulamıştır. Melankoli ve yaslı hastaların kendilerini suçlamalarını, yargılamalarını kaybedilen kişi veya nesneye duyulan kızgınlık duygusuna bağlamıştır. (Köknel, 2005).

Sevgi nesnesinin yitimi sonrasında yas tutmaya başlayan bireyde uyku bozukluğu, ağlama, sıkıntı ve üzüntü gibi belirtiler ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla hastada değer verdiği ve sevdiği bir birey tarafından terkedilme vb. bir yitim duygusu görülmektedir. Bu olumsuz duygu ile birlikte, "sevdiğimi kaybettim, ben artık sevilmiyorum, ben artık kötüyüm" gibi duygular da oluşmakta, bu duygular da bireyde özsaygı (self-esteem) kaybı oluşmasına neden olmaktadır. (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Freud'un yazmış olduğu bu makalede depresyonu olan bireylerin özellikleri olarak şunlar ifade edilmektedir (Korkmaz, 2006):

- Bireyin üst benliği cezalandırıcıdır.
- İkili duygular (ambivalans) ilişkilerde hâkimdir.
- Hayal kırıklığı ve engellemeler vardır.
- Kendi kendini aşırı değerlendirme vardır.
- Sürekli düşmanlık ile öfke vardır.
- Birey katı üst benlik yüzünden kin ve nefreti kendi kendine yöneltir.
- Oral dönemdeki saplantı ve yakınmalar vardır.
- Özsever doyum arayan kişilik yapısı vardır.
- Suçluluk hissi ve cezalandırma vardır

#### 2.3.3.3. Varoluşçu Kuram

Varoluş felsefesini esas alan Maslow ve Rogers'ın liderlik ettiği hümanistik yaklaşım insanın tabiatının iyi olduğu görüşünü benimsemektedir. Bireyin kendini bulması çabası bilincin oluşturma gayretlerini ifade etmektedir. Rogers benlik bilincini önemseyerek, bireyin benlik bilincinin kendisi hakkındaki görüşlerini ifade ettiğini savunmaktadır. Bu şuuru geliştirmenin yolunun şartsız sevgi olduğunu ifade etmektedir. Şartsız sevginin içerisinde yetişen bireylerin yaşama ve kendilerine bakışı pozitif olarak çerçevelenmektedir. Bireyin benliğiyle anlaşma göstermeyen vakalar ise bireyde saptırmalara neden olmaktadır. Bireyin bu inkâr ettiği veya saptırdığı gidişatlar kendi benliği ile anlaşmazlık göstermektedir. Psikolojik geçimsizlik olarak belirlenen anksiyete ve bunalımın esasında bireyin benliği ile yaşantısı arasındaki çatışmanın neden olduğu ifade edilmektedir (Öztürk, 2002).

Varoluşçu yaklaşıma göre insanın temel özelliklerinden biri yaşamda anlam arayışı ve önemli olma duygusudur. Yalom'a (2011) göre bireylerin yaşantılarında anlamsal bir kayıp yaşamaları yaşamın bir gerçeğidir. Bu nedenle varoluşçu kuram, depresyonu bireyin hayatının anlamını kaybetmesi ile ilişkilendirmiştir. Kuram bireyin hayata bakışındaki bu olumsuzluğu giderme ve hayatının anlam bulması adına ona yol göstermeye çalışmaktadır (Yalom 2011'den aktaran Demir, 2014).

Yaşantısında bir anlam kaybı yalayan birey, doğal olarak bir kaygı ve çatışma içerisine girecektir. Örneğin 50 yaşında benzer bir kriz yaşayan Tolstoy, kendisine "Neden yaşamalıyım? Neden bir şey istemeliyim?" gibi sorular sorarak hayatın anlamını sorgulamaya başlamıştır. Birey depresyona girdiğinde hayata karşı sorumluluklarından uzaklaşmakta ve kendisini yaşamın sunduklarına ve varlığa kapatmaktadır. Neticede böyle bir birey ne kendisine ne başkalarına ne de dünyaya faydalı, özgür, bağımsız ve açık olamaz. Depresif birey bu nedenle etrafındakilerin sevgisini kaybetmeme ve yalnız kalmama adına onların isteklerine göre hareket etmeye başlar. Younger'a göre insanlar ölümü ve ölümden sonraki yaşamaya sorgulamaya başladıklarında yalnızlık duygusuna kapılmaktadırlar. Varoluşsal yalnızlık olarak da belirtilen bu durum, insanların çevresindekilerle arasındaki derin boşluğu ifade etmektedir (Altun, 2015).

Yalom'a göre ise doyurucu ve güçlü ilişkiler içinde olsalar dahi hemen her insan bu boşluğu yaşayacaktır. Bu yalnızlık hissinin uzun süre devam etmesi durumunda bireyde özgüven eksikliği ve depresyon oluşmaya başlamaktadır (Demir, 2014).

### 2.2.4. Depresyonun Belirtileri

Depresyon rehabilitasyon gerektirecek seviyede şiddetli, şahsın günlük yaşamını ve ilişkilerini bozacak derecede ruhsal çöküntü bulguları olan ruhsal bir hastalıktır (Güleç, 2006). Bu bağlamda günümüzün en yaygın hastalıkları arasında yer almaktadır. Depresyon öncesinde bireyler, gelecekle ilgili planlarını gerçekleştirme adına gayret göstermektedirler. Bu olumlu süreçte ortak hatırasının olduğu, sevdiği bir kişinin kaybedilmesi, emek verilerek hazırlanan planda aksaklık yaşanması veya bireysel çabanın başarısızlıkla sonuçlanması gibi olumsuzluklar kişide depresyonu tetiklemektedir. Bu kişilerde devam eden ve uzun dönemdeki amaçlar son derece

önemlidir. Çeşitli aksaklıklar yaşansa da birey, amacına ulaşmak için çaba göstermeye devam etmektedir. Bu depresif bir birey için çelişkili bir durum olarak görünse de böyle davranmasının nedeni, önceki dönemlerde amaca yönelik sürekli başarılı elde ettiği davranışını unutamamasıdır. Depresif birey, çabasından vazgeçmemesini "istediklerimi yapamayacağımı biliyorum ama yine de yapmak istiyorum" şeklinde açıklamaktadır. Yaşanan başarısızlıktan sürekli kendilerini sorumlu tutmaktadırlar. Kişide kendini suçlama ve güvensizlik arttıkça çevreye daha da bağımlı hale gelmekte, buralardan gelebilecek yardımı faydasız görmekle birlikte yine de bu yardımlara muhtaç kalmaktadırlar. Geleceğe ve çevresine yönelik umutsuzluk ve kendini suçlama duygularından sonra değersizlik, eyleme geçememe ve kararsızlık gibi duygularla birlikte yoğun depresif yakınmalar oluşmaktadır (Dilbaz ve Seber, 1993).

Depresyon, kişiden kişiye fizyolojik, genetik ve homojen olmayan birçok farklılıklar göstermektedir. Bu durum depresyonun geniş bir inceleme ve değerlendirme alanı olmaya devam etmesini sağlamaktadır. Depresyonda sık ve ortak görülen en önemli durum kederli duygudur. Üzüntülü duygu vaziyeti, keder doğrultusunda artmış olan duygulanımdır. Kötümserlik, karamsarlık, mutsuzluk, sıkıntı, umutsuzluk, yalnızlık gibi duygulanım vaziyetlerini kapsar. Elemli duygu vaziyetindeki değişmeler, çöküntünün düzeyi ve şiddetiyle doğru orantılı olarak artar veyahut azalır. Kişinin depresyonda olduğunu gösteren birçok belirti vardır. literatürde depresyon belirtilerine dair birçok değerlendirme yer almaktadır. Bunlardan bir bölümü şu şekildedir:

Amerikan Psikiyatri Birliğinin yayımlamış olduğu DSM-V'te yer alan depresyon tanı kriterleri tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1.** Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) DSM-V Depresyon Tanı Kriterleri

1. Depresif duygudurum: Kişinin kendisini boşlukta hissetmesi, ağlamaklı olması, her şeyin kötü tarafını görme, değersizlik, çaba harcamanın anlamsız gelmesi.
2. Önceden hoşlanılan şeylere karşı ilginin azalması, zevk alamama, yapılan işe kişinin kendisini verememesi.
3. Suçluluk duygusu: Kişinin gerçek ya da hayali konularda kendisini aşırı ya da uygunsuz şekilde eleştirmesi, kınaması ya da suçlamasıdır. Kişiler çoğu kez içinde oldukları durumun kendi hataları olduğunu düşünerek geçmişlerinde de kendilerini suçlayabilecekleri bir şeyleri kolayca bulurlar. Öğrenci tembel olmakla, iş adamı önüne çıkan şanslarını iyi kullanmamakla, anne çocuklarını ihmal ettiğini düşünerek, eşler de ellerinden geleni yapmamakla ilgili kendini suçlayabilir.
4. İntihar düşünceleri: İntihar düşünceleri, genellikle depresyon şiddeti arttıkça ortaya çıkar. Major depresyonlu hastaların yaklaşık altıda birinde intihar girişimine rastlanmaktadır. Bu tip düşünceler mutlaka ciddiye alınmalı ve kişinin bu durumu yaşamasına ilişkin nedenler araştırılmalıdır. Profesyonel destek mutlaka alınmalıdır. Eğer kişi yardım almak için ikna edilemiyorsa, yakınları profesyonel destek için yönlendirilmelidir.
5. Unutkanlık, dikkat dağınıklığı,
6. Sürekli endişe, korku, gerginlik, huzursuzluk,
7. Uykuda artış ya da azalış,
8. Enerji kaybı, halsizlik,
9. Cinsel istekte azalma gibi belirtiler de depresif bozukluğa işaret etmektedir.

**Kaynak:** (Köroğlu, 2013)

Köknel'e (2005) göre depresyon belirtileri şunlardır:

- Doyumsuzluk, isteksizlik ve ilgisizlik.
- Kötümserlik, neşesizlik ve karamsarlık.
- Kendini düşük değerlendirme, dikkatsizlik ve unutkanlık.
- Kendini suçlama ve gelecekle ilgili olumsuz beklentiler.
- Kararsızlık, azalan güdülenme ve kuşku.
- Yanılsamalar.
- Hezeyanlar.

Depresyon belirtileri genel anlamda bunlar olmakla birlikte, bu belirtileri ruhsal ve bedensel belirtiler şeklinde sınıflandırmak da mümkündür:

**Ruhsal Belirtiler:** İnsanları değersizlik hissi, kendine yabancılaşma, kötümser düşünceler, kendini suçlama, kararsızlık şeklinde etkileyen depresyon genel olarak en sık karşılaşılan ruh hastalığıdır (Bolat ve ark., 2011). Depresyonun ruhsal belirtileri şu şekildedir:

- Derin elem ve üzüntü,
- Hayata dair umutsuzluk,
- Suçluluk duygusu,
- Değersizlik hissi,
- Uykuda görülen bozulmalar,
- Dikkatte azalma,
- Düşüncelerde bulanıklık
- İlgisizlik

Bu semptomlar depresyon hastalarının çoğunda rastlanır. Bunların dışında enerjide azalma, halsizlik, yorgun düşme şeklinde de belirtiler mevcuttur. Ağır vakalarda hasta tedaviye yanaşmaz kendinin tedavi etmeye değecek biri olmadığını düşünüp doktorla işbirliğine yanaşmaz. Yalnızlığın depresyon ortaya çıkarmada en önemli faktörlerden biri olduğu düşünülmektedir. İnsanlar yalnızlık korkusuyla baş edebilmek için çevrelerine karşı anlayışlı ve duyarlı olurlar. Depresyon hastaları intihara meyillidirler. intihara kalkışıp başarılı olanların depresyondaki kişilerin bulundukları intihar girişimlerine oranı çok daha düşüktür (Altay ve Avcı, 2009; Arı ve ark., 2010).

**Bedensel Belirtiler:** Depresyonda yoğun somatik yani bedensel belirtilere rastlanmaktadır. Bedenle ruhun iç içe geçmiş yapısından ötürü birinde meydana gelen bozulma ötekinin de sağlıklı işleyişine ket vurabilmektedir. Depresyon hastasında; düşük tansiyon, enerjide genel olarak azalma, cinselliğe karşı duyarsızlaşma, uykuda ve beslenmede görülen bozukluklar, sırtta ve kafada meydana gelen belirgin ağrı, dışkılamada zorluk, kalabalık ortamlara ve sese karşı tahammül seviyesinin düşmesi, sebepsiz öfke patlamaları vb. gibi somatik belirtiler görülebilmektedir (Bakır ve ark., 1997; Yıldız ve Yıldız, 2009). İleri seviyedeki depresif vakalarda hastada tekrarlayan intihar düşüncelerine rastlanmaktadır. Bu durum tedavinin göz ardı edilemeyecek şekilde

önem arz ettiğini ve iyileştirme mekanizmasının erkenden işlemesi gerekliliğini ortaya koymaktadır (Ören ve Gençdoğan, 2007).

Depresyonun etkisine giren bir hastada bilişsel işlevlerdeki bozukluk normal karşılanmaktadır. Klinik değerlendirmeler sonucu depresyon tanısı almış bir hasta üzerinden yönetim fonksiyonlarının depresyonla ilişkisini ortaya koymak oldukça güçtür. Lampe ve arkadaşları (2003) tekrar eden depresyon vakalarında hastanın yönetim fonksiyonlarının normal kişilere oranla çok daha kötü durumda olduğunu tespit etmişlerdir. Hastalığın ilk evrelerinde görülen yönetim fonksiyonlarında bozulmaların tekrar eden depresyon vakalar ile kıyaslandığında hangi durumda olduğu tam olarak bilinememektedir (Karabekiroğlu ve ark., 2010; Lampe ve ark., 2003).

Stres depresyon oluşturmada ve geliştirmede önemli bir etkendir. Fakat stres yaratan faktörlerin depresyon oluşturmadaki etkinliği de yine irsi yönelimlerden kaynaklanmaktadır. Bu yönelimler depresyona gösterilen meyille sınırlı kalmayıp kişilerin zaman içinde stres faktörlerine verdiği yanıtın değişmesine hatta stres yaratacağı düşüncesiyle bu faktörlerden dolayısıyla da yaşamdan geri çekilmelerine neden olacaktır. Depresyonun sık ataklarla birlikte seyrettiği bir vakada çocukluğun ilk dönemlerindeki travmaların oluşturduğu ruhsal zedelenmelerden bahsedilebilir. Bu zedelenmeler stres yaratan çeşitli unsurlar karşısında kişiyi güçsüz kılmakta ve depresyon oluşturma riskini artırmaktadır. İrsi veya çevresel birçok faktörün tetiklediği bir dizi kırılganlık depresyonun başlangıcını ortaya koyar. Bu faktörlerin nitelikleri belirli depresif semptomlarla birlikte meylin boyutlarını değerlendirmeye yardım eder.

Hamilelikte anne, maruz kaldığı stres unsurlarını çocuğuna da yüklemekte ve kaygılı bir birey olmasında önemli sebeplerden biri haline gelmektedir. Bu yüzden annelikte stres yaratan unsurlardan olabildiğince uzak durmak gerekmektedir. Yapılan tetkiklerde, hamilelikte annelerin yaşayacağı olumsuzlukların çocuklardaki beyinsel gelişimleri önemli ölçüde etkilediği ve ileriki yaşamlarında stresli durumlar karşısında depresif semptomlar geliştirmeleri riskini artırdığı belirlenmiştir (Kocataş ve ark., 2004; Kotan ve ark., 2009).

Özetle depresyonda mesleki anlamda başarısızlık, akademik yönden başarısızlık ve kişisel ilişkilerde başarısızlık gibi istenmeyen durumlar görülmektedir. Depresyon bu

nedenle ciddiye alınması gereken bir rahatsızlıktır. Depresyon, intihar ve madde bağımlılığı gibi istenmeyen durumların oluşmasına sebep olduğu gibi etkin çalışma kapasitesini ve toplumsal iş gücünü de düşürmektedir. Böylece depresyonun önüne geçilmesi ve niteliklerinin belirlenmesi, depresyonda riskliliği artıran faktörlerin ortaya konması mühim bir mesele haline gelmektedir. Depresyonun değerlendirme sonuçları sonrasında ortaya konan alt tiplerinin de ayrı ayrı ele alınması gerekmektedir. Kısıtlı bir zaman aralığında yineleyen veya bütünüyle yatışmayan, semptomları devamlılık arz eden türleriyle depresyon kısa tekrarlayıcı, dirençli veya kronik şeklinde sınıflara ayrılır. Çoğu kez bu türlerin iç içe geçtiği de görülmektedir. Farklı nitelikleriyle ele alınması gereken ve tedavide olumlu yanıt almanın çok da kolay olmadığı depresyonun bu gibi türlerinde tedavi açısından çeşitli yöntemlere başvurulabilmekte ve birkaç farklı ilaçtan oluşan kombinasyonların reçete edilmesi söz konusu olmaktadır (Samancı ve ark., 1998; Softa ve Kaya, 2013)

### 2.2.5. Depresyonun Etiyolojisi

Depresyona nelerin yol açtığı hakkında birçok farklı düşünce ileri sürülmekle birlikte son yıllarda yapılan çalışmalar genellikle tek neden değil birçok nedenin depresyon üzerinde etkili olduğu sonucuna işaret etmektedir. Blackburn (1996) depresyonu tamamen biyolojik (fiziksel) sebeplerle ya da bütünüyle psikolojik yönüyle tanımlamak yerine, bu sorunu birbirini karşılıklı etkileyen birçok faktörün sonucu olarak açıklamanın daha isabetli olacağını belirtmiştir.

Depresyon biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin karmaşık etkileşimi sonucu ortaya çıkmaktadır. Zorlu yaşam olaylarıyla (işsizlik, yas, psikolojik travma) karşılaşan insanların depresyona girmeleri daha olası görünmektedir. Bunun sonucu olarak depresyon daha çok strese, işlev bozukluğuna ve etkilenen kişinin yaşamını daha da olumsuz hale gelmesine yol açabilir. Ayrıca depresyon ve fiziksel sağlık arasında karşılıklı etkileşim vardır. Fiziksel sağlıktaki bir olumsuzluk depresyona yol açabildiği gibi tam tersi bir durum da söz konusu olabilmektedir (World Health Organization, 2012).

Depresyonun kökeninin ne olduğuna yönelik birçok araştırma yapılmıştır. Araştırmalar sonucunda depresyonun ortaya çıkmasında sosyal, biyolojik ve genetik faktörlerin tek başlarına ya da birlikte etkili olabileceği kanaatine varılmıştır. Bu faktörlerden yola çıkarak depresyonun genetik geçişine dair aile, akraba ve ikiz çalışmaları yapılmıştır. Yapılan çalışmalarda; tek uçlu (unipolar) depresyona sahip bireylerin birinci dereceden akrabalarında toplum geneline kıyasla 2-3 kat daha fazla depresif durumların yaşandığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte iki uçlu (bipolar) bozuklu bulunan bireylerin akrabalarında, bipolar bozukluğa nazaran unipolar depresyon daha sık görülmektedir (Herken, 2002).

Depresyonun etiyolojisinde birden fazla faktör bulunmaktadır. Bu çalışmada aile öyküsü, kalıtsallık, sosyal nedenler, stresli durumlar, geçmişte yaşananlar, psikolojik konular ve sosyal faktörler üzerinde durulmuştur. Araştırmada evli bireylerin bağlanma stilleriyle depresyon düzeyleri arasındaki ilişki incelenirken bu değişkenlerin birbirleri ile ilişkili oldukları öngörülmüştür. Bağlanma stillerinin evli bireylerin kişilik yapılarını etkileyerek dolaylı yoldan depresyon düzeyine etki ettiği varsayıldığı için bu çalışmada aile öyküsü, kalıtsallık, sosyal nedenler, stresli durumlar, geçmişte yaşananlar, psikolojik konular ve sosyal faktörlerden bahsedilmiştir.

#### 2.2.5.1. Aile Öyküsü ve Kalıtsallık

Erken yaşta ortaya çıkan depresyonun ve ağır depresyonun ailesel yatkınlık gösterdiği yapılan bazı araştırmalarda belirlenmiştir. Örneğin Wender ve ark.(1986) ile Rice ve ark. (1987) tarafından yapılan araştırmalarda bireyin depresyona yatkınlığında etken olan unsurlardan birinin kalıtım olduğu belirlenmiştir (Akt. McWilliams, 2014). Depresyon nesiller arasında geçiş sağlayabilen bir rahatsızlıktır. Ancak depresif ebeveynlerin, bu tür davranışlarının ileriki senelerde çocukların depresif tepkiler geliştirmelerine ne ölçüde etki edeceği ve bu rahatsızlığın ileriki kuşaklara aktarılmasında kalıtımın ne kadar etkisinin olduğu net olarak bilinmemektedir (McWilliams, 2014). Bununla birlikte belli aralıklarla tekrarlayan ve intihar düşünceleriyle uzun süre devam eden bu yapının, diğerlerine nazaran birinci dereceden akrabalarda görülme ihtimali iki kat fazladır. Annenin küçük yaşta kaybedilmesinin de ileriki dönemlerde klinik depresyon görülme ihtimalini arttırdığı belirlenmiştir (Köroğlu, 2006).

Genetik noktasında yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular, riskli genlerin bireylerin sağlamlık düzeylerine etki ettiğini ortaya koymakta ve depresyona etki eden biyolojik faktörleri tanımlamaktadır. Böylelikle çevresel şartlar uygun olduğunda riskli genlerin depresyon üzerinde etkili olabildiği görülmüştür (Rende, 2012). Buna göre genetik çarpıklığın hem depresyon için hem de olumsuz yaşam olayları için ciddi bir risk faktörü olabildiği belirtilmektedir (Kendler, Thornton, ve Gardner, 2001). Ayrıca yetişkinlerdeki depresyonun % 30-40 civarındaki etkisinin genetik etkiler ile açıklanabileceği, özellikle kritik yaşam olaylarından ve kronik stresten kaynaklanan depresif bozuklukların genetik faktörlerle açıklamanın olası olduğundan söz edilmektedir (Lau ve Eley, 2010).

Ailesinde depresyon olan bir bireyin olması, bu kişinin de depresyon yaşayacağı anlamına gelmemekte, buna karşın kişide depresyon ihtimalini arttırabilmektedir. Depresyon yaşamış kişilerin anne babalarının, çocuklarının ve kardeşlerinin depresyon yaşama olasılığı, ailesinde depresyon hikayesi olmayanlara kıyasla daha yüksektir. Depresyonun kalıtımsal yönüne bakıldığında, depresyonu yaşama olasılığının yüksek olması tek bir gen ya da birden fazla genin etkileşimi ile ilgilidir. Depresyonu tetiklemesi açısından sadece kalıtsallık yeterli olmamakla beraber farklı faktörlerle birleşerek hastalık oluşabilmektedir (Köroğlu, 2006).

#### 2.2.5.2. Sosyal Nedenler, Stresli Durumlar ve Geçmişte Yaşananlar

literatürde depresyonun sadece biyolojik ve psikolojik unsurlardan dolayı meydana gelmediği aynı zamanda geniş boyutta sosyal risk faktörlerinden de etkilendiği de ifade edilmektedir. öyle ki bireyin sosyal yaşantısı, bulunduğu ortama göre yaşadığı stres ve önceki dönemlerde yaşadıkları, bu bireyde depresyona neden olabilmektedir. Depresyonun nedenlerine bakıldığında, depresyon için tek bir nedenin varlığından söz edilemez. Kişinin yatkınlığı ve kişilik yapısının etkisi olabilir. Ayrıca yaşam olayları içinde ev değişikliği, iş kaybı, önemli olan bir ilişkinin bitmesi ya da önemli olan kişi ya da kişiler ile olan çatışmalar, sevilen birinin kaybı, yalnızlık, çocuk doğumu, çocukların evden ayrılması gibi faktörler tetikleyici olabilmektedir (Türkçapar, 2018).

Horwitz ve Scheid'e (1999) göre depresyonla ilişkilendirilen temel sosyal nedenler arasında yaşam olayları, evlilik, beden sağlığının bozulması, bir yakının

kaybı, iş kaybı, iflas, emeklilik, ailede ve iş yaşamındaki çatışmalar ve ekonomik sorunlar yer almaktadır. Bu noktada özellikle bireylerin yaşamında önemli kişi ve ya nesne kayıplarında, kaybedilen kişiye ve ya nesneye verilen önem kaybın depresyona etkisini önemli derecede yordamaktadır. Bu tür kayıplar; iş, para, ev, toplumsal statü kaybı ve sevdiklerinden ayrılmaktır. Bazı insanlar sevdiklerinin ölümünden daha çok etkilenirken kimileri maddi kayıplardan etkilenmektedir (Güleç, 2006).

Aile içerisinde yaşanan ilişki sorunları da depresyonu etkiler. İlişki sonlanması veya boşanmalar sonucu depresyon görülebilir. Yapılan araştırmalarda, tek yaşayan veya boşanmış insanların evli insanlara göre ruhsal hastalık geçirme olasılığının iki kat fazla olduğu belirlenmiştir. Sosyal çevreden uzaklaşmış duygusal olarak destekleri olmayan insanlar depresyona girme riski taşımaktadırlar. Kişinin hayatında gelişen kaza, emeklilik ya da ergenliğe giriş gibi önemli olaylar da depresyona girme riskini arttırmaktadır. Ailede yaşanan boşanma ya da ebeveynlerden birinin ya da ikisinin kaybı, hastalıklar, ana baba arasındaki çatışmalar, şiddet ve cinsel istismar da depresyona yol açmaktadır. Özellikle güvensiz ailelerde yetişenlerin depresyona girme olasılığı yüksektir. (Köroğlu, 2006).

Bununla birlikte bireyin sosyo-ekonomik durumu eğitim, iş, gelir ve sağlık gibi kaynaklara ulaşımda önemli bir etkiye sahiptir. Eğitim bireyin sosyo-ekonomik yaşamdaki sıralamasında önemli bir role sahiptir. İyi bir eğitim iyi bir iş sağlamakta ve aynı zamanda fiziksel ve ruhsal sağlıkla avantaj sağlamakta ve bireyin depresyona yakalanma olasılığı düşmektedir (Ross ve Mirowsky, 2006) Yine bazı araştırmalarda çevresel faktörlerin bireylerin depresyona karşı kırılganlıklarını önleyici etkisi olduğu ortaya konmaktadır (Kaufman ve diğerleri, 2006). Örneğin sağlıklı çocuk yetiştirme becerileri ve sosyal destek, psikolojik sağlık müdahaleleriyle birlikte depresyona karşı koruyucu etki yapmaktadır (Southwick ve Charney, 2012). Bununla birlikte geçmişten günümüze istenmeyen yaşam olaylarının depresyonla ilişkisi bilene gelmiştir. Bu tür gelişmeler psikolojik iyi oluşu düşürmektedir. Her ne kadar yaşamdaki olumlu ya da olumsuz tüm değişimler stres durumu yaratsa da istenmeyen yaşam olayları (kaynakların kaybıyla sonuçlanan değişimler) depresyonu artırmaktadır (Mirowsky ve Ross, 2003).

### 2.2.5.3. Psikolojik Nedenler

İnsanların depresyona girme nedenlerinden biri de psikolojik faktörlerdir. Bu faktörler arasında kişilik özellikleri, bilişsel bozukluklar ve öz- yeterlilik öncelikli olanlardır. Blazer ve Hybels'e (2005b) göre depresyona yatkınlıkta kişilik özellikler önemli bir etkiye sahiptir. Bu nedenle bazı bireyler, düşük benlik saygıları ve geleceğe dair umutsuz bakış açıları sebebiyle yaşamın stresli olaylarını olumsuz yorumlamaktadırlar. Bu da bilişsel anlamda depresyona karşı daha kırılgan olmalarına neden olmaktadır (Haeffel ve Grigorenko, 2007). Ayrıca iyimserlik, olumlu duygular, yakın aile bağları, pozitif rol modeller, zorlu durumlarla başa çıkmaya ait geçmiş yaşantılar, bilişsel yeniden yapılandırma becerisi, duygusal düzenleme, sosyal destek, özgecilik, iyi fiziksel sağlık ve becerilerini geliştirmeye kendini adama gibi faktörlerde bireyin depresyona yakalanma durumu üzerinde etkili olabilmektedir (Southwick ve Charney, 2012).

Depresyona girme eğilimi yüksek kişilik özellikleri arasında; kolay üzülen, öz saygısı düşük, karamsar, aşırı kendini eleştiren ve stresli durumlarda kendi hayatlarının kontrolünü kaybeden insanlar yer almaktadır (Köroğlu, 2006). Bu kişilik özelliklerine sahip insanlar, başlarına gelen olumsuz durumları değerlendirirken şu aşamaları yaşarlar:

- Benim başıma neden geldi?
- Bu durum adil değil. Daha fazlasını yapabilirdim.
- Daha fazlasını yapacağım.
- Yaptıklarım işe yaramıyor. Şimdi ne olacak?
- Ben umutsuz bir vakayım.
- Kabul etmekten başka çarem kalmadı.

Bu tarz düşünceler sırasıyla inkar, kendine öfke, uzlaşma, endişe ve depresyon olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum sonucunda kişi ya olanaklarını kullanarak bu durumun üstesinden gelmeye çalışmakta ya da durumu kabul ederek depresyona girmektedir (Corry ve Tubridy, 2007).

Sonuç olarak bireyin depresyon düzeyi üzerinde kişilik özellikleri, bilişsel bozukluklar ve öz-yeterliliğin etkili olduğu söylenebilir. Bireyin kişilik özellikleri onun depresyona karşı dirençli olmasına veya daha az dirençli olmasına neden olurken, bilişsel bozukluklar

özellikle yaşam olaylarını yorumlamada ve duygusal tepki geliştirmede etkili olmakta, öz-yeterlilik ise yüksek olması halinde bireyi depresyona karşı koruma özelliği gösterebileceği yani öz-yeterliliğin depresyon üzerinde güçlü bir etkiye sahip olabileceği ifade edilebilir.

### 2.3. İlgili Çalışmalar

Bu bölümde evli bireylerin bağlanma stilleri ile depresyona girme düzeylerini inceleyen araştırmalara ve evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile demografik (cinsiyet, eğitim düzeyi, çocuk sahibi olma durumu, evlenme yaşı, evlenme şekli, gelir seviyesi, çalışma durumu) değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara yer verilmiştir.

Bağlanma stili olarak güvenli bağlanma gerçekleştiren yetişkin bireyler, ilişkinin stresli dönemlerinde kendileriyle ilgili genellikle pozitif bir bakış açısı oluşturdukları için depresif semptomlar göstermezler. Diğer taraftan kaygılı- kaçıngan bağlanan bireyler, ilişkinin stresli dönemlerinde kendileriyle ilgili sevilebilirlik değerlendirmelerinde bulundukları için depresif semptomlara açık hale gelmektedirler. Ayrıca kaçıngan bağlanan bireylerde negatif duygusal deneyimler bastırılarak evliliklerindeki problemin ne olduğunu çok önemsemeden evliliği bitirme davranışına kadar kopma yaşayabilmektedirler (Scott ve Cordova, 2002).

Yapılan araştırmalarda çocuk sahibi olmaya hazırlanan eşlerin aynı zamanda evliliğe de uyum sürecinde olması durumu biraz zorlaştırmaktadır. Duygusal yoğunluk içerisinde olan eşlerin depresyona girme düzeylerinde artış yaşanması olası bir durum haline gelmektedir. Çocuk sahibi olma fikri eşleri farklı yoğunlukta etkileyebilmektedir. Farklı kültür yapılarına sahip çiftler üzerinde yapılan araştırmaların genelinde çocuk sahibi olmanın evlilikte sorun oluşturduğu ve evlilik doyumunu azalttığı belirtilmiştir. Çocuğun varlığına alışma döneminde yaşanan sorunlardan dolayı eşlerin evlilik bağlılıklarının azaldığı da belirlenen sonuçlar arasındadır. Yapılan araştırmalara bağlı olarak çiftlerin evliliklerinde doyumsuz oldukları konuları belirleyerek çözüm oluşturan yaklaşımları sergileme becerisinin kazandırılması önem taşımaktadır denilebilir (Akt. Canel, A.N., 2007).

Carnelley ve arkadaşları (1994) araştırmalarında bireylerin depresif olup olmadıklarını incelemiş ve bu duygu durumunun bağlanma stiliyle ilgili olduğu sonucuna varmışlardır. Korkulu ve saplantılı bağlanan bireylerin benlik algılarının negatif olduğunu ve bu bireylerin depresyon rahatsızlığını gösteren belirtilere sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Ayrıca korkulu bağlanma gerçekleştiren bireylerin depresyona yatkın olduğu belirlenmiş olup bu bağlanma şekliyle bağlananlarda depresyona eğimliliğe neden olduğunu ifade etmişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına bakıldığı zaman, literatürde belirtildiği üzere bağlanma şekillerinin kaçınma ve kaygı boyutlarıyla aralarında anlamlı ilişki beklenmiş, fakat istatistiksel düzeyde anlamlı farklılıklar bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Çubuk 2011).

Sabuncuoğlu ve Berkem (2006) çalışmada doğumdan sonra ortaya çıkan depresyonun seviyesiyle bağlanma şeklini araştırdığında depresyon puanlarıyla güvensiz alt bağlanma boyutları arasında anlamlılık tespit etmişlerdir. Bununla birlikte depresyon belirtileri gösteren annelerin güvensiz bağlanma puanlarının depresyon belirtilerine rastlanmayan annelerin puanlarına göre daha yüksek olduğu anlaşılmıştır.

Evlilikte duygu durum bozukluğuna neden olarak gösterilen çocuk sahibi olma durumuyla ilgili yapılan araştırma sonuçlarında evlilik uyumu puanlarının çocuk sahibi olan bireylerde düştüğü tespit edilmiştir (Juang ve Tucker (1991); Hetherington (1999); Twenge, Campbell, Foster, (2003)). Feeney ve arkadaşları (1994) yaptıkları çalışmada çocuk sahibi olan bireylerde özellikle kadınlarda evlilikleriyle ilgili daha sık problem yaşandığı sonucuna ulaşmışlardır. Buna karşın evlilik uyumunun çocuk sahibi olma durumuna göre değişmediğini, çocuğu olan evli bireylerin çocuğu olmayanlara kıyasla daha uyumlu olduklarını tespit eden çalışmalar da mevcuttur (Hoffman ve Levant, 1985; Fışıloğlu, 1992).

Hortaçsu (2012) çalışmasında evlenme biçimi olarak görücü usulüyle evlenen bireylerin eğitim ve duygusal ilişki düzeylerinin daha düşük olduğunu belirlerken eşe karşı bağlanma şekillerinin de güvensiz bağlanma olduğunu ifade etmiş ve bu tür ailelerde sorunların daha fazla yaşandığını ve çatışmaların çok olduğunu gözlemlemiştir.

Üncü (2007), Yozgat ve İstanbul'da ikamet etmekte olan 466 evli bireyin örneklemini oluşturduğu çalışmada katılımcıların 251'i kadın 215'i erkektir. Seçilen örneklem grubu

üzerinde duygusal zeka ile evlilik doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda duygusal zeka ile evlilik doyumu arasında anlamlı düzeyde farklılaşmaya rastlanmıştır. Kadın katılımcılara kıyasla erkeklerin evlilik doyumu puanları yüksek olarak tespit edilmiş, cinsiyet değişkenin evlilik doyumunda anlamlı farklılığa yol açtığı belirlenmiştir. eğitim düzeyi olarak bakıldığında da lise mezunu olan katılımcıların evlilik doyumu yüksek, ilkokul mezunu olan katılımcıların ise evlilik doyumunun düşük olduğu saptanmıştır.

Koçyiğit (2012) araştırmasında çocuk sahibi olma durumunu değişken olarak incelemiş ve evli bireylerde çocuk sahibi olmama durumunun sağlıklı ve mutlu yaşamayı engellediğini ve stres yaratan durumlar ortaya çıkardığını tespit etmiştir. Ayrıca çocuk olmaması, eşler arasında cinsel sorunlara neden olarak çatışma ortamı oluşturduğu ve depresyona neden olduğu saptanmıştır. Buna karşı çocuk sayısı fazla olan ailelerde benzer duygu durumlarının yaşandığı belirlenmiş ve çocuk sayısının yüksek olması, depresyon etmeni şeklinde belirlenmiştir.

Evlilik çatışması yaygınlık ve sıklık düzeyinin evli çiftlerin sosyo-ekonomik durumlarına göre değişip değişmediği incelendiğinde; sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan katılımcıların sosyo-ekonomik olarak yüksek gelir düzeyi olan bireylere kıyasla daha fazla çatıştıkları ilgili literatürde ortaya konulmuştur. Bradbury ve arkadaşları (2000) tarafından yapılan araştırma da literatürü destekleyen sonuçlar belirlenmiştir. Gelir seviyesi düşük olan evli bireylerin, ilişkilerinde anlamlı şekilde daha sık olarak çatışma durumu yaşadıkları tespit edilmiştir. Alanda yapılan farklı bir çalışmada da sosyo-ekonomik düzeyleri orta ya da yüksek olan evli bireylerin evlilik uyumları incelenmiş ve araştırma sonucunda yüksek sosyoekonomik düzeye sahip olan evli bireylerin evlilik uyumlarının daha düşük olduğu saptanmıştır (Jenkins ve ark., 2003).

Erdoğan (2006), evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında evliliklerinde problem yaşamakta olan 25 çift deney grubunu oluşturmuş; evliliklerinde herhangi bir sorun yaşamayan 25 çift kontrol grubunu oluşturmuştur. Yapılan analizler sonrasında evlilikte problemler yaşamakta olan çiftlerde cinsiyet yönüyle bakıldığında kadınların kaçınma ve kaygı boyutlarının belirgin olduğu; erkeklerin bağlanma stilinde ise kaçınma boyutunun

yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte problemleri olan çiftlerde kadın ve erkeğin karşılıklı olarak güvensizlik duygusu yaşadıkları, kadınların erkekler için yaptığı değerlendirmede ilişkide kopuk ve kontrolcü yaklaşımlara dikkat çektikleri; erkeklerin ise kadınlar için bağımlı ifadesini kullandıkları belirlenmiştir.

Kinnunen ve Feldt (2004) yaptıkları çalışmada evlilikte maddi yönden ortaya çıkan problemlerin evlilik uyumu üzerinde etkili olabileceği ve depresif semptomların gelişmesini artıracağı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın sonucunda sosyo-ekonomik düzeyin düşük olmasının oluşturduğu sorunlar, psikolojik problemlerle ilişkili bulunmuştur. Ortaya çıkan psikolojik sorunun evlilik uyumunu olumsuz etkilediği ifade edilmiştir. Yaşanan psikolojik sorunların ekonomik sıkıntı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi etkilediği sonucu bildirilmiştir.

Kurdek (1999), evliliğin ilk 10 yılında evliliğin niteliğindeki değişimin doğasını tespit etmeyi amaçladığı bir araştırmada, 10 yılın üzerinde evli olan 552 çifti örneklem grubu olarak belirlemiştir. Yapmış olduğu araştırmanın sonucunda evliliğin ilk dört yılından sonra niteliğin hızlı bir biçimde azaldığını tespit etmiştir. Evliliğin 8. Yılında nitelikte azalmanın tekrar görüldüğünü belirlemiştir.

Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002), yaptıkları çalışmada güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleri olan evli bireylerin, evlilik uyum puanları, benlik saygısı puanları ve nedensel ve sorumluluk yükleme puanları arasında farklılık olup olmamasını araştırmışlardır. Araştırma sonucunda evlilikte uyum puanı ile güvenli bağlanma stilinin pozitif yönde anlamlı değiştiği belirlenmiştir. Aynı zamanda güvenli bağlanma stiliyle bağlanan bireylerin evlilikte uyum puanları, korkulu bağlanma stilindeki kişilerin puanlarından; saplantılı bağlanma stilliyle bağlanan bireylerin evlilikte uyum puanları; korkulu bağlanma stiliyle bağlanan bireylerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olarak tespit edilmiştir.

Juang ve Tucker (1991), Hetherington (1999), Twenge, Campbell, Foster, (2003), çiftlerin çocuk sahibi olmaları durumunda evlilik uyum puan ortalamalarının anlamlı düzeyde düştüğü tespit edilmiştir. Evlilik uyumları azalan bireylerin zamanla duygu durumları bozulduğu için depresyona girme düzeylerinin de artacağı çalışmalarda vurgulanan önemli bir husustur. Bowman (1990), evlilikte yaşanan olası problemlerle

başa çıkma yollarını değerlendirerek, beş unusurdan bahsetmektedir: (1)Kendini suçlama, (2)Olumlu yaklaşım, (3)Çatışma, (4)Kendiyle ilgilenme, (5)Kaçınma. Sıralanan unsurlardan olumlu yaklaşım, evlilikteki duygusal niteliği yansıtmakta, evlilik kalitesini olumlu etkilemektedir. Kendini suçlama, çatışma, kendiyle ilgilenme ve kaçınma unsurları da evlilik kalitesine olumsuz olarak yansımaktadır. 90'lı yıllarda evlilik uyumunun farklı boyutlarıyla ilgili çok sayıda makale yayınlanmıştır. Evlilik uyumunu çalışmanın rasyoneli, bu konunun birey ve ailenin iyilik hali için öneminden ve sağlam evliliklerin toplumsal yararından gelmektedir. (Bradbury ve ark., 2000).

Çelik (2006), (Çimen, 2007) tarafından yapılan çalışmalarda evlenme biçimi ile evlilik uyumu arasında bir ilişki olup olmadığını incelenmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda görücü usulü ile evlenen bireylerin puan ortalamaları diğer şekillerde evlenen bireylerin puan ortalamalarından daha düşük olarak tespit edilmiştir. Bu sonuca göre anlaşarak evlenen katılımcıların görücü usulü ile evlenenlere kıyasla birbirlerini tanıma fırsatına daha çok sahip oldukları ve buna bağlı olarak uyumlarının daha yüksek olduğu ifade edilmiştir.

Bağlanma stilleri ile depresyon arasında ilişki olup olmadığını inceleyen araştırmaların bazılarında kaçıngan bağlanma stilleriyle ilgili belirgin olmayan ve oldukça karışık sonuçlara ulaşılmış olsa da bazı çalışmalarda bu iki değişken arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde kaçıngan bağlanan bireylerin daha çok kendileriyle ilgili mükemmeliyetçilik ve yalnızlık duygularını depresif semptomlar ortaya koyacak şekilde gösterdikleri tespit edilmiştir. Kaygılı bağlanan bireyler de daha çok kendileriyle ilgili olarak sevilebilirlik değerlendirmelerine yönelerek aşırı kıskançlık, aşırı bağlanma ve onay arama gibi duyguları depresif semptomlara dönüştürmüştür. Mikulincer ve Shaver (2007) yaptıkları çalışmada yüksek kaygılı bağlanma gerçekleştiren bireylerin depresif belirtiler gösterdiğini ve bağlanma ve depresyon arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Farklı bir araştırmada da romantik ilişkilerde bağlanma ile depresyon ilişkisine bakılmış ve çalışmanın neticesinde güvenli bağlanma gerçekleştiren bireylerin yalnızlık ve depresyon ile negatif korele olduğu belirlenmiş olup güvensiz bağlanma gerçekleştiren bireylerin de yalnızlık ve depresyon ile pozitif korele olduğu tespit edilmiştir (Pielage, Luteijn ve Arrindell, 2005).

Elli (2010) yapmış olduğu çalışmasında yetişkin bireylerin kişilik özellikleri mizaç ve karakter olmak üzere iki ayrı boyutu ele alarak bunların bireylerin bağlanma stilleri ile depresyon ölçeğinden aldıkları puanlarla ilişkilerini incelemiştir. Çalışmasında 20-61 yaş aralığında değişen geçmişte psikiyatrik tanı belirlenmemiş 143 katılımcı üzerinde inceleme yapmıştır. İlişkilere bakılan çoklu regresyon analizlerine göre kaçınan bağlanma stilinin zarardan kaçınma ve ödül bağımlılığı mizaç boyutları, kaygılı bağlanma stilinin kendini yönetme karakter boyutu ile zarardan kaçınma mizaç boyutu, görece yüksek depresyon puanlarının ise kendini yönetme karakter boyutu ile zarardan kaçınma ve sebat etme mizaç boyutları ve kaygılı bağlanma stili tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Kişiliğin kalıtsal boyutlarından olan zarardan kaçınma boyutu ile ve sonradan edinilen deneyimlerle şekillendiği varsayılan kendini yönetme karakter boyutlarının bağlanma stilleri ve depresif eğilimlerle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bağlanma stilleri ile depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada güvensiz bağlanma gerçekleştiren bireylerin depresif semptom gösterme eğiliminin daha fazla olduğu ve çift ilişkilerinde güvenli bağlanma gerçekleştiren bireylere kıyasla durumdan daha az memnun oldukları, güven sorunu yaşadıkları ve iletişimsel problemlerin olduğu ortaya konulmuştur (Taycan ve Kuruoğlu, 2014).

Hamarta 2004'de 571 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, öğrencilerin bağlanma stillerinin depresyon, benlik saygısı ve saplantılı düşünce değişkenlerini yordadığı bulunmuştur. Bulgulara göre saplantılı, korkulu ve kaygılı bağlanma stiline sahip öğrencilerin depresyon puanı güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilere oranla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Son 20 sene içerisinde psikolojide yetişkin bağlanma teorisinin çeşitli psikopatolojilerle olan ilişkisi açısından araştırılmaktadır. Çalışır'ın makalesi çerçevesinde ise yetişkin bağlanma teorisinin majör depresyon ile ilişkisi görgül araştırma verileri doğrultusunda ele alınmaya çalışılmıştır. Korkulu ve saplantılı bağlanma şeklinde ortak olarak belirlenen kişinin kendisini değersiz ve çaresiz görmesi depresyonda ortaya çıkan kendilik algısıyla benzemektedir. Dolayısıyla korkulu ve saplantılı bağlanma biçimi depresyona yatkınlaştırıcı faktörler olabilir (Çalışır, 2009).

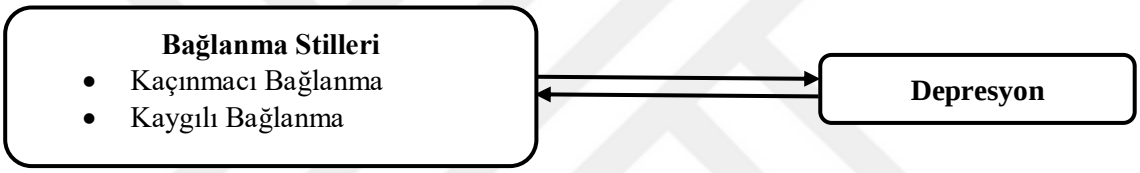
Koloni psikiyatristleri doğu kültürlerinde yaşayan insanların bilişsel alanda gelişmediği sebebini sunarak depresyon oranınız düşük olduğunu söylemişlerdir. Halkın kültür yapısına uygun güvenilir ölçekler kullanıldığında bu oranın düşük olmadığı görülmüştür (Sayar, 2000).

Alan üzerine yapılan diğer çalışmalardan bazıları; Irmak (2017); Özşirin (2019); Şendil ve Kızıldağ (2003); Uğuz ve arkadaşları (2006); Demirel (2018); Kahveci (2016); Demiray (2006); Aktaş (2009); Kapucı (2014); Çağ ve Yıldırım (2013); Acar (1998); Turan (1997); Singh ve ark. (2009); Kanburoğlu (2019); Zeytinoğlu (2013); Özyurt ve Deveci (2010); Soylu ve Ayaz (2013); Nour (2009); Mikhail (2002) şeklinde belirtilebilir.

# 3. YÖNTEM

## 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın araştırma modeli nicel araştırma yöntemlerinden, ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişkenin aralarındaki değişim varlığını ve değişim derecesini belirleyen modeldir. İlişkisel tarama modelinde aralarında ilişki aranacak değişkenler ilişkisel çözümlemeye olanak sağlayacak şekilde ayrı ayrı sembolleştirilir. Tarama yolu ile belirlenen ilişkiler neden sonuç bağlamında tam olarak açıklanmaya uygun değildir. Ancak bir değişkendeki durumun bilinmesi diğer değişkenin açıklanabilirliğini kolaylaştırmaktadır (Karasar 2016). Araştırmanın modeli Şekil 3'de verilmiştir:




**Şekil 3. Araştırma Modeli**

## 3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2019 yılında İstanbul il merkezinde bulunan evli bireyler oluşturmaktadır. Yazıcıoğlu ve Erdoğan'a (2004) göre p=0.5 ve q=0.5 olasılıklarında, 0.5 örnekleme hatasıyla α=0.05 güven aralığında 1000000 üzerinde kişiden oluşan ana kütlede an en az 384 kişilik bir örneklem ile çalışılması gerekmektedir. Örneklemini ise bu evrenden seçkisiz örnekleme yolu ile seçilen, araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden ve anket sorularına eksiksiz yanıt veren 149'u erkek, 269'u kadın toplam 418 evli bireyden oluşmaktadır. Evreni temsil etme gücünün yüksek olmasından dolayı yapılacak bu araştırmada da seçkisiz örnekleme yönteminin kullanılması planlanmaktadır. Seçkisiz örnekleme yönteminde, evrende ki tüm elemanların seçilme hakkının olduğu ve birinin seçilmesinin diğerini etkilemediği bir yöntemdir (Özen ve Gül, 2007).

Katılımcıların demografik özelliklerinin frekans ve yüzde dağılımları Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Dağılımı**

| | | n | % |
|---|---|---|---|
| Cinsiyet | Kadın | 269 | 64.35 |
| | Erkek | 149 | 35.65 |
| Yaş | 18-23 Yaş | 30 | 7.18 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 24.64 |
| | 30-34 Yaş | 102 | 24.40 |
| | 35-39 Yaş | 86 | 20.57 |
| | 40-44 Yaş | 53 | 12.68 |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 10.53 |
| Eğitim Düzeyi | İlköğretim | 34 | 8.13 |
| | Lise | 100 | 23.92 |
| | Lisans | 208 | 49.76 |
| | Lisansüstü | 76 | 18.18 |
| Çalışma Durumu | Çalışmıyor | 131 | 31.34 |
| | Çalışıyor | 287 | 68.66 |
| Aylık Gelir | 1001-2000 TL | 57 | 13.64 |
| | 2001-4000 TL | 115 | 27.51 |
| | 4001-6000 TL | 139 | 33.25 |
| | 6001-8000 TL | 36 | 8.61 |
| | 8001-10000 TL | 30 | 7.18 |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 9.81 |
| Evlilik Süresi | 4 Yıl ve Altında | 164 | 39.23 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 24.40 |
| | 10-14 Yıl | 65 | 15.55 |
| | 15-19 Yıl | 41 | 9.81 |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 11.00 |
| Eşle Tanışma Biçimi | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 27.27 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 72.73 |
| Çocuk Sahibi Olma Durumu | Evet | 290 | 69.38 |
| | Hayır | 128 | 30.62 |
| **Toplam** | | 418 | 100 |

Bireylerin %64.35'i (n = 269) kadın ve %35.65'i (n = 149) erkektir. Bireylerin %7.18'i (n = 30) 18-23 yaş, %24.64'i (n = 103) 24-29 yaş, %24.40'i (n = 102) 30-34 yaş, %20.57'i

(n = 86) 35-39 yaş, %12.68'i (n = 53) 40-44 yaş ve %10.53'i (n = 44) 45 yaş ve üzeridir. Bireylerin %8.13'i (n = 34) ilköğretim, %23.92'i (n = 100) lise, %49.76'i (n = 208) lisans ve %18.18'i (n = 76) lisansüstü mezunudur. Bireylerin %31.34'i (n = 131) çalışmadığını ve %68.66'i (n = 287) çalıştığını belirtmiştir. Bireylerin %13.64'i (n = 57) aylık gelirinin 1001-2000 TL, %27.51'i (n = 115) 2001-4000 TL, %33.25'i (n = 139) 4001-6000 TL, %8.61'i (n = 36) 6001-8000 TL, %7.18'i (n = 30) 8001-10000 TL ve %9.81'i (n = 41) 10000 TL ve üzeri olduğu belirtmiştir. Bireylerin %39.23'i (n = 164) evlilik süresi 4 yıl ve altında, %24.40'i (n = 102) 5-9 yıl, %15.55'i (n = 65) 10-14 yıl, %9.81'i (n = 41) 15-19 yıl ve %11.00'i (n = 46) 20 yıl ve üzeridir. Bireylerin %27.27'i (n = 114) görücü usulü-isteyerek ve %72.73'i (n = 304) severek-flört ederek evlendiğini belirtmiştir. Bireylerin %69.38'i (n = 290) çocuk sahibi ve %30.62'i (n = 128) çocuk sahibi değildir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada evli bireylerin bağlanma stillerini ölçmek için ‘’Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II Ölçeği’’, Depresyon düzeylerini ölçmek için ‘’Beck Depresyon Ölçeği’’ ve araştırmaya katılan bireylerin bazı demografik bilgilerini edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan ‘‘Kişisel Bilgi Formu’’ kullanılmıştır.

#### 3.3.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

Selçuk ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar II Ölçeği, yetişkinlerin bağlanma stillerini ölçmeye yönelik hazırlanmıştır. Ölçme aracı 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 18 maddesi kaçınmacı bağlanma, geri kalan 18 maddesi ise kaygılı bağlanma boyutlarını ölçmektedir. Kaçınmacı Bağlanma Boyutu, Çift sayı olan maddelerin ortalaması alınarak hesaplanır Kaygılı Bağlanma Boyutu ise, Tek sayı olan maddelerin ortalaması alınarak hesaplanır. Her bir maddeye ‘‘Hiç katılmıyorum’’ , ‘‘Kararsızım/ Fikrim Yok’’ ve ‘‘Tamamen Katılıyorum’’ şeklinde derecelendirilmiş yedili Likert tipi dereceler üzerinden cevap verilmektedir. Ölçekte 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34, 36 Numaralı maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçek maddelerinin bazılarında “yakın olmak” veya “yakınlaşmak” ifadeleri geçmektedir.

Bu ifadelerle kastedilen partnerinizle duygusal yakınlık kurmak düşüncelerinizi veya başınızdan geçenleri partnerinize açmak, partnerinize sarılmak ve benzeri davranışlardır. İlgili maddeler bu tanıma göre cevaplandırılır. Maddeler evli çiftler için yeniden düzenlenebilir. Selçuk ve arkadaşları tarafından yapılan geçerlilik çalışmasında kaçınma ve kaygı olmak üzere iki boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Bu değerler kaçınma boyutu için .56 ile .87 arasında, kaygı boyutu için .57 ile .80 arasında değişmektedir (Selçuk, Günaydın, Sümer, & Uysal , 2005).

### 3.3.2. Beck Depresyon Envanteri

Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ise, depresyon belirtilerinin şiddetini ölçmeye yarayan bir araçtır (Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961). Söz konusu ölçek, 21 maddeden oluşmakta ve dört seçeneği bulunmaktadır. Ölçekten 9 veya altında puan alınması depresyonun olmadığını gösterirken, 24 ve üstü puan almış olmak ciddi düzeyde depresyonun varlığına işaret etmektedir. Farklı kültürlerde bu testin geçerlilik ve güvenirliliği araştırılmıştır (Hisli, 1989).

Tegin tarafından ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Testi yanlama yönteminde r=0.78, test tekrar-test güvenirliği r=0.65 olarak bulunmuştur (Tegin, 1980). Hisli, üniversite öğrencilerinde yaptığı faktör analizi sonrası dört faktör elde etmiştir. Birinci faktörü "umutsuzluk", ikinci faktörü "kişinin kendisine yönelik olumsuz duygular", üçüncü faktörü "bedensel kaygılar", dördüncü faktörü ise "suçluluk duygulanımları" olarak tanımlamıştır (Hisli, Beck Depresyon Envanterinin geçerliliği üzerine bir çalışma, 1988)

## 3.4. Verilerin Analizi

Bu çalışmada, elde edilen verilerin analizi yapılırken veriler bilgisayara sayısal ifade olarak girilmiş ve bu veriler Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (Statistical Program for Social Sciences-SPSS 25.0) kullanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır.

Araştırma kullanılan ölçeklerden Beck Depresyon Envanteri için Açıklayıcı Faktör Analizi sonuçları Tablo 3‘de verilmiştir.

**Tablo 3. Beck Depresyon Envanteri için AFA Sonuçları**

| | Faktör 1 | Faktör 2 | Faktör 3 | Faktör 4 | Ortak Etken Varyans Oranı |
|---|---|---|---|---|---|
| Madde 7 | .743 | | | | .557 |
| Madde 8 | .617 | | | | .480 |
| Madde 3 | .586 | | | | .403 |
| Madde 5 | .580 | | | | .459 |
| Madde 14 | .561 | | | | .408 |
| Madde 6 | .482 | | | | .322 |
| Madde 17 | | .697 | | | .549 |
| Madde 16 | | .676 | | | .477 |
| Madde 15 | | .620 | | | .647 |
| Madde 12 | | .518 | | | .505 |
| Madde 13 | | .512 | | | .444 |
| Madde 20 | | .451 | | | .379 |
| Madde 11 | | | .473 | | .497 |
| Madde 1 | | | .661 | | .586 |
| Madde 2 | | | .621 | | .437 |
| Madde 9 | | | .573 | | .421 |
| Madde 10 | | | .501 | | .430 |
| Madde 4 | | | .459 | | .356 |
| Madde 19 | | | | .856 | .747 |
| Madde 18 | | | | .813 | .694 |
| Madde 21 | | | | .738 | .622 |
| **KMO** | | | .878 | | |
| **Bartlett Testi** | | | .000 | | |
| **Açıklanan Toplam Varyans %** | 14.518 | 13.413 | 11.227 | 10.454 | 49.613 |
| **Cronbach's Alpha** | .73 | .76 | .70 | .77 | .87 |

Tablo 3'deki verilere göre KMO .878 > .500 şeklinde saptanmış ve araştırma örnekleminin yeterli olduğunu göstermiştir. Ölçek dört boyutlu olup ilgili maddelerin açıkladığı toplam varyans %49.61 olarak tespit edilmiştir. Toplam açıklanan varyans değeri istatistiksel olarak gerekli görülen %40'ın üstünde (Karagöz, 2016) olup gerekli kıstarlara uygundur. Hisli'nin (1989) çalışmasındaki faktör analizinden ve ölçek içeriğinden yola çıkarak Faktör 1 = Suçluluk ve Olumsuz Duygular, Faktör 2 = Somatik Belirtiler, Faktör 3 = Umutsuzluk, Faktör 4 = Fiziksel Belirtiler olarak adlandırılmıştır.

Araştırma kullanılan ölçeklerden Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II için Açıklayıcı Faktör Analizi sonuçları Tablo 4'de verilmiştir.

**Tablo 4. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II için AFA Sonuçları**

| | Faktör 1 | Faktör 2 | Ortak Etken Varyans Oranı |
|---|---|---|---|
| Madde 7 | .836 | | .701 |
| Madde 15 | .750 | | .589 |
| Madde 9 | .722 | | .521 |
| Madde 13 | .680 | | .462 |
| Madde 5 | .673 | | .473 |
| Madde 1 | .643 | | .422 |
| Madde 3 | .637 | | .409 |
| Madde 19 | .624 | | .421 |
| Madde 21 | .613 | | .379 |
| Madde 35 | .605 | | .379 |
| Madde 25 | .602 | | .369 |
| Madde 11 | .601 | | .384 |
| Madde 29 | .591 | | .371 |
| Madde 33 | .587 | | .347 |
| Madde 23 | .560 | | .324 |
| Madde 27 | .550 | | .304 |
| Madde 17 | .527 | | .356 |
| Madde 31 | .496 | | .329 |
| Madde 26 | | .781 | .616 |
| Madde 24 | | .738 | .553 |
| Madde 20 | | .693 | .480 |
| Madde 22 | | .672 | .463 |
| Madde 16 | | .655 | .431 |
| Madde 30 | | .644 | .430 |
| Madde 34 | | .638 | .408 |
| Madde 32 | | .617 | .382 |
| Madde 18 | | .605 | .373 |
| Madde 8 | | .595 | .357 |
| Madde 36 | | .584 | .343 |
| Madde 4 | | .576 | .332 |
| Madde 2 | | .562 | .324 |
| Madde 12 | | .562 | .349 |
| Madde 14 | | .529 | .393 |
| Madde 10 | | .514 | .413 |
| Madde 6 | | .494 | .381 |
| Madde 28 | | .441 | .345 |
| **KMO** | | .906 | |
| **Bartlett Testi** | | .000 | |
| **Açıklanan Toplam Varyans %** | 21.822 | 19.603 | 41.426 |
| **Cronbach's Alpha** | .91 | .90 | .91 |

Tablo 4'deki verilere göre KMO .906 > .500 şeklinde saptanmış ve araştırma örnekleminin yeterli olduğunu göstermiştir. Ölçek dört boyutlu olup ilgili maddelerin açıkladığı toplam varyans %49.61 olarak tespit edilmiştir. Toplam açıklanan varyans değeri istatistiksel olarak gerekli görülen %40'ın üstünde (Karagöz, 2016) olup gerekli kıstarlara uygundur. Ölçek faktörlerine yüklenen maddeler Türkçe geçerlilik çalışmasındaki gibi dağılmıştır.

Tüm ölçeklerin ve alt boyutlarının çoğunluğunun iç tutarlılık düzeyinin yeterli güvenilirlikte olduğu görülmektedir ($\alpha > .70$). Normalliğin çarpıklık ve basıklık ölçütleri olan betimsel metodlarla test edilmesi oldukça yaygın bir yoldur (Gürbüz ve Şahin, 2016). Sonuçları Tablo 5'de verilmiştir.

**Tablo 5. Değişkenlerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri**

| | Çarpıklık | | Basıklık | |
|---|---|---|---|---|
| | **İstatistik** | **Std. Hata** | **İstatistik** | **Std. Hata** |
| Kaçınmacı Bağlanma | .428 | .119 | -.145 | .238 |
| Kaygılı Bağlanma | .118 | .119 | -.762 | .238 |
| Depresyon | .688 | .119 | -.382 | .238 |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | .737 | .119 | -.224 | .238 |
| Somatik Belirtiler | .693 | .119 | -.264 | .238 |
| Umutsuzluk | 1.179 | .119 | .646 | .238 |
| Fiziksel Belirtiler | 1.521 | .119 | 1.692 | .238 |

Tablo 5'de verilerin çarpıklık ve basıklık indekslerinin istatistikleri incelendiğinde ise tüm değişkenlerin değerlerinin -2 ve +2 aralığında olduğundan kaynaklı normal dağılımı göstermektedir (George ve Mallery, 2010). Bu noktada verilerin çözümlenmesinde parametrik analiz tekniklerinin kullanılmasına karar verilmiştir. Araştırmada Bağımsız Örneklem T-Testi, ANOVA ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılarak veriler analiz edilmiştir.

# 4. BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır.

## 4.1. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Beck Depresyon Envanteri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Evli bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II alt boyutlarına yönelik puanlar ile Beck Depresyon Envanteri ve alt boyutlarına yönelik puanlar arasında anlamlı ilişki olup olmadığının test edilmesine yönelik uygulanan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 6'da yer almaktadır.

**Tablo 6. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Beck Depresyon Envanteri Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Kaçınmacı Bağlanma | - | | | | | | |
| 2. Kaygılı Bağlanma | .25** | - | | | | | |
| 3. Depresyon | .20** | .43** | - | | | | |
| 4. Suçluluk ve Olumsuz Duygular | .17** | .36** | .82** | - | | | |
| 5. Somatik Belirtiler | .13** | .33** | .84** | .58** | - | | |
| 6. Umutsuzluk | .18** | .40** | .84** | .56** | .63** | - | |
| 7. Fiziksel Belirtiler | .14** | .18** | .52** | .30** | .26** | .27** | - |

*** p<.001, * p<.05*

Tablo 6'da sunulan Pearson Korelasyon Analizi sonuçları göz önünde bulundurulduğunda, evli bireylerin depresyon düzeyleri ile kaçınmacı bağlanma ($r_{(416)}$= .20, $p < .001$) ve kaygılı bağlanma ($r_{(416)}$= .43, $p < .001$) düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

## 4.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Alt Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, cinsiyet değişkeni

açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 7 'de yer almaktadır.

**Tablo 7. Bağlanma Stillerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Cinsiyet | | n | ort. | ss | t | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | Kadın | 269 | 49.47 | 20.70 | -2.530 | 416 | .012 |
| | Erkek | 149 | 54.81 | 20.59 | | | |
| Kaygılı Bağlanma | Kadın | 269 | 60.90 | 24.43 | -.032 | 416 | .974 |
| | Erkek | 149 | 60.97 | 22.09 | | | |

Tablo 'da verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaygılı bağlanma ($t_{(416)}$ = -.032, $p > .05$) düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak kaçınmacı bağlanma ($t_{(416)}$ = -2.530, $p < .05$) düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ortalamalara göre evli erkeklerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin, evli kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, yaş değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 8'de yer almaktadır.

**Tablo 8. Bağlanma Stillerinin Yaş Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| | Yaş | n | ort. | ss | F | sd | p | Bonferroni |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | 18-23 Yaş | 30 | 55.63 | 19.68 | .601 | 5.412 | .700 | |
| | 24-29 Yaş | 103 | 50.44 | 20.92 | | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 51.25 | 21.43 | | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 53.15 | 19.70 | | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 50.51 | 23.27 | | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 48.52 | 19.08 | | | | |
| Kaygılı Bağlanma | 18-23 Yaş | 30 | 73.40 | 22.73 | 2.900 | 5.412 | .014 | 1 > 2, 3, 4 > 5, 6 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 63.40 | 25.92 | | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 58.92 | 21.76 | | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 61.10 | 22.23 | | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 57.62 | 22.57 | | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 54.89 | 23.84 | | | | |

Tablo 8'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaçınmacı bağlanma ($F_{(5.412)}$ = .601, $p > .05$) düzeylerinin yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak kaygılı bağlanma ($F_{(5.412)}$ = 2.900, $p < .05$) düzeylerinin yaş açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bonferroni testi sonucunda genç yaşlardaki bireylerin kaygılı bağlanma düzeyinin daha ileri yaşlarda olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, eğitim düzeyi değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 9'da yer almaktadır.

**Tablo 9. Bağlanma Stillerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Eğitim Düzeyi | | n | ort. | ss | F | sd | p | Dunnet T3 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | İlköğretim | 34 | 52.00 | 19.21 | 1.118 | 3.414 | .342 | |
| | Lise | 100 | 49.63 | 20.38 | | | | |
| | Lisans | 208 | 53.08 | 20.21 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | 48.74 | 23.41 | | | | |
| Kaygılı Bağlanma | İlköğretim | 34 | 61.91 | 21.62 | 3.771 | 3.414 | .011 | 1, 3 > 4 |
| | Lise | 100 | 57.46 | 23.48 | | | | |
| | Lisans | 208 | 64.46 | 23.75 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | 55.37 | 22.85 | | | | |

Tablo 9'da verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaçınmacı bağlanma ($F_{(3.414)}$ = 1.118, $p > .05$) düzeylerinin eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak kaygılı bağlanma ($F_{(3.414)}$ = 3.771, $p < .05$) düzeylerinin eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Dunnet T3 testi sonucunda ilköğretim mezunu ve lisans mezunu bireylerin kaygılı bağlanma düzeyinin lisans mezunu olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, çalışma durumu değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 10'da yer almaktadır.

**Tablo 10. Bağlanma Stillerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Çalışma Durumu | | n | ort. | ss | T | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | Çalışmıyor | 131 | 48.17 | 19.10 | -2.139 | 416 | .033 |
| | Çalışıyor | 287 | 52.84 | 21.40 | | | |
| Kaygılı Bağlanma | Çalışmıyor | 131 | 60.01 | 24.50 | -.536 | 416 | .592 |
| | Çalışıyor | 287 | 61.34 | 23.20 | | | |

Tablo 10'da verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaygılı bağlanma ($t_{(416)}$ = -.536, $p > .05$) düzeylerinin çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak kaçınmacı bağlanma ($t_{(416)}$ = -2.139, $p < .05$) düzeylerinin çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ortalamalara göre çalışan bireylerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin, çalışmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, aylık gelir değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 11'de yer almaktadır.

**Tablo 11. Bağlanma Stillerinin Aylık Gelir Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Aylık Gelir | | n | ort. | ss | F | Sd | p | Bonferroni |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | 1001-2000 TL | 57 | 55.39 | 19.59 | 1.868 | 5.412 | .099 | |
| | 2001-4000 TL | 115 | 53.52 | 20.10 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 51.49 | 22.28 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | 46.86 | 21.44 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 49.13 | 19.47 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 45.00 | 18.22 | | | | |
| Kaygılı Bağlanma | 1001-2000 TL | 57 | 70.04 | 24.06 | 3.931 | 5.412 | .002 | 1 > 2 > 3, 4 > 5, 6 |
| | 2001-4000 TL | 115 | 64.34 | 24.58 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 58.53 | 22.53 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | 58.67 | 23.64 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 54.63 | 19.10 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 53.39 | 22.43 | | | | |

Tablo 11'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaçınmacı bağlanma ($F_{(5.412)}$ = 1.868, $p > .05$) düzeylerinin aylık gelir açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak kaygılı bağlanma ($F_{(5.412)}$ = 3.931, $p < .01$) düzeylerinin aylık gelir açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bonferroni testi sonucunda gelir düzeyi düşük olan bireylerin kaygılı bağlanma düzeyinin gelir düzeyi daha yüksek olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, evlilik süresi değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 12'de yer almaktadır.

**Tablo 12. Bağlanma Stillerinin Evlilik Süresi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Evlilik Süresi | | n | ort. | ss | F | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | 4 Yıl ve Altında | 164 | 51.82 | 20.91 | 1.854 | 4.413 | .118 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 51.67 | 19.62 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 55.78 | 21.22 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | 45.56 | 22.86 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 48.11 | 19.61 | | | |
| Kaygılı Bağlanma | 4 Yıl ve Altında | 164 | 63.37 | 24.45 | 2.117 | 4.413 | .078 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 62.95 | 22.61 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 59.62 | 21.67 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | 55.10 | 24.39 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 54.74 | 23.35 | | | |

Tablo 12'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaçınmacı bağlanma ($F_{(4.413)}$ = 1.854, $p > .05$) ve kaygılı bağlanma ($F_{(4.413)}$ = 2.117, $p > .05$) düzeylerinin evlilik süresi açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, eşle tanışma biçimi değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 13'de yer almaktadır.

**Tablo 13. Bağlanma Stillerinin Eşle Tanışma Biçimi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Eşle Tanışma Biçimi | | N | ort. | Ss | t | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 52.80 | 21.25 | .856 | 416 | .392 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 50.84 | 20.63 | | | |
| Kaygılı Bağlanma | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 62.59 | 22.39 | .883 | 416 | .378 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 60.30 | 24.04 | | | |

Tablo 13'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaçınmacı bağlanma ($t_{(416)}$ = .856, $p > .05$) ve kaygılı bağlanma ($t_{(416)}$ = .883, $p > .05$) düzeylerinin eşle tanışma biçimi açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ölçeğinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, çocuk sahibi olma durumu değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 14'de yer almaktadır.

**Tablo 14. Bağlanma Stillerinin Çocuk Sahibi Olma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Çocuk Sahibi Olma Durumu | | n | ort. | ss | T | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Kaçınmacı Bağlanma | Evet | 290 | 50.68 | 20.57 | -1.035 | 416 | .301 |
| | Hayır | 128 | 52.96 | 21.29 | | | |
| Kaygılı Bağlanma | Evet | 290 | 58.97 | 22.39 | -2.566 | 416 | .011 |
| | Hayır | 128 | 65.35 | 25.66 | | | |

Tablo 14'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin kaçınmacı bağlanma ($t_{(416)}$ = -1.035, $p > .05$) düzeylerinin çocuk sahibi olma durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak kaygılı bağlanma ($t_{(416)}$ = -2.566, $p < .05$) düzeylerinin çocuk sahibi olma durumu açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ortalamalara göre çocuk sahibi olmayan bireylerin kaygılı bağlanma düzeylerinin, çocuk sahibi olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

### 4.3. Beck Depresyon Envanteri ve Alt Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 15'de yer almaktadır.

**Tablo 15. Depresyonun Cinsiyet Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Cinsiyet | | n | ort. | ss | t | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | Kadın | 269 | 9.66 | 7.51 | .745 | 416 | .457 |
| | Erkek | 149 | 9.08 | 7.74 | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | Kadın | 269 | 2.73 | 2.43 | -.346 | 416 | .730 |
| | Erkek | 149 | 2.82 | 2.76 | | | |
| Somatik Belirtiler | Kadın | 269 | 3.37 | 2.86 | 2.016 | 416 | .044 |
| | Erkek | 149 | 2.80 | 2.65 | | | |
| Umutsuzluk | Kadın | 269 | 2.47 | 2.74 | .761 | 416 | .447 |
| | Erkek | 149 | 2.26 | 2.65 | | | |
| Fiziksel Belirtiler | Kadın | 269 | 1.09 | 1.68 | -.671 | 416 | .503 |
| | Erkek | 149 | 1.20 | 1.71 | | | |

Tablo 15'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin depresyon ($t_{(416)}$ = .745, $p > .05$), suçluluk ve olumsuz duygular ($t_{(416)}$ = -.346, $p > .05$), umutsuzluk ($t_{(416)}$ = .761, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($t_{(416)}$ = -.671, $p > .05$) düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak somatik belirtiler ($t_{(416)}$ = 2.016, $p < .05$) düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ortalamalara göre evli kadınların somatik belirtiler düzeylerinin, evli erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, yaş değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 16'da yer almaktadır.

**Tablo 16. Depresyonun Yaş Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Yaş | | n | ort. | ss | F | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | 18-23 Yaş | 30 | 9.67 | 9.22 | .708 | 5.412 | .618 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 9.51 | 7.76 | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 9.11 | 7.35 | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 10.14 | 7.63 | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 10.15 | 7.87 | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 7.77 | 6.03 | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | 18-23 Yaş | 30 | 2.73 | 2.86 | .998 | 5.412 | .419 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 2.72 | 2.59 | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 2.87 | 2.45 | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 2.62 | 2.47 | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 3.32 | 2.95 | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 2.23 | 2.03 | | | |
| Somatik Belirtiler | 18-23 Yaş | 30 | 3.17 | 3.29 | 1.243 | 5.412 | .288 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 3.17 | 2.73 | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 3.11 | 2.74 | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 3.70 | 3.06 | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 3.00 | 2.54 | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 2.45 | 2.39 | | | |
| Umutsuzluk | 18-23 Yaş | 30 | 2.87 | 2.98 | .878 | 5.412 | .496 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 2.55 | 3.07 | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 2.11 | 2.39 | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 2.44 | 2.54 | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 2.70 | 2.94 | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 1.93 | 2.30 | | | |
| Fiziksel Belirtiler | 18-23 Yaş | 30 | .90 | 1.35 | .613 | 5.412 | .690 |
| | 24-29 Yaş | 103 | 1.07 | 1.74 | | | |
| | 30-34 Yaş | 102 | 1.02 | 1.77 | | | |
| | 35-39 Yaş | 86 | 1.38 | 1.85 | | | |
| | 40-44 Yaş | 53 | 1.13 | 1.53 | | | |
| | 45 Yaş ve Üzeri | 44 | 1.16 | 1.43 | | | |

Tablo 16'da verilen sonuçlara göre; evli bireylerin depresyon ($F_{(5.412)}$ = .708, $p > .05$), suçluluk ve olumsuz duygular ($F_{(5.412)}$ = .998, $p > .05$), somatik belirtiler ($F_{(5.412)}$ = 1.243, $p > .05$), umutsuzluk ($F_{(5.412)}$ = .878, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($F_{(5.412)}$ = .613, $p > .05$) düzeylerinin yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, eğitim düzeyi değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 17'de yer almaktadır.

**Tablo 17. Depresyonun Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Eğitim Düzeyi | | N | ort. | ss | F | sd | p | Dunnet T3 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | İlköğretim | 34 | 11.41 | 8.59 | 3.378 | 3.414 | .018 | 1 > 2, 3 > 4 |
| | Lise | 100 | 10.31 | 7.47 | | | | |
| | Lisans | 208 | 9.52 | 7.60 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | 7.25 | 6.86 | | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | İlköğretim | 34 | 3.15 | 3.13 | 1.049 | 3.414 | .371 | |
| | Lise | 100 | 2.93 | 2.48 | | | | |
| | Lisans | 208 | 2.76 | 2.53 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | 2.36 | 2.39 | | | | |
| Somatik Belirtiler | İlköğretim | 34 | 3.35 | 3.14 | 1.854 | 3.414 | .137 | |
| | Lise | 100 | 3.34 | 2.71 | | | | |
| | Lisans | 208 | 3.30 | 2.83 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | 2.49 | 2.59 | | | | |
| Umutsuzluk | İlköğretim | 34 | 3.29 | 2.94 | 4.009 | 3.414 | .008 | 1 > 2, 3 > 4 |
| | Lise | 100 | 2.73 | 2.92 | | | | |
| | Lisans | 208 | 2.38 | 2.64 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | 1.61 | 2.29 | | | | |
| Fiziksel Belirtiler | İlköğretim | 34 | 1.62 | 1.63 | 2.365 | 3.414 | .071 | |
| | Lise | 100 | 1.31 | 1.69 | | | | |
| | Lisans | 208 | 1.08 | 1.77 | | | | |
| | Lisansüstü | 76 | .80 | 1.40 | | | | |

Tablo 17'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin suçluluk ve olumsuz duygular ($F_{(3.414)}$ = 1.049, $p > .05$), somatik belirtiler ($F_{(3.414)}$ = 1.854, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($F_{(3.414)}$ = 2.365, $p > .05$) düzeylerinin eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak depresyon ($F_{(3.414)}$ = 3.378, $p < .05$) ve umutsuzluk ($F_{(3.414)}$ = 4.009, $p < .01$) düzeylerinin eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Dunnet T3 testi sonucunda ilköğretim mezunu bireylerin depresyon ve umutsuzluk düzeyinin eğitim durumu lise ve üzeri olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak lise mezunu ve lisans mezunu bireylerin depresyon ve

umutsuzluk düzeyinin lisansüstü mezunu olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, çalışma durumu değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 18'de yer almaktadır.

**Tablo 18. Depresyonun Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Çalışma Durumu | | n | ort. | ss | t | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | Çalışmıyor | 131 | 9.98 | 7.74 | .955 | 416 | .340 |
| | Çalışıyor | 287 | 9.21 | 7.52 | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | Çalışmıyor | 131 | 2.82 | 2.41 | .303 | 416 | .762 |
| | Çalışıyor | 287 | 2.74 | 2.61 | | | |
| Somatik Belirtiler | Çalışmıyor | 131 | 3.61 | 3.01 | 2.201 | 416 | .028 |
| | Çalışıyor | 287 | 2.97 | 2.67 | | | |
| Umutsuzluk | Çalışmıyor | 131 | 2.69 | 2.96 | 1.482 | 416 | .139 |
| | Çalışıyor | 287 | 2.26 | 2.57 | | | |
| Fiziksel Belirtiler | Çalışmıyor | 131 | .86 | 1.36 | -2.170 | 416 | .031 |
| | Çalışıyor | 287 | 1.25 | 1.81 | | | |

Tablo 18'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin depresyon ($t_{(416)}$ = .955, $p > .05$), suçluluk ve olumsuz duygular ($t_{(416)}$ = .303, $p > .05$) ve umutsuzluk ($t_{(416)}$ = 1.482, $p > .05$) düzeylerinin çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak somatik belirtiler ($t_{(416)}$ = 2.201, $p < .05$) ve fiziksel belirtiler ($t_{(416)}$ = -2.170, $p < .05$) düzeylerinin çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ortalamalara göre çalışmayan bireylerin somatik belirtiler düzeyinin çalışan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak çalışan bireylerin fiziksel belirtiler düzeyinin çalışmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, aylık gelir değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 19'da yer almaktadır.

**Tablo 19. Depresyonun Aylık Gelir Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Aylık Gelir | | N | ort. | ss | F | sd | p | Bonferroni |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | 1001-2000 TL | 57 | 12.51 | 8.22 | 3.292 | 5.412 | .006 | 1 > 2 > 3, 4, 5 > 6 |
| | 2001-4000 TL | 115 | 9.98 | 7.84 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 8.82 | 7.36 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | 8.81 | 7.93 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 8.87 | 7.04 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 6.85 | 5.48 | | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | 1001-2000 TL | 57 | 3.82 | 2.77 | 3.462 | 5.412 | .004 | 1 > 2, 3, 4, 5 > 6 |
| | 2001-4000 TL | 115 | 2.65 | 2.71 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 2.54 | 2.43 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | 2.67 | 2.43 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 3.37 | 2.20 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 1.98 | 2.07 | | | | |
| Somatik Belirtiler | 1001-2000 TL | 57 | 3.96 | 3.06 | 1.835 | 5.412 | .105 | |
| | 2001-4000 TL | 115 | 3.37 | 2.82 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 3.04 | 2.75 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | 2.89 | 2.94 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 2.73 | 2.73 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 2.49 | 2.20 | | | | |
| Umutsuzluk | 1001-2000 TL | 57 | 3.63 | 3.08 | 3.839 | 5.412 | .002 | 1 > 2, 3, 4 > 5, 6 |
| | 2001-4000 TL | 115 | 2.48 | 2.76 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 2.21 | 2.61 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | 2.44 | 2.69 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 1.70 | 2.65 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | 1.56 | 1.72 | | | | |
| Fiziksel Belirtiler | 1001-2000 TL | 57 | 1.09 | 1.53 | 1.616 | 5.412 | .155 | |
| | 2001-4000 TL | 115 | 1.48 | 1.93 | | | | |
| | 4001-6000 TL | 139 | 1.04 | 1.73 | | | | |
| | 6001-8000 TL | 36 | .81 | 1.53 | | | | |
| | 8001-10000 TL | 30 | 1.07 | 1.34 | | | | |
| | 10000 TL ve Üzeri | 41 | .83 | 1.28 | | | | |

Tablo 19'da verilen sonuçlara göre; evli bireylerin somatik belirtiler ($F_{(5.412)}$ = 1.835, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($F_{(5.412)}$ = 1.616, $p > .05$) düzeylerinin aylık gelir açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ancak depresyon ($F_{(5.412)}$ = 3.292, $p < .01$), suçluluk ve olumsuz duygular ($F_{(5.412)}$ = 3.462, $p < .01$) ve umutsuzluk ($F_{(5.412)}$ = 3.839, $p < .01$) düzeylerinin aylık gelir açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Bonferroni testi sonucunda gelir düzeyi düşük olan bireylerin depresyon, suçluluk ve olumsuz duygular ve umutsuzluk düzeyinin gelir düzeyi daha yüksek olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, evlilik süresi değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 20'de yer almaktadır.

**Tablo 20. Depresyonun Evlilik Süresi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Evlilik Süresi | | n | ort. | ss | F | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | 4 Yıl ve Altında | 164 | 10.03 | 8.38 | 1.081 | 4.413 | .366 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 9.17 | 7.22 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 9.74 | 6.93 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | 9.61 | 8.28 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 7.48 | 5.22 | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | 4 Yıl ve Altında | 164 | 2.93 | 2.68 | 1.420 | 4.413 | .227 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 2.61 | 2.40 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 3.12 | 2.83 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | 2.66 | 2.39 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 2.09 | 2.01 | | | |
| Somatik Belirtiler | 4 Yıl ve Altında | 164 | 3.39 | 2.85 | 1.171 | 4.413 | .323 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 3.11 | 2.87 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 3.23 | 2.74 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | 3.20 | 3.03 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 2.39 | 2.19 | | | |
| Umutsuzluk | 4 Yıl ve Altında | 164 | 2.66 | 3.03 | 1.718 | 4.413 | .145 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 2.36 | 2.70 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 1.98 | 2.07 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | 2.83 | 3.02 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 1.74 | 1.67 | | | |
| Fiziksel Belirtiler | 4 Yıl ve Altında | 164 | 1.05 | 1.70 | .727 | 4.413 | .574 |
| | 5-9 Yıl | 102 | 1.09 | 1.82 | | | |
| | 10-14 Yıl | 65 | 1.40 | 1.79 | | | |
| | 15-19 Yıl | 41 | .93 | 1.31 | | | |
| | 20 Yıl ve Üzeri | 46 | 1.26 | 1.50 | | | |

Tablo 20'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin depresyon ($F_{(4.413)}$ = 1.081, $p > .05$), suçluluk ve olumsuz duygular ($F_{(4.413)}$ = 1.420, $p > .05$), somatik belirtiler ($F_{(4.413)}$ = 1.171, $p > .05$), umutsuzluk ($F_{(4.413)}$ = 1.718, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($F_{(4.413)}$ = .727, $p > .05$) düzeylerinin evlilik süresi açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, eşle tanışma biçimi değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 21'de yer almaktadır.

**Tablo 21. Depresyonun Eşle Tanışma Biçimi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Eşle Tanışma Biçimi | | n | ort. | ss | t | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 9.61 | 7.37 | .267 | 416 | .790 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 9.39 | 7.68 | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 2.75 | 2.63 | -.074 | 416 | .941 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 2.77 | 2.52 | | | |
| Somatik Belirtiler | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 3.31 | 2.70 | .625 | 416 | .532 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 3.12 | 2.83 | | | |
| Umutsuzluk | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 2.51 | 2.77 | .516 | 416 | .606 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 2.36 | 2.68 | | | |
| Fiziksel Belirtiler | Görücü Usulü-İsteyerek | 114 | 1.05 | 1.57 | -.549 | 416 | .583 |
| | Severek-Flört Ederek | 304 | 1.15 | 1.73 | | | |

Tablo 21'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin depresyon ($t_{(416)}$ = .267, $p > .05$), suçluluk ve olumsuz duygular ($t_{(416)}$ = -.074, $p > .05$), somatik belirtiler ($t_{(416)}$ = .625, $p > .05$), umutsuzluk ($t_{(416)}$ = .516, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($t_{(416)}$ = -.549, $p > .05$) düzeylerinin eşle tanışma biçimi açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Evli bireylerin katılım gösterdikleri Beck Depresyon Envanterinden ve alt boyutlarından elde edilen puanların ortalama değerlerinin, çocuk sahibi olma durumu değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesine yönelik yapılan Bağımsız Örneklem T-Testi sonuçları Tablo 22'de yer almaktadır.

**Tablo 22. Depresyonun Çocuk Sahibi Olma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular**

| Çocuk Sahibi Olma Durumu | | n | ort. | ss | t | sd | P |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Depresyon | Evet | 290 | 9.53 | 7.35 | .320 | 416 | .749 |
| | Hayır | 128 | 9.27 | 8.14 | | | |
| Suçluluk ve Olumsuz Duygular | Evet | 290 | 2.75 | 2.55 | -.151 | 416 | .880 |
| | Hayır | 128 | 2.79 | 2.55 | | | |
| Somatik Belirtiler | Evet | 290 | 3.24 | 2.73 | .852 | 416 | .395 |
| | Hayır | 128 | 2.99 | 2.95 | | | |
| Umutsuzluk | Evet | 290 | 2.38 | 2.56 | -.242 | 416 | .809 |
| | Hayır | 128 | 2.45 | 3.02 | | | |
| Fiziksel Belirtiler | Evet | 290 | 1.16 | 1.69 | .642 | 416 | .521 |
| | Hayır | 128 | 1.05 | 1.70 | | | |

Tablo 22'de verilen sonuçlara göre; evli bireylerin depresyon ($t_{(416)}$ = .320, $p > .05$), suçluluk ve olumsuz duygular ($t_{(416)}$ = -.151, $p > .05$), somatik belirtiler ($t_{(416)}$ = .852, $p > .05$), umutsuzluk ($t_{(416)}$ = -.242, $p > .05$) ve fiziksel belirtiler ($t_{(416)}$ = .642, $p > .05$) düzeylerinin çocuk sahibi olma durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

# 5. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Beşinci bölüm üç alt bölüm halinde ele alınmaktadır. Tartışma bölümünde, araştırmayla elde edilen sonuçlar literatürdeki diğer araştırma sonuçlarıyla karşılaştırılarak benzer ve farklı yönleriyle ele alınmıştır. İkinci alt bölüm olan sonuç bölümünde ise araştırmada ulaşılan sonuçlar maddeler halinde sıralanmıştır. Önerilerin yer aldığı üçüncü alt bölümde araştırma bulgularına dayalı olarak ortaya konulan sonuçlar, bilimsel araştırmalar kapsamında yapılacak olan sonraki çalışmalar ve uygulamalar için çözüme yönelik önerilerin sunulduğu bölümdür.

## 5.1. Tartışma

Bu bölümde araştırmadan ulaşılan bulgular, alanda yapılmış diğer araştırma sonuçlarıyla karşılaştırılarak verilmiştir.

**Evli bireylerin bağlanma stilleri ile depresyona girme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Evli bireylerin depresyon düzeyleri ile kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bağlanma stilleri ve depresyona girme düzeyiyle ilgili yapılan çalışmalarda kaçıngan bağlanma stiline yönelik belirgin sonuçlar elde edilememiş olsa da bazı çalışmalarda pozitif ilişki tespit edilmiştir. Scott ve Cordova (2002) yapmış olduğu çalışmada kaygılı-kaçınan yetişkinlerin ilişkilerinin stresli dönemlerinde kendileriyle ilgili olarak sevinebilirlik değerlendirmesi yaparak depresif durumlar yaratmakta olduklarını ortaya koymuştur. Mikulincer ve Shaver (2007) çalışmasında kaçıngan bağlanma gerçekleştiren bireylerin kendileriyle ilgili mükemmeliyetçilik ve yalnızlık gibi konularda depresif semptomlar gösterdiklerini belirlemiştir. Pielage, Luteijn ve Arrindell (2005) çalışmasında romantik ilişkilerde bağlanma stillerini değerlendirmiş ve sonucunda güvenli bağlanan çiftlerde depresif ilişkilerin negatif yönde olduğunu; güvensiz bağlananlarda ise pozitif bir ilişkiye rastlandığını belirtmiştir. Elli (2010) çalışmasında kaçınmacı bağlanma ile depresyon arasında ilişki bulunduğunu tespit etmiştir. Taycan ve Kuruoğlu, (2014) da çalışmasında benzer sonuçlara ulaşarak güvensiz bağlanan bireylerde depresif eğilimlerin olduğunu ve güvenli bağlanma gerçekleştiren çiftlere kıyasla daha az memnun olup daha az güven

duygusuna sahip oldukları belirlenmiştir. Bu çalışmalarda elde edilen sonuçlarla araştırma sonuçları benzerlik göstermektedir.

**Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında bağımsız grup t testi sonucuna göre anlamlı yönde değişme olmadığı saptanmıştır. Kahveci (2016) yapmış olduğu çalışmada evlilikte depresyon düzeyi puanlarının cinsiyete göre herhangi bir farklılık oluşturmadığını tespit etmiştir. Bu sonuç araştırma sonucuyla benzerdir ve araştırma sonucunu desteklemektedir. Demirel (2018), yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisini incelediği çalışmasında yetişkin bağlanmalarında depresyona girme düzeyinde cinsiyet değişkeninin anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu yönüyle elde edilen sonuç, çalışmanın sonucunu desteklemektedir. Şendil ve Korkut (2008), tarafından yapılan çalışmada evlilikte görülen depresyon düzeyleri ile kadın ve erkek eşler arasında anlamlı düzeyde farklılaşma oluşturmadığı görülmüştür. Çetin (2010), Kuyumcu (2005), Güven (2005), Çınar (2008) yaptıkları çalışmada evlilikte doyumun cinsiyete göre farklılık oluşturmadığını tespit etmişlerdir. Çalışmaların sonuçlarıyla araştırmanın sonucu örtüşmektedir.

Irmak (2017) yapmış olduğu çalışmada t testi analiz sonuçlarında evli bireylerde depresyon üzerinde cinsiyet değişkeninin anlamlı yönde değişikliğe neden olduğunu belirlemiştir. Depresyon ölçeğinde kadınların puan ortalamaları erkeklerinkinden daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Bu sonuç araştırma sonucuyla benzeşmemektedir. Özşirin (2019) çalışmasında 100 erkek 100 kadın katılımcının depresyon düzeylerini bağımsız t testi ile karşılaştırmış ve farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Buna göre depresyon düzeyi cinsiyet değişkenine göre farklılık ortaya koymuştur. Bu çalışmanın sonucu, araştırma sonucuyla benzer değildir. Şendil ve Kızıldağ (2003) çalışmasında evlilikte depresyon düzeyinin cinsiyete göre değiştiğini tespit etmiş olup kadınların puan ortalamalarının erkeklerden yüksek olduğu sonucu bildirilmiştir. Uğuz ve arkadaşları (2006) tarafından yapılan çalışmada da kadınların hormonal yapılarının erkeklere göre daha farklı olduğu ve ruhsal belirtilere erkeklere göre daha yatkın oldukları

belirlenmiş olup cinsiyet faktörünün depresyon üzerinde anlamlı ilişki oluşturduğu saptanmıştır. Çalışmalardan elde edilen sonuçlarla araştırma sonucu farklıdır.

Evli bireylerde depresyona girme düzeyinin bazı araştırmalarda farklılık oluştururken bazıların da değişikliğe yol açmadığı saptanmıştır. Evlilikte depresyon düzeyi üzerinde cinsiyet değişkeninin etkisini belirlemeye yönelik daha fazla çalışmanın yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Depresyon düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek ve alana ışık tutmak adına demografik veri olarak cinsiyet değişkenin incelenmesi gerekmektedir.

**Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile çocuk sahibi olma durumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Evli bireylerden oluşan katılımcıların depresyona girme düzeyleri ile çocuk sahibi olma durumu arasında anlamlı bir ilişkinin bulunup bulunmadığının belirlenebilmesi için yapılan bağımsız grup t testi sonuçlarında Beck Depresyon Ölçeğinin tüm alt boyutlarında çocuk sahibi olma değişkeninin depresyon üzerinde anlamlı ilişkiye yol açmadığı tespit edilmiştir. Demirel (2018) depresyon ile çocuk sahibi olma durumu arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda istatistiksel olarak bir farklılığa rastlanmadığını belirtmiştir. Evli çocuklu çiftlerde depresyona girme düzeyi puan ortalamalarında anlamlı düzeyde farklılık olmadığı belirlenmiştir (Özşirin, 2019). Kahveci (2016) yaptığı çalışmada çocuk sahibi olma durumu değişkeninin depresyon üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Diğer bir ifadeyle evli bireylerde depresyona girme düzeyi ile çocuk sahibi olma değişkeni arasında anlamlılık saptanmamıştır. Yüksel (2013) çalışmasında da benzer bir sonuca ulaşılarak çocuk sahibi olma durumunun evli bireylerde depresyona girme düzeyini etkilemediğini ortaya koymuştur. Bu çalışmalarda elde edilen sonuçlar, araştırma sonucunu destekler niteliktedir.

Koçyiğit (2012) çalışmasında çocuk sahibi olma durumu değişkeninin depresyon üzerinde anlamlı şekilde değişikliğe yol açtığını saptamıştır. Çocuk sahibi olamayan eşlerin depresyona yatkınlığını belirlemiştir. Demiray (2006) çocuk sahibi olma durumunun eşlere yeni sorumluluklar yükleyeceği, yeni düzenlemelere ihtiyaç duyulacağı, özgürlüklerin kısıtlanacağı gibi düşünlerin eşleri olumsuz ruh haline sevk

ettiğini belirterek depresyon düzeyini artıracağını vurgulamıştır. Aktaş (2009) çalışmasında eşlerin çocuk sahibi olma durumlarına aynı şekilde yaklaşmıştır. Feeney (1994) ailenin çocuk sahibi olmasının evlilik ilişkisini olumsuz etkilediğini belirterek kadınların bu ilişkide problem yaşadığını ortaya koymuştur. Aynı şekilde Twenge, Campbell ve Foster (2003), Hetherington, (1999), Juang ve Tucker (1991), yaptıkları çalışmada çocuk sahibi olma durumunun evlilik uyumundaki puanları düşürdüğü, sorunlara neden olarak evlilikte depresyona girme düzeyini artırdığını belirtmişlerdir. Bu çalışmaların sonuçlarıyla araştırma sonucu farklıdır ve sonuçlar, araştırma sonucunu destekler özellikte değildir.

**Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Eğitim durumu değişkenine göre Beck Depresyon Ölçeği ve alt boyutları puanları arasındaki farkın anlamlılığını belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmış ve sonucunda ilköğretim mezunu bireylerin depresyon ve umutsuzluk düzeyinin eğitim durumu lise ve üzeri olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak lise mezunu ve lisans mezunu bireylerin depresyon ve umutsuzluk düzeyinin lisansüstü mezunu olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Evli bireylerin depresyona girme düzeylerinde eğitim düzeyi değişkeninin anlamlı bir değişikliğe yol açmadığı görülmüştür. Kapucı (2014) çalışmasında evli bireylerin eğitim durumunun eşlerin birbirlerine karşı duyguları üzerinde etkili olmadığını belirlemiş olup dolayısıyla da depresyona girme düzeyine etkili olmayacağını bildirmiştir. Bu çalışmanın sonucu araştırma sonucunu desteklemektedir.

Irmak (2017) çalışmasında eğitim durumu değişkeninin depresyona girme düzeyini belirlemek için ANOVA analizi yapmış ve bu analiz sonrasında eğitim durumuna göre depresyon düzeyinin farklılaştığını tespit etmiştir. Demirel (2018) çalışmasında eğitim seviyesinin depresyona girme düzeyi üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğu belirlenmiştir. Kahveci (2016) çalışmasında eğitim durumunun depresyona girme düzeyi üzerinde önemli bir değişken olduğu sonucuna varmıştır. Kurdek (1999), Çağ ve Yıldırım (2013), yaptıkları çalışmalarda eşlerin eğitim seviyesi arttıkça sorunların daha fazla yaşandığını ve bu durumun da depresyon üzerinde etkili olduğunu bildirmişlerdir. Çağ ve

Yıldırım'ın yürütmüş olduğu çalışmada eğitim düzeyinin yükselmesinin evlilik doyumunu düşürdüğü ve dolayısıyla olumsuz duyguların artarak depresyon yaşama sıklığını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Üncü (2007) tarafından yapılan çalışmada da lise mezunu çiftlerin ilkokul mezunu çiftlere kıyasla da daha az sorun yaşadıkları ve depresiften uzak oldukları belirlenmiştir. Yapılan çalışmaların sonuçlarıyla araştırma sonucu örtüşmemektedir. Ayrıca yapılan çalışmaların sonuçları birbiriyle kıyaslandığında bir tutarsızlık dikkat çekmektedir.

Yapılan çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde tutarlı sonuçların elde edilmediği anlaşılmaktadır. Alana yönelik belirleyici sonuçların elde edilmesi için evli bireylerde depresyona girme düzeyi üzerinde eğitim durumu değişkeninin incelendiği araştırma sayısının artırılması gerekmektedir.

Evli bireylerin depresyona girme düzeyi üzerinde evli kalınan sürenin anlamlı bir değişiklik oluşturup oluşturmadığıyla ilgili tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları değerlendirildiğinde Beck Depresyon Ölçeğinin tüm alt boyutlarında aritmetik ortalamalardaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı anlaşılmaktadır. Kahveci (2016) yapmış olduğu araştırmada evlilik süresinin depresyona girme düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmanın sonuçları araştırma sonucunu desteklemektedir.

Bowman (1990) yapmış olduğu çalışmada evlilik süresinin çatışma üzerinde etkili olduğunu belirterek ilk iki yıldan sonra çatışmanın azaldığını ifade etmiştir. Evliliğin ilk yıllarında depresyona girme düzeyinin daha fazla olacağı sonucu anlaşılmaktadır. Çelik (2006) araştırması da Bowman'ın çalışma sonucunu destekler niteliktedir. Çimen (2007) araştırmada evlilik süresinin uzamasının çatışmayı ve depresif hareketleri azalttığını tespit etmiştir (Çelik, 2006). Şendil ve Kızıldağ (2003) çalışmasında evlilik süresi arttıkça çatışmanın da arttığını belirtmektedir. Bu çalışma diğer çalışma sonuçlarıyla örtüşmediği gibi araştırmamızın sonucunu da desteklememektedir.

**Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile evlenme biçimleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Evlilik şekli değişkenine göre Beck Depresyon Ölçeğinin tüm alt boyutları için puan farkının anlamlılığını belirlemek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçlarına göre grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Kahveci (2016) çalışmasında evlenme şeklinin depresyona girme düzeyini değiştirmediğini belirlemiştir. Bu sonuca göre eşlerin evlenme şeklinin depresyon gelişimi için belirleyici bir etken olmadığı ifade edilebilir. Bu araştırmanın sonucu çalışmanın sonucunu desteklemektedir. Acar (1998), Turan (1997), Çelik (2006) yaptıkları çalışmalarda evlenme şeklinin evlilikteki doyum üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmalarda evlilik doyumu sağlanamadığında çatışmaların kaçınılmaz olacağı ve bu durumunda eşlerin depresyona girme düzeylerini etkileyebileceği ifade edilebilir. Dolayısıyla Acar (1998), Turan (1997), Çelik (2006) evli bireylerin depresyona girme düzeylerinde evlenme şekillerinin etkili olmadığını tespit etmişlerdir denilebilir. Bu çalışmalarda ulaşılan sonuçlar araştırma sonucunu desteklemektedir. Demiray (2006) çalışmasında da evlilik uyumu ile evlenme biçimi arasında ilişki saptanamadığı bildirilmiştir. Bu çalışma sonucu da araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Irmak (2017) yapmış olduğu çalışmada evlenme karar şeklinin depresyona girme düzeyini etkilemediğini tespit etmiştir. ANOVA analizi sonuçlarına göre evlenme karar şekline göre depresyon ölçeği farklılaşmamaktadır. Bu çalışmaların sonuçları araştırma sonucunu desteklemektedir.

Evlenme şeklinin evli bireylerin depresyona girme düzeyleri üzerinde etkili olabileceğini ifade eden Singh ve ark. (2009) görücü usulü ile evlenen bireylerin arasında uyum probleminin daha fazla olacağını ve buna bağlı olarak cinsel sorunların yaşanabileceğini belirtmiştir. Hortasçu (2012) araştırmasında evlilik şekilleriyle çatışma düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve görücü usulü ile yapılan evlenmelerde güvensiz bağlanmaların ve çatışmaların daha fazla yaşandığını belirlemiştir. Bu çalışmaya göre Hortasçu (2012) evliliklerde ilişki doyumu görücü usulü ile evlenen bireylerin depresyona girme riskinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Kanburoğlu (2019) çalışmasında evlenme biçiminin depresyon düzeyi arasında ilişki olduğunu belirterek, görücü usulü ile evlenen

kişilerin depresyon düzeyini yüksek bulunmuştur. Dolayısıyla bu araştırmalardan elde edilen sonuçlar, çalışmanın sonucundan farklılık göstermektedir.

Alanda yapılan çalışmalara bakıldığında çalışma sonuçları arasında birtakım tutarsızlıkların olduğu dikkat çekmektedir. Bu tutarsızlığın nedeninin örneklem grubunun kültürel özelliğinden kaynakladığı ifade edilebilir.

**Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Evli bireylerin depresyona girme düzeyi ile gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını belirlemek üzere yapılan ANOVA testi sonuçlarına göre gelir değişkenine göre gelir düzeyi düşük olan bireylerin depresyon, suçluluk ve olumsuz duygular ve umutsuzluk düzeyinin gelir düzeyi daha yüksek olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kahveci (2016) çalışmasında elde ettiği sonuçta da sosyo-ekonomik durumla depresyona girme düzeyi arasında anlamlı bir farklılığın olduğu belirlemiştir. Bostancı ve arkadaşları (2005), evli bireylerin gelir düzeyi ve depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığını tespit etmişlerdir. Jenkins ve ark. (2003) ve Bradbury ve ark. (2000) yaptıkları çalışmalarda düşük gelir seviyesi olan evli bireylerin çatışma düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmaların sonuçları araştırma sonucunu desteklemektedir. Irmak (2017) yapmış olduğu çalışmada aylık gelir düzeyinin depresyona girme düzeyi üzerinde farklılık oluşturmadığını saptamıştır. Bu çalışma, araştırma sonucunu desteklememektedir.

Yapılan çalışmaların sonuçlarının evli bireylerde depresyon düzeyine etki eden faktörler yönüyle sosyo-ekonomik değişkeninin etkisini belirleyebilmek için alanda daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

**Evli bireylerin depresyona girme düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Evli bireylerin depresyona girme düzeyi ile Beck Depresyon Ölçeği sıralamalar ortalamalarının yaş değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farkın ölçeğin alt boyutlarının

tamamında istatistiksel olarak değişmediği saptanmıştır. Zetinoğlu (2013) yapmış olduğu çalışmada evlilik doyumunda yaş değişkeninin farklılık oluşturmadığını tespit etmiştir. Irmak (2017) çalışmasında ANOVA analizi sonuçlarında depresyon ölçeğinin yaşa göre anlamlı farklılık oluşturmadığını belirlemiştir. Elde edilen sonuçlarla araştırma sonucu örtüşmektedir. Demiray (2006) çalışmasında evli bireylerin uyumu üzerinde yaş faktörünün etkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Özyurt ve Deveci (2010) çalışmasında yaşı küçük evlenen bireylerin depresyona yatkın oldukları sonucuna ulaşmıştır. Soylu ve Ayaz (2013), Nour (2009), Mikhakail (2002) yapmış olduğu çalışmada erken yaşta evlenen bireylerin depresif bozukluk yaşayacağı sonucunu bildirmiştir. Bu sonuçlar araştırma sonucunu desteklememektedir.

Yaş ile depresyona girme değişkenleri arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmalarda farklı sonuçların ortaya çıkmasında örneklem grubunun yetersiz olması ve örneklemin belli bir kültürden seçilmesi etkili faktör olarak gösterilebilir.

### 5.2. Sonuçlar

Bağlanma stillerinin evlilikte depresyon ile ilişkisinin incelendiği çalışmada şu sonuçlara ulaşılmıştır:

- Evli bireylerin depresyon düzeyleri ile kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin yaşa, eğitim durumuna, gelir düzeyine, evlilik süresine, eşle tanışma biçimine ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ancak cinsiyete ve çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin kaygılı bağlanma düzeylerinin cinsiyete, çalışma durumuna, evlilik süresine ve eşle tanışma biçimine göre anlamlı farklılık göstermediği ancak yaşa, eğitim durumuna, gelir düzeyine ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Bulgulara göre evli erkeklerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin, evli kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgular sonucunda genç yaşlardaki bireylerin kaygılı bağlanma düzeyinin daha ileri yaşlarda olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgular sonucunda ilköğretim mezunu ve lisans mezunu bireylerin kaygılı bağlanma düzeyinin lisans mezunu olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgulara göre çalışan bireylerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin, çalışmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgular sonucunda gelir düzeyi düşük olan bireylerin kaygılı bağlanma düzeyinin gelir düzeyi daha yüksek olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgulara göre çocuk sahibi olmayan bireylerin kaygılı bağlanma düzeylerinin, çocuk sahibi olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin depresyon düzeylerinin cinsiyete, yaşa, çalışma durumuna, evlilik süresine, eşle tanışma biçimine ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ancak eğitim durumuna ve gelir düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin suçluluk ve olumsuz duygular düzeylerinin cinsiyete, yaşa, çalışma durumuna, evlilik süresine, eşle tanışma biçimine, eğitim durumuna ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ancak gelir düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin somatik belirtiler düzeylerinin yaşa, gelir düzeyine, evlilik süresine, eşle tanışma biçimine, eğitim durumuna ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ancak cinsiyete ve çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin umutsuzluk düzeylerinin cinsiyete, yaşa, çalışma durumuna, evlilik süresine, eşle tanışma biçimine ve çocuk sahibi olma durumuna

göre anlamlı farklılık göstermediği ancak eğitim durumuna ve gelir düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Araştırma sonucunda evli bireylerin fiziksel belirtiler düzeylerinin cinsiyete, yaşa, gelir düzeyine, evlilik süresine, eşle tanışma biçimine, eğitim durumuna ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ancak çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

- Bulgulara göre evli kadınların somatik belirtiler düzeylerinin, evli erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgular sonucunda ilköğretim mezunu bireylerin depresyon ve umutsuzluk düzeyinin eğitim durumu lise ve üzeri olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak lise mezunu ve lisans mezunu bireylerin depresyon ve umutsuzluk düzeyinin lisansüstü mezunu olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgulara göre çalışmayan bireylerin somatik belirtiler düzeyinin çalışan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak çalışan bireylerin fiziksel belirtiler düzeyinin çalışmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

- Bulgular sonucunda gelir düzeyi düşük olan bireylerin depresyon, suçluluk ve olumsuz duygular ve umutsuzluk düzeyinin gelir düzeyi daha yüksek olan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

## 5.3.Öneriler

Çalışmada ulaşılan sonuçlar bağlamında alan üzerine yapılacak olan diğer çalışmalar için şu öneriler sunulmaktadır:

- Evli bireylerde depresyona girme düzeyi ile demografik veriler arasında yapılan incelemelerde elde edilen sonuçlarla ilgili daha çıkarımsal ifadeler kurabilmek için evli bireylerde depresyon düzeyinde etkisi incelenen demografik değişkenleri konu alan araştırma sayısının artırılması gerektiği düşünülmektedir.

- Evli bireylerde bağlanma stilinin önemli olduğu ve bağlanmanın gerçekleşme şekliyle evlilikte sorun yaşanıp yaşanmaması arasında ilişkinin bulunduğu literatür taramasında da dikkat çeken bir husustur. Dolayısıyla bireylerin bağlanmalarının evliliklerinde yaşayacakları doyumla ilişkisini ortaya koyan araştırmaların artırılarak doyumu sağlayan belirleyici etkenlerin sonuç olarak yansıtılması gerekmektedir.

- Evli bireylerin evliliklerinde yaşayacakları çatışmalar, doyumsuzluk ve evlilik kalitesinin düşüklüğü gibi durumların psikolojik problemlere yol açacağı birçok araştırmayla ortaya konulmuştur. Bu psikolojik problemlerin bireyleri depresyona sürükleyeceği araştırma sonuçlarıyla belirtilmiştir. Dolayısıyla bireylerin depresyona girme düzeyini en aza indirmek için etken faktörlere yönelik baş etme yollarının da araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir.

- Araştırma sonuçlarının evreni temsil edebilmesi için örneklem kitlesinin genişletilmesi önerilmektedir.

- Evli bireylerde depresyona girme düzeyi üzerinde etkili olan bağlanma stillerinden kuramsalda da bahsedildiği üzere erken dönem bağlanmaların bireylerin hayatında oldukça önemli olduğu açıktır. Dolayısıyla ebeveynlerin ve eğitimcilerin erken dönem bağlanmalarıyla ilgili bilinçlendirilmesi önem taşımaktadır. Çocukların güvenli bağlanma gerçekleştirmeleri yetişkinlik dönemi romantik ilişkilerde olduğu kadar evlilikte de çok büyük bir öneme sahiptir.

- Evli bireyleri depresif yapan etkenler incelenerek evlilikte doyumu sağlayacak, çiftlerin evliliklerini sağlıklı yürütebilmesi için ihtiyaç duyulan becerilerin neler olduğuyla ilgili toplum bilinçlendirme çalışmaları yapılması önerilmektedir.

# KAYNAKÇA


Abalı, O., Onur, M., Gürkan, K., Çelik, Ö. ve Tüzen, Ü. D. (2006). İlköğretim çağı çocuklarındaki davranım bozukluğu semptomlarının sosyo-demografik verilere göre değerlendirilmesi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 19(1), 14-19.

Acar, H. (1998). *Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğüne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ahmed Ramadan A., Rohner Ronald P., Khaleque Abdul, Gıelen Uwe P. (2011). *Parental acceptance and rejection: theory, measures, and research in the arab world*, Eric Document Reproduction Service.

Ainsworth, M. D. S. & Bowlby, J. (1991) . An ethological approach to personality development. *American Psychologist, 46*, 333-341.

Ainsworth, M. D. S. (1969). Individual differences in strange-situational behaviour of one-year-olds. *Determinants of infants behaviour, 4*, 113-136.

Ainsworth, M.D.S., Blehar, M., Walters, E., and Walls, S. (1979). *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*, Hillsdale. NJ. Psychology Press.

Akkaya, C. (2005). Depresyon etiyolojisinde serotonin ve noradrenalin. *Yeni Symposium*, 43(3).

Akkoca, Y. (2009). *Doğum sonrasında anne-bebek bağlanmasını etkileyen faktörler*. Uzmanlık tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Aktaş, S. (2009). *Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alper, Y. (1999). *Bütün yönleriyle depresyon (tanısı, nedenleri, psikodinamiği, tedavisi).* İstanbul: Gendaş Yayıncılık.

Altay, B., Avcı, İ. (2009). Samsun huzurevinde yaşayan yaşların bazı özellikleri ile depresyon riski arasındaki ilişki. *Turkish Journal of Geriartrics, 12*(3), 147-155.

Altun, R. (2015). Dindarlık ve depresyon ilişkisi. *International Journal of Humanities and Education, 1*(1), 15-42.

Arı, M., Bez, Y., Özen, Ş., Özkan, M. (2010). Öfke kontrolünde zorluk yaşayan bir grup üniversite öğrencisinde öfke tepkileri ve psikiyatrik tanıların cinsiyet açısında incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi, 21*(4), 319-330.

Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bakır, B., Güleç, N., Toraman, R., Yavaş, İ., Yılmaz, R. (1997). Tıp fakültesi öğrencilerinde sorun alanları ve sosyo demografik özelliklerin depresif belirtilerin karşılaştırılması. *Düşünen Adam, 10*(1), 5-12.

Balcıoğlu, İ. (1999). Depresyon etyopatogenezi. depresyon, somatizasyon ve psikiyatrik aciller sempozyumu. *Sempozyum Dizisi, 17*, 19-28.

Bartholomew, K. & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal Of Personality And Social Psychology, 61*(2), 226-244.

Bartholomew, K. (1994). Assessment of individual differences in adult attachment. *Psychological Inquiry, 5*(1), 23-67.

Bartholomew, K., Henderson, A. & Dutton, D. (2001). Insecure attachment and abusive intimate relationships. *Adult attachment and couple psychotherapy*, 43-61.

Beck, A. T. & Alford, B. A. (2009). *Depression: causes and treatment*. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.

Beck, A., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). An ınventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry*, 561-571.

Blackburn, I. M. (1996). *Depresyon ve başa çıkma yolları*. İkinci basım. (N. H. Şahin ve R. N. Rugancı, Çev.), İstanbul: Remzi Kitabevi.

Bolat, N., Doğangün, B., Yavuz, M., Demir, T., Kayaalp, L. (2011). Doğuştan tam görme engeli olan ergenlerin, depresyon kaygı düzeyleri ve benlik kavramı özellikleri. *Türk Psikiyatri Dergisi, 22*, 77-82.

Bookwala, J. (2002). The role of own and perceived partner attachment in relationship aggression. *Journal of Interpersonal Violence, 17*(1), 84-100.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss (Vol. 1, attachment).* New York: Basic Books..

Bowlby, J. (1973). *Separation: Anxiety & anger* (Vol. 2 of attachment and loss). London/New York: Hogarth Press/Basic Books.

Bowlby, J., 2012. *Bağlanma: bağlanma ve kaybetme 1*. (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Bowman, M.L. (1990). *Coping efforts and marital satisfaction: measuring marital coping and ıts correlates*. Journal of Marriage and The Family. *52*(2), 463- 475.

Bozkurt, N. (2003). Depresyonda bilişsel-davranışçı yaklaşımlar: beck'in bilişsel kuramı. *Ege Eğitim Dergisi, 3*(2), 59-64.

Bradbury, T.N., Fincham, F.D. & Beach, S.R.H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in Review. *Journal of Marriage and the Family, 62*, 964-980.

Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology, 28*(15), 759-775.

Burns, D. (2006). *İyi hissetmek* (H.A. Karaosmanoğlu, Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları.

Canel, N,A.(2012). *Evlilik ve aile hayatı*. 04.03.2020, https://docplayer.biz.tr/7222962-Evlilik-ve-ailehayati- azize-nilgun-canel.html

Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R. & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of personality and social psychology, 66*(1), 127.

Cimilli, C. (2001). Depresyonda sosyal ve kültürel etmenler. *Duygudurum Dizisi, 4*, 157-168.

Collins, N. L. & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: an attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(6), 1053.

Corry, M. & Tubridy, A. (Dü). (2007). *Hastalık değil, bir duygu depresyon*. (H. Kaya, Çev.) İstanbul: Profil Yayıncılık.

Crowell J. A, Treboux D, Waters E. (2002). Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Developmental Psychology, 38*(4), 467.

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39).

Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240-255.

Çelebi, B. M. (2019). *Çocukluk çağı travmatik yaşantıları, yetişkin bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşun evlilik doyumu üzerindeki etkisi.* Bilim uzmanlığı tezi, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması.* Yayımlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çelik, Ş. (2004). *Bağlanma yönelimli psikoeğitim grup programının saplantılı bağlanma biçimine sahip üniversite öğrencilerinin bağlanma biçimleri üzerindeki etkisi.* Yayımlanmamış doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çetin, B. T. (2010). *Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Çimen, Ş. E. (2007). *Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çubuk, Ç.Y. (2011). *Madde kullanımı deneyimi yaşamış kişilerde benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri bağlanma stilleri ve benlik kavramı arasındaki ilişkiler.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Davison, G. C. & Neale, J. M. (2004). *Anormal psikolojisi* (İ. Dağ, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Demir, V. (2014). *Bilinçli farkındalık temelli hazırlanan eğitim programının bireylerin depresyon ve stres düzeyleri üzerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demoğrafik özelliklere göre incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dilbaz, N. ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi, 1*(3), 134-138.

Dönmez, A. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1) , 1-49.

Ekşi, H., Sevim, E. ve Kurt, B. (2016). Psikolojik doğum sırası ile yetersizlik duygusunun yetişkin bağlanma stillerini yordama düzeyinin incelenmesi. *İlköğretim Online, 15*(3).

Elli, Ü. E. (2010). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri, mizaç ve karakter özellikleri ile depresyon ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erözkan, A. (2004). Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *4*(2).

Feeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life cycle of marriage. *Personal Relationships*, *1*(4), 333-348.

Fışıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, *7*(28), 16–23.

Fraley, R. C. & Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships. *Personal relationships, 4*(2), 131-144.

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, *4*(2), 132-154.

George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson

Güleç, C. (2006). *Psikiyatrinin abc'si ruhsal bozukluklar, tanısı ve tedavisi.* İstanbul: Say Yayınları.

Gündoğan, M. (2015). *Eşlerin bağlanma tarzları ile çift uyum düzeyi arasındaki ilişkinin araştırılması.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.

Haeffel, G. J. & Grigorenko, E. L. (2007). Cognitive vulnerability to depression: Exploring risk and resilience. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America, 16*(2), 435-448.

Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerdeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hazan, C. & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*(3) , 511-524.

Herken, H. (2002) Depresyonun etiyolojisinde genetik kanıtlar. *Klinik Psikiyatri Dergisi* 5(4), 5-10.

Hetherington, E. M.(1999) *Sholld we stay together fot the sake of the children ?* In E.M. Hetherington (Ed).Coping With Divorce Parenting And Remarriage :A Risk And Resiliency Perspective (pp. 93-116).Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Hisli, N. (1988). Beck depresyon envanterinin geçerliliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi,* 118-126.

Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 3-13.

Hoffman, S. R. & Levant, R. F. (1985). A comparison of childfree and child- anticipated marriage couples . *Family Relations*, *34*(2), 197–203

Holmes, J. (1993). *John Bowlby & attachment theory*, London: Routledge.

Hortaçsu, N. (2012). *İnsan ilişkileri*. Ankara: İmge Kitabevi.

Horwitz, A. V. & Scheid, T. L. (1999). *A handbook for the study of mental health: Social contexts, theories, and systems*. Cambridge: Cambridge University Press.

Irmak, B. D. (2017). *Yüksek kaygı ve depresyon düzeyinin evlilik yaşamı ile ilişkisinin değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Jenkins, J. M., Rasbash, J. & O'Connor, T. G. (2003). The role of the shared family context in defferiantial parenting. *Developmental Phsycholgy, 39,* 99-113.

Juang, S. H. & Tucker, C. M. (1991). Factors in marital adjustment and their interrelationships: a comparison of taiwanese couples ın america and caucasion american couples. *Journal Of Multicultural Counseling And Development, 19*(1), 22– 31.

Kahveci, G. A. (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kanburoğlu, B. (2019). *Evli kadınlarda evlilik yaşı ve evlenme biçiminin evlilik doyumu ve depresyon düzeyine olan etkisi*, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kapucı O. (2014). *Evli çiftlerin evlilik kalitesi ve bağlanma stillerinin demografik özellikler açısından incelenmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karabekiroğlu, A., Topçuoğlu, J. ve Gönentür, A. (2010). İlk epizod major depresyon ve yineleyici major depresyon grupları arasında yönetici işlev farklılıkları. *Türk Psikiyatri Dergisi, 21*(4), 280-288.

Karasar, N. (2016). Bilimsel Araştırma Yöntemleri (31. Baskı). Ankara: Nobel Akademik

Kaufman, J., Yang, B. Z., Douglas-Palumberi, H., Grasso, D., Lipschitz, D., Houshyar, S., . . . Gelernter, J. (2006). Brain-derived neurotrophic factor–5-HTTLPR gene interactions and environmental modifiers of depression in children. *Biological psychiatry, 59*(8), 673-680.

Kendler, K. S., Thornton, L. M. & Gardner, C. O. (2001). Genetic risk, number of previous depressive episodes, and stressful life events in predicting onset of major depression. *American Journal of Psychiatry, 158*(4), 582-586.

Kinnunen, U. & Feldt, T. (2004). Economic stress and marital adjustment among couples: Analyses at the dyadic level. *European Journal of Social Psychology, 34*, 519-532.

Kocataş, S., Güler, G., Güter, N. (2004). 60 Yaş ve üzeri bireylerde depresyon yaygınlığı. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 7(1), 8-15.

Koçyiğit, O. T. (2012). İnfertilite ve sosyo-kültürel etkileri. *İnsanbilim Dergisi*, *1*(1), 27-37.

Korkmaz, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinde depresyonun yordanması: sosyo-demografik değişkenler, olumsuz yaşam olayları, algılanan beklentiler, algılanan ilişkiler.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kotan, Z., Sarandöl, A., Eker, S., Akkaya, C. (2009). Depresyon, nöroplastite ve nörotrofik faktörler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 1, 22-35.

Kozalı, E. (2017). *Depresyonda yaşam kalitesi: yetişkin bağlanma stilleri, duygulanım düzenleme stratejileri ve öz duyarlığın rolü.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Köknel, Ö. (2005). *Depresyon: ruhsal çöküntü*. Ankara: Altın Kitaplar Yayınevi.

Köroğlu, E (2013). *DSM-5 tanı ölçütleri başvuru elkitabı*. Ankara: HYB Yayınları.

Köroğlu, E. (2006). *Depresyon nedir? nasıl baş edilir?* Ankara: HYB Yayıncılık.

Kurdek, L. A. (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first 10 years of marriage. *Developmental Psychology*, *35*(5), 1283-1296.

Kuyumcu, B. (2005). *Evli Çiftlerin evlilik doyumu ile Gestalt temas biçimleri, bağlanma stilleri ve başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Lampe, I., Pol, H., Schnack, H. & Heeren, T. (2003). Association of depression duration with reduction of global cerebral gray matter voluma in female patients with recurrent major depressive disorder, *American Journal of Psychology*, 160, 2052-2054.

Lau, J. Y. & Eley, T. C. (2010). The genetics of mood disorders. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 313-337.

Masterson, J. (2008). *Bağlanma kuramı ve nörobiyolojik kendilik gelişimi açısından kişilik bozuklukları*. (H. Şentürk, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Mayseless, O. (1991). Adult attachment patterns and courtship violence. *Family relations*, 21-28.

McWilliams N. (2014). *Psikanalitik tanı* (Çev. E. Kalem). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları,

Meredith, P., Strong, J. & Feeney, J. (2007). Adult attachment variables predict depression before and after treatment for chronic pain. *European Journal Of Pain, 11*(2), 164-170.

Mikhail, S. L. B. (2002). Child marriage and child prostitution: Two forms of sexual exploitation. *Gender & Development*, 10(1), 43-49.

Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry, 18*, 139-156.

Mirowsky, J. & Ross, C. E. (2003). *Social causes of psychological distress*. New Jersey: Transaction Publishers

Morgan, C. T. (2013). *Psikolojiye giriş*. (S. Karakaş ve R. Eski, Çev.) Konya: Eğitim Yayınevi.

Morsünbül Ü. (2005). *Ergenlikte kimlik statülerinin bağlanma stilleri, cinsiyete ve eğitim düzeyi açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Nour, N. M. (2009). Child marriage: a silent health and human rights issue. *Reviews in obstetrics and gynecology, 2*(1), 51.

Otlu, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ve aile işlevleri, Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi Örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi. 23*, 30-35.

Ören, N., Gençdoğan, B. (2007). *Lise öğrencilerinin depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Kastamonu Eğitim Dergisi, *15*(1).

Özen, Y. ve Gül, A. (2007). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren•örneklem sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*(15), 394-422.

Özsoy, V. E. (2015). *Bağlanma, anksiyete ve bilgi işleme*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.

Özşirin, G. (2019). *Evli çocuklu çiftler ile evli çocuksuz çiftlerin evlilik doyumu ve depresyon düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Öztürk, M. O. (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.

Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2011). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*, 11. Baskı, Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.

Özyurt, B. C. ve Deveci, A. (2010). Manisa'da kırsal bir bölgedeki 15-49 yaş evli kadınlarda depresif belirti yaygınlığı ve aile içi şiddetle ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi, 21*(1), 1-7.

Pielage, S., Luteijn, F. & Arrindell, W. (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 12*(6), 455-464.

Pistole, M. C. & Arricale, F. (2003). Understanding attachments: Beliefs about conflict. *Journal of Counseling and Development: JCD, 81*(3), 318.

Rende, R. (2012). Behavioral resilience in the post-genomic era: emerging models linking genes with environment. *Frontiers in human neuroscience, 6*.

Ross, C. E. & Mirowsky, J. (2006). Sex differences in the effect of education on depression: resource multiplication or resource substitution? *Social science & medicine, 63*(5), 1400-1413.

Sabuncuoğlu, O. ve Berkem, M. (2006). Bağlanma biçemi ve doğum sonrası depresyon belirtileri arasındaki ilişki: Türkiye'den bulgular. *Türk Psikiyatri Dergisi, 17*(4), 252-258.

Samancı, A., Karamustafaoğlu, S., Ekici, G., Erkmen, H. (1998). Sık döngülü depresyon ve sodyum valproat kullanımı. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 8*(1), 38.

Sayar, K. (2000). Psikiyatri ve kültür. İstanbul: İnsan Yayınları.

Scott, R. & Cordova, J. (2002). The influence of adult attachment styles on the association between marital adjustment and depressive symptoms. *Journal Of Family Psychology, 16*(2), 199-208.

Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal , A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1-11.

Sığırcı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.

Singh J. C., Tharyan P., Kekre N. S., Singh G., Gopalakrishnan, G. (2009). Prevalence and risk factors for female sexual dysfunction in women attending a medical clinic in south India. *Journal of Postgraduate MedicineYear*, *55*(2),113-120.

Softa, K., Kaya, S. (2013). Sağlık yüksek okulu öğrencilerinin depresyon düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2*(2), 35-47.

Southwick, S. M. & Charney, D. S. (2012). The Science of resilience: ımplications for the prevention and. *Biol. Psychiatry, 71*, 1068.

Soylu, N. ve Ayaz, M. (2013). Adli değerlendirme için yönlendirilen küçük yaşta evlendirilmiş kız çocuklarının sosyodemografik özellikleri ve ruhsal değerlendirmesi. *Anatolian Journal Of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi, 14*(2).

Sümer, N. (2006). Yetiskin baglanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karsilastirilmasi. *Türk Psikoloji Dergisi, 21*(57), 1-22.

Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, *14*, 35-58.

Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R. ve Çekem, B. (2009). Baglanma ve psikopatoloji: baglanma boyutlarinin depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ıliskisi/attachment and psychopathology: relationship between adult attachment and depression, panic disorder, and obsessive compulsive disorder. *Türk Psikoloji Dergisi, 24*(63), 38.

Şendil, G. ve Kızıldağ Ö. (2003). Çocuk ve ergenlerde ebeveyn evlilik çatışması algısı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 10*(2), 58-66.

Şendil, G. ve Korkut, Y. (2008). Evlilik çatışması ve uyumunun bazı demografik değişkenler yönünden incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 15-34

Taycan E. S., Kuruoğlu Ç. T. (2014). Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi, 25*(1), 9-18.

Tegin, B. (1980). *Depresyonda bilişsel bozukluklar: beck modeline göre bir inceleme.* Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Turan, M. (1997). *Erzurum'daki evli çiftlerin evlilik ilişkilerinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum, 2*(5), 35-42.

Türkçapar, M.H. (2018), *Klinik uygulamada bilişsel davranışçı terapi- depresyon,* İstanbul: Epsilon Yayınevi.

Tüzün, O. ve Sayar K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji, *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, , 19*(1),24-39.

Twenge, J. M., Campbell, W. K. & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of marriage and family, 65*(3), 574-583.

Uğuz, F., Dursun, R., Kaya, N. ve Çilli, A. S. (2006). Behçet hastalarında ruhsal belirtiler ve yaşam kalitesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 7,* 133-139.

Uluyol, F. M. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla bala çıkabilme düzeylerinin arasındaki ilişkiler.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Üncü, S. (2007). *Duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Ward, T., Hudson, S. M. ve Marshall, W. L. (1996). Attachment style in sex offenders: A preliminary study. *Journal of Sex Research, 33*(1), 17-26.

Waters, E., Merrick, S., Treboux, D. ve diğerleri (2000). Attachment security in ınfancy and early adulthood: a twentyyear longitudinal study. *Child Dev. 71*(3), 684-689.

Weiss, R. S. (1982). *Attachment in Adults: In Parkes CM,* (J. S. Hinde, edt). *The place of attachment in human behavior*. New York: Basics. 171-184.

World Health Organization (2004). *International statistical classification of diseases and health related problems (The) ICD-10.* World Health Organization.

World Health Organization (2012). *Health statistics and health information systems*: World Health Organization.

Yahşi, G. ve Bayraktar, S. (2016) Bağlanma kuramı çerçevesinde doğum sırasının bağlanma stilleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research, 2*(1), 256-267.

Yeşiltepe, S. S. (2011). *Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler açısından incelenmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yıldız, S. ve Yıldız, S. (2009). Bullying ve depreson arasındaki ilişki, Kars ilindeki sağlık çalışanlarında bir araştırma. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 15,* 133-150.

Yiğit, R. (2008). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin depresyon ve sosyal beceri düzeylerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi.* Yayımlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yüksel, Ö (2013). *Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri*, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

# EKLER

**EK.1**

**BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM**

Bu çalışma, İstanbul Ticaret Üniversite Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Buşra Karlıoğlu tarafından Doç. Dr. Hanifi Parlar danışmanlığında yürütülen bir tez çalışmasıdır. Çalışmanın amacı, bağlanma stillerinin evlilikte depresyon ile ilişkisinin incelenmesidir.

Çalışma esnasında kimliğinizi belirleyecek hiçbir bilgi sizden talep edilmeyecektir. Verdiğiniz cevaplar gizli kalacaktır ve üçüncü kişilerle paylaşılmayacaktır. Elde edilen bilgiler yalnızca bilimsel amaç doğrultusunda ele alınacağından soruları eksiksiz ve samimi bir şekilde yanıtlamanız önemlidir. Araştırma tamamlandığında sonuçların paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Araştırmacı: Buşra Karlıoğlu

Email: psikologbusrauralkarlioglu@gmail.com

**EK. 2**

**KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

1- Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

2- Yaşınız: ( ) 18-23 ( ) 24-29 ( ) 30-34 ( ) 35-39 ( ) 40-44
( ) 45-49 ( ) 50-54 ( ) 55-59 ( ) 60-64 ( ) 65-69
( ) 70-74 ( ) 75 ve üstü

3- Eğitim düzeyiniz: ( ) Okur-Yazar ( ) İlkokul Mezun ( ) Ortaokul Mezun
( ) Lise Mezun ( ) Lisans ( ) Lisansüstü

5- Çalışma durumunuz nedir? ( ) Çalışıyorum ( ) Çalışmıyorum
( ) Emekliyim ( ) İş arıyorum

6- Aylık geliriniz? ( ) 1.000-2.000 ( ) 2.001-4.000 ( ) 4.001- 6.000
( ) 6.001-8.000 ( ) 8.001- 10.000 ( ) 10.000 TL üzeri

7- Kaç yıldır evlisiniz? ( ) 0-4 ( ) 5-9 ( ) 10-14 ( ) 15-19 ( ) 20-24
( ) 25-29 ( ) 30-34 ( ) 35-39 ( ) 40-44
( ) 45-49 ( ) 50 ve üzeri

8- Eşiniz ile nasıl tanışarak evlendiniz?
( ) Severek-Flört Ederek ( ) Görücü usulü-İsteyerek ( ) Görücü usulü-İstemeyerek

9- Çocuğunuz var mı? ( ) Evet ( ) Hayır

**EK. 3**

## YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ - II

Ölçek toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 18 maddesi kaçınmacı bağlanma, geri kalan 18 maddesi ise kaygılı bağlanma boyutlarını ölçmektedir.

Kaçınmacı Bağlanma Boyutu: Çift sayı olan maddelerin ortalaması alınarak hesaplanır Kaygılı Bağlanma Boyutu: Tek sayı olan maddelerin ortalaması alınarak hesaplanır.

Ters kodlanan maddeler: 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34, 36.

7'li derecelendirme yöntemine göre:

1 = Hiç katılmıyorum
4= Ne katılıyorum ne katılmıyorum 7=Tamamen katılıyorum

Önemli Not: Ölçek maddelerinin bazılarında "yakın olmak" veya "yakınlaşmak" ifadeleri geçmektedir. Bu ifadelerle kastedilen partnerinizle duygusal yakınlık kurmak, düşüncelerinizi veya başınızdan geçenleri partnerinize açmak, partnerinize sarılmak ve benzeri davranışlardır. İlgili maddeler bu tanıma göre cevaplandırılır.

- Maddeler evli çiftler için yeniden düzenlenebilir.

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir.

Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer hâlihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1----------2----------3----------4----------5----------6----------7

| | | |
|---|---|---|
| Hiç katılmıyorum | Kararsızım/ Fikrim yok | Tamamen katılıyorum |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. İlişkilerimi kafama çok takarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21. Terk edilmekten pek korkmam. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği göremememek beni öfkelendirir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 34.Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 35.Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

**EK. 4**

**BECK DEPRESYON ENVANTERİ**

AÇIKLAMA:

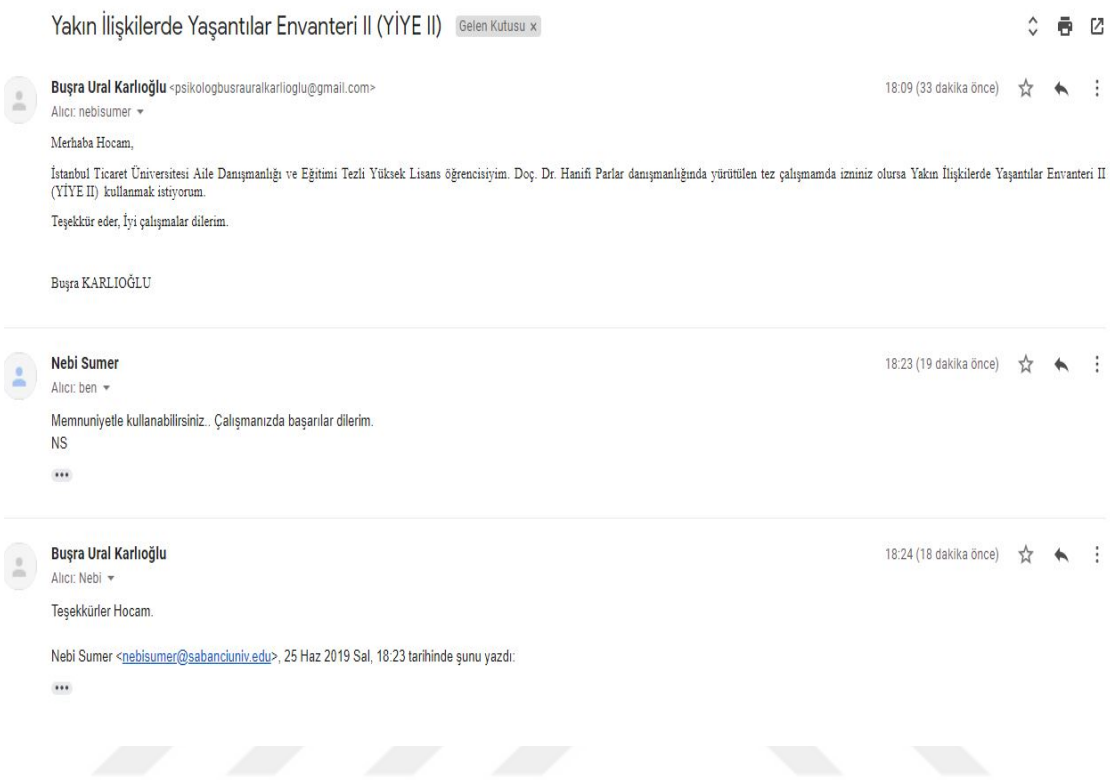
Sayın cevaplayıcı aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz.

Soruları vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir. Bilimsel katkı ve yardımlarınız için sonsuz teşekkürler.

| | |
|---|---|
| 1- | 0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.<br>1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.<br>2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.<br>3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum. |
| 2- | 0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.<br>1. Gelecek hakkında karamsarım.<br>2. Gelecekten beklediğim hiçbir şey yok.<br>3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor. |
| 3- | 0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.<br>1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.<br>2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.<br>3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum. |
| 4- | 0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.<br>1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.<br>2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.<br>3. Her şeyden sıkılıyorum. |
| 5- | 0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.<br>1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.<br>2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.<br>3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum |
| 6- | 0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.<br>1. Cezalandırılabileceğimi hissediyorum.<br>2. Cezalandırılmayı bekliyorum.<br>3. Cezalandırıldığımı hissediyorum. |
| 7- | 0. Kendimden memnunum.<br>1. Kendi kendimden pek memnun değilim.<br>2. Kendime çok kızıyorum.<br>3. Kendimden nefret ediyorum. |
| 8- | 0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.<br>1. Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.<br>2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.<br>3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum. |
| 9- | 0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.<br>1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.<br>2. Kendimi öldürmek isterdim.<br>3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm. |
| 10- | 0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.<br>1. Zaman zaman içinden ağlamak geliyor.<br>2. Çoğu zaman ağlıyorum.<br>3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum. |
| 11- | 0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.<br>1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.<br>2. Şimdi hep sinirliyim.<br>3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor. |
| 12- | 0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.<br>1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.<br>2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.<br>3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum. |
| 13- | 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.<br>1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.<br>2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.<br>3. Artık hiç karar veremiyorum. |
| 14- | 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.<br>1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.<br>2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.<br>3. Kendimi çok çirkin buluyorum. |
| 15- | 0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.<br>1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.<br>2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.<br>3. Hiçbir şey yapamıyorum. |
| 16- | 0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.<br>1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.<br>2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.<br>3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum. |
| 17- | 0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.<br>1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.<br>2. Yaptığım her şey beni yoruyor.<br>3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum. |
| 18- | 0. İştahım her zamanki gibi.<br>1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.<br>2. İştahım çok azaldı.<br>3. Artık hiç iştahım yok. |
| 19- | 0. Son zamanlarda kilo vermedim.<br>1. İki kilodan fazla kilo verdim.<br>2. Dört kilodan fazla kilo verdim.<br>3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum. |
| 20- | 0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.<br>1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.<br>2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.<br>3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünemiyorum. |
| 21- | 0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.<br>1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.<br>2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.<br>3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim. |

**EK. 5.**

Ölçek Kullanım İzinleri ve Etik Onayı



Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II) Gelen Kutusu x

**Buşra Ural Karlıoğlu** <psikologbusrauralkarlioglu@gmail.com> 18:09 (33 dakika önce)

Alıcı: nebisumer

Merhaba Hocam,

İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Doç. Dr. Hanifi Parlar danışmanlığında yürütülen tez çalışmamda izniniz olursa Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II) kullanmak istiyorum.

Teşekkür eder, İyi çalışmalar dilerim.

Buşra KARLIOĞLU

**Nebi Sumer** 18:23 (19 dakika önce)

Alıcı: ben

Memnuniyetle kullanabilirsiniz.. Çalışmanızda başarılar dilerim.
NS

**Buşra Ural Karlıoğlu** 18:24 (18 dakika önce)

Alıcı: Nebi

Teşekkürler Hocam.

Nebi Sumer <nebisumer@sabanciuniv.edu>, 25 Haz 2019 Sal, 18:23 tarihinde şunu yazdı:

Tarih: 24/07/2020
Sayı: 65836846-044-E.00000181457
0000181457

T.C. İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ

REKTÖRLÜĞÜ

Sayı : 65836846-044
Konu : Etik Onayı

Sayın Büşra KARLIOĞLU,

İlgi: 16.07.2020 tarihli dilekçeniz.

İlgi yazınız ile "Bağlanma Stillerinin Evlilikte Depresyon İle İlişkisi" isimli tez çalışmanız için önerdiğiniz ankete Etik Kurul onayı talep edilmektedir.

Adı geçen ve ekte yer alan anket formu, Üniversitemiz Etik Kurulunca incelenmiş, anketinizde etik tanım, değer ve ilkelere aykırı bir düzenleme tespit edilmediği, önerilen anket çalışmasının etik kurallara uygun olduğu ve etik onayının verildiği ifade edilmiştir.

Konuya ilişkin bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Necip ŞİMŞEK
Rektör Yardımcısı V.

Ek: Etik Onaylı Anket Formu

**Adres:** Örnektepe Mah. İmrahor Cad. No: 88/2 Beyoğlu/İstanbul
**Tel:** 444 04 13 / 4580 - 4581 **Faks:** 0212 320 70 11
Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanuna göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrakın elektronik imzalı suretine http://e-belge.ticaret.edu.tr adresinden 12de8f14-e37d-44d3-81cc-ebb577ee865e kodu ile erişebilirsiniz.

# ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Ad Soyad : Buşra KARLIOĞLU

Doğum yeri ve tarihi : 24.10.1989 / İstanbul

E-mail : **psikologbusrauralkarlioglu@gmail.com**

EĞİTİM DURUMU

2007-2009 Sakarya Üniversitesi Halkla İlişkiler Bölümü

2012 – 2017 İstanbul Ticaret Üniversitesi Psikoloji Bölümü

2017 – 2020 İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi

Sertifikalar

- Duygu Odaklı Terapi - Psikoterapi Enstitüsü - Tahir ÖZAKKAŞ (2018)
- Kısa Süreli Çözüm Odaklı Psikoterapi Eğitimi - Apamer-Dr. Nevin DÖLEK - (2018)
- Hipnotik Yeniden İşleme Terapisi - Haluk ALAN - (2018)
- Yeditepe Üniversitesi - Bioenerji Uygulayıcı Sertifika Programı - (2018)
- Haliç Üniversitesi - Masal Terapisi Eğitimi - (2020)
- Gelişimsel Çocuk Nörolojisi Derneği - Denver Gelişimsel Tarama Test Eğitimi - (2020)