



İSTANBUL
TOPKAPI
ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ
EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**İLKOKUL 4. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN
BAĞLANMA STİLLERİ İLE BAĞIMSIZ ÖĞRENME
BECERİLERİ VE OKUL MUTLULUK DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gülbahar SEYRAN

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

OCAK, 2023



İSTANBUL
TOPKAPI
ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ
EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**İLKOKUL 4. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN
BAĞLANMA STİLLERİ İLE BAĞIMSIZ ÖĞRENME
BECERİLERİ VE OKUL MUTLULUK DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gülbahar SEYRAN

20220501038

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Aslı ENEZ DARÇIN

OCAK, 2023

KABUL VE ONAY



....../.../2023

YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Programı 20220501025 numaralı öğrencisi **Gülbahar SEYRAN**'ın "**İLKOKUL 4. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE BAĞIMSIZ ÖĞRENME BECERİLERİ VE OKUL MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**" konulu Yüksek Lisans tezi Enstitümüz Yönetim Kurulunun 26/12/2022 tarihli ve 2022/30 sayılı Yönetim Kurulu kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile 16.01.2023 tarihinde kabul edilmiştir.

	<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
ASIL ÜYELER				
Danışman	Doç. Dr.	Ash ENEZ DARÇIN	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Melike CEYLAN	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Emel Aner AKTAN	Nişantaşı Üniversitesi	
YEDEK ÜYE				
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Yunus YÜCEL	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Kader BAHAYİ	Nişantaşı Üniversitesi	

ONAY
Prof. Dr. Özlem KUNDAY
Enstitü Müdürü

(*) Oybirligi/Oyçokluğu
yazılacaktır.

hâli yazı ile

(**) Kabul / Ret veya Düzeltme kararı hâli yazı ile yazılacaktır.

AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Bağımsız Öğrenme Becerileri Ve Okul Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki**” başlıklı çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmam içerisinde kullandıkları her yerde atıf yapıldığını belirtir ve onurumla doğrularım.

30.12.2022

Gülbahar SEYRAN

TEŞEKKÜR

Toplumunu oluşturan bireylerin her biri önemli ve biriciktir. Her doğan bebeğin gelecekte kendisine ve insanlığa faydalı, mutlu, üretken bireyler olması beklenilmektedir. Çocukluk döneminde mutlu ve başarılı bir akademik yaşantıya sahip insanların yetişkinlikte kendilerine ve topluma yararlı bireyler oldukları araştırmalarda da görülmektedir. Bu araştırmanın amacı çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi verilerle ortaya koymaktır. Yaptığım çalışma sonucunda elde edilen verilerin daha sonra yapılacak yeni çalışmalara katkı sağlamasını temenni ediyorum.

Tez çalışmam boyunca bilgi, tecrübe ve deneyimlerini paylaşarak destek olan değerli danışmanım Doç. Dr. Aslı ENEZ DARÇIN'a teşekkür ederim.

Hayatım boyunca beni ben olma yolumda yalnız bırakmayan, uçabileceğim kadar özgür bırakıp, düşmeyeceğim kadar da kollamaktan geri durmayan, maddi manevi desteğini esirgemeyen babam Abdullah SEYRAN'a, sevgisini ve şefkatini her zaman kalbimde hissettiğim annem Adile SEYRAN'a, varlığı bana daima güç veren canım kardeşim Ahmet SEYRAN'a ve biricik yeğenim umut ışığım Girayhan SEYRAN'a,

Araştırma sürecinde paylaşımlarımızla birbirimizi her daim desteklediğimiz sınıf arkadaşım Ayten Merve GÖRGÜLÜ'ye, ölçeklerimi uygulamamda destek olan Sezgin ŞAHİN'e, ihtiyaç duyduğumda çözüm bulan Ebru KIZILOCAK'a, çalışma sürecimde esneklik ve hoşgörü gösteren Okul Müdürüm Tayyip KARAPINAR'a, yorulduğumu hissettiğim her anda motivasyonumu yeniden yakalamamı sağlayan arkadaşlarım Emine FİSTİKÇİ ve Nurten FİSTİKÇİ'ya,

En önemlisi tez konumu belirlememde ve bu konuya yönelik araştırma isteği duymamda ilham olan, hayatlarına dokundukça deneyimlediklerimle benim yoluma ışık tutan çok sevdiğim öğrencilerime sonsuz teşekkürler...

Gülbahar SEYRAN

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	ii
AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI	iii
TEŞEKKÜR	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ	viii
TABLolar LİSTESİ	ix
ÖZET	x
ABSTRACT	xi
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi	2
1.2. Araştırmanın Problem Durumu.....	3
1.3. Araştırmanın Alt Problemleri.....	3
1.4. Araştırmanın Hipotezleri.....	4
1.5. Araştırmanın Sayıtları.....	4
2. KURAMSAL ÇERÇEVE	5
2.1. Bağlanma	5
2.1.1. Bağlanma kuramları	6
2.1.2. Bağlanma stilleri.....	9
2.1.3. Bebeklik döneminde bağlanma	11
2.1.4. Orta çocukluk döneminde bağlanma	12
2.1.5. Ergenlik döneminde bağlanma	12
2.1.6. Yetişkinlik döneminde bağlanma	13
2.2. Bağımsız Öğrenme Becerileri	14
2.2.1. Öğrenme kavramı	14
2.2.2. Bağımsız öğrenme için öz düzenleme kavramı	14
2.2.3. Bağımsız öğrenme için gerekli beceriler	15
2.3. Okul Mutluluğu.....	19
2.3.1. Mutluluk kavramı	19
2.3.2. Mutluğun belirleyicileri.....	19
2.3.3. Mutluluk kuramları.....	20
2.3.4. Orta çocukluk döneminde mutluluk	22
2.4. Bağlanma ile Bağımsız Öğrenme Arasındaki İlişki	24
2.5. Bağlanma ile Okul Mutluluğu Arasındaki İlişki	26
3. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ	29

3.1. Araştırma Modeli	29
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	30
3.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları	30
3.4. Verilerin Analizi	32
4. ARAŞTIRMA BULGULARI	33
5. TARTIŞMA	39
5.1. Demografik Bulgular Tartışma	39
5.2. Ölçek Puanlarının Yaş ile Karşılaştırması	39
5.3. Ölçek Puanlarının Cinsiyet ile Karşılaştırması	40
5.4. Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Bağımsız Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşması	43
5.5. Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Okul Mutluluğu Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşması	43
5.6. Çocukların Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği Puanlarına İlişkin Frekans Dağılımı Analizi.....	44
5.7. Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiler.....	44
5.8. Araştırmanın Sınırlılıkları	47
6. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	48
KAYNAKÇA	53
Ekler	64
ÖZGEÇMİŞ.....	72

KISALTMALAR

APA:	Amerika Psikiyatri Birliği
DSM:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
KGBÖ:	Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği
OÇME:	Okul Çocukları Mutluluk Envanteri
SPSS:	Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı
TÜİK:	Türkiye İstatistik Kurumu



ŞEKİLLER LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 2.1: Dörtlü Bağlanma Modeli	10
Şekil 3.1: Araştırma Modeli	29



TABLolar LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Tablo 2.1: Bağımlı Öğrenen ve Bağımsız Öğrenen Arasındaki Farklar	17
Tablo 4.1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı.....	33
Tablo 4.2: Kerns Güvenli Bağlanma Ölçek Puanlarına İlişkin Frekans Dağılımı	33
Tablo 4.3: Ölçek Puanlarına İlişkin Frekans Dağılımı.....	34
Tablo 4.4: Ölçek Puanlarının Yaş ile Karşılaştırması	34
Tablo 4.5: Ölçek Puanlarının Cinsiyet ile Karşılaştırması	35
Tablo 4.6: Ölçek Puanları Arası İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	36
Tablo 4.7: Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Bağımsız Öğrenme Becerisi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşmasına Yönelik Ancova Testi Sonuçları	37
Tablo 4.8: Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Okul Mutluluğu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşmasına Yönelik Ancova Testi Sonuçları	37

ÖZET

İLKOKUL 4. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİ İLE BAĞIMSIZ ÖĞRENME BECERİLERİ VE OKUL MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bu çalışmada ilkokul 4. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilinin Üsküdar ilçesindeki resmi ilkokullardan 4. sınıfa devam eden 300 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan 300 öğrenciye Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği, Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği, Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri ölçek sahiplerinden izin alınarak uygulanmıştır. Araştırma katılımcılarından elde edilen veriler Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı olan SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir. Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılım göstermeleri nedeniyle t testinden yararlanılmıştır. Sürekli değişkenler arası ilişki incelenirken Pearson Korelasyon Testinden yararlanılmıştır. ANCOVA testi ile değişkenler arası farklılık ve ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına demografik değişkenler açısından bakıldığında, bilişsel alt boyut düzeyleri ve Okul Çocukları Mutluluk Envanteri düzeyleri açısından kız çocukları lehine cinsiyetler arasında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Araştırma bulguları alan yazındaki araştırmalar kapsamında tartışılarak değerlendirilmesi yapılmıştır.

Anahtar Sözcükler: *bağlanma, bağlanma stilleri, okul mutluluğu, bağımsız öğrenme*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES AND INDEPENDENT LEARNING SKILLS AND SCHOOL LEVELS OF HAPPINESS AMONG 4TH GRADE PRIMARY SCHOOL STUDENTS

In this study, the relationship between attachment styles, independent learning skills and school happiness levels of 4th grade primary school students were examined. The study group of the research includes 300 students attending the 4th grade from official primary schools in Üsküdar district of Istanbul. Kerns Secure Attachment Scale, Independent Learning Skills Scale and School Children's Happiness Inventory were applied to 300 students who volunteered to participate in the research, with the permission of the scale owners. The data obtained from the research participants were analyzed with the SPSS 25 package program, which is the Statistics Program for Social Sciences. Pearson correlation test was used while examining the relationship between continuous variables. With the ANCOVA test, the difference and relationship between the variables were examined. According to the results of the research, it was concluded that there is a significant relationship between children's attachment styles, independent learning skills and school happiness levels. Considering the results of the research in terms of demographic variables, there were significant differences between the genders in favour of girls in terms of cognitive sub-dimension levels and scores of school children's happiness inventory. The research findings were discussed and evaluated within the scope of the studies in the body of literature.

Keywords: *attachment, attachment styles, school well-being, independent learning*

1. GİRİŞ

Bebegın doğumla birlikte çevresi ile iletişim ve etkileşimi başlamaktadır. Bireyin dış dđnya ile kuracağı ve sđrdüreceęi ilişkinin temeli ailede atılmaktadır. Bu bağlamda aile ile çocuk arasındaki ilişki özellikle anne-çocuk ilişkisinin mahiyeti gelişim sürecinde çok önemlidir. Yapılan araştırmalarda tutarlı, çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı, zamanında ihtiyaca cevap veren ebeveyn tutumunda çocukların güvenli bağlandıkları görđlmektedir. Güvenli bağlanan çocukların akran ve arkadaşlık ilişkilerinde sosyal becerileri yeterli, okula uyum ve okul değişikliği gibi durumlarla baş etme becerileri de yüksektir. Tutarsız, özellikle yokluğunu ceza olarak kullanan ebeveyn tutumunda çocuklar güvensiz bağlanma yaşamakta, anne veya bakım veren kişi yanında olmadığında tehlikede olduğunu hissetmekte dolayısı ile çocuklar ayrılık kaygısına yatkın olmaktadır (Sümer ve şendağ, 2009). Ülkemizde 30.03.2012 tarihli Resmi Gazete'de yayınlanan 6287 numaralı kanunun maddelerindeki değişiklik ile okul çağına gelen çocukların eğitimi ve okula devam etmesi yasa ile zorunlu hale getirilmiştir (Resmi Gazete, 2012). Güvensiz bağlanan, ayrılık kaygısı yaşayan çocuklarda okul korkusu, okula gitmeyi reddetme davranışına dönüşerek, okula devam sürecinde zorluklar oluşturmaktadır (Kıldan, 2012). Çocuğun kaygı ve korkusunun yüksek olması, akran ve arkadaşlık ilişkilerinin sağlıksız olmasına, akademik becerilerinin gelişiminin yavaşlamasına, özgüveninin düşmesine buna bağlı olarak da okulda geçirdiği zamanda mutluluğunu ve öğrenme sürecini olumsuz yönde etkilemektedir. Araştırmalar güvenli bağlanma stili ile öz yeterlilik, umut, motivasyon ve öznel iyi oluş arasında anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Demirtaş, 2019). Güvenli bağlanan, öz yeterliliği yüksek çocukların bağımsız öğrenme becerileri daha gelişmiş, daha dışa dönük ve sosyal, daha sorumlu, daha özverili ve iyiliksever, daha etkili çözüm becerilerine sahip, göreve yönelmede daha güdülü, empati becerileri daha gelişmiş ve iletişim becerilerinin daha yüksek olduğu gözlenmektedir (Goleman, 1996). Bu çalışmanın, bireyin bağlanma stilinin olumlu ya da olumsuz yansımalarının çocuğun akademik yaşamında başarısına, öğrenmeyi öğrenmesine, öz denetimine ve mutluluğuna etkisini inceleme açasından katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bireyin mutluluğunun ve yaşam doyumunun temeli çocukluk döneminde atılmaktadır. İdeal çocukluk dönemi, olumsuzluklardan uzak geçirilmiş bir çocukluk anlamına gelmez, olumsuzluklardan uzak olmanın yanı sıra yeterli seviyede olumlu deneyimlerle desteklenmiş bir süreçtir. Yapılan çalışmalar gösteriyor ki, çocukluk döneminde edinilen olumlu deneyimler mutluluk ve iyi oluş üzerinde son derece etkilidir (Doğan ve Aydın, 2021). Araştırmalar mutlu insanların yaşam olaylarını mutsuz insanlara göre daha farklı yorumladıklarını ve yaşamın getirdiği değişen durumlara daha kolay uyum sağladıklarını göstermektedir. Sıcak, şefkatli, özenli ve güvenli bir gelişim ortamında büyüyen çocukların daha mutlu ve ruhsal sorunlarının daha az olduğu görülmektedir (Ünüvar vd., 2015). Araştırma sonuçları incelendiğinde mutluluk ve kaygı arasında negatif bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bağlamda kaygı düzeyi arttıkça mutluluk düzeyi azalmaktadır (Namdar, 2018). Aynı zamanda bireylerin bağlanma stilleri ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve güvenli bağlanma stiline sahip olan çocukların öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir (Aydın vd., 2020). Bowlby'nin araştırmalarında bu ilişkinin cinsiyete göre değişiklik gösterdiği ve güvensiz bağlanan kadınların kaygıya daha eğilimli olduğu görülmektedir (Bowlby, 1980). Ülkemizde yapılan bağlanma stilleri konusundaki çalışmaların bulguları cinsiyete göre değerlendirildiğinde bazı çalışmalarda anlamlı bir farklılık görülürken bazı çalışmalarda anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir bunun nedeninin çalışma gruplarının özelliklerinin farklı olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir (Bayındır ve Ural, 2019). Süt çocukluğu döneminde güvenli ve güvensiz olarak edinilen bağlanma stili bir kez belirlendikten sonra ilerleyen yıllarda değişimi çok zordur. Güvensiz bağlanma bireyin ilerleyen yaşlarında oluşacak psikopatolojinin yordayıcısı olarak görülürken, güvenli bağlanma sağlıklı bir gelişim süreci ile bağdaştırılmaktadır (Kesebir vd., 2011). Bebeklik döneminde güvensiz bağlanan çocukların okul çağında kaygı bozukluğuna daha yatkın olduğu görülmektedir. Ülkemizde yapılan araştırmalarda kaygı bozukluğu yaşayan çocukların %75'inde okul reddi gözlenmektedir. Bu çocuklara psiko-eğitsel etkinlikler ve okul-aile iş birliği ile iyileştirici ve önleyici müdahale sağlanarak okul fobisi gelişmeden önlemler alınabilir (Özer, 2018).

Okul, öğretmen, aile iş birliği ile çocukların öğrenme becerisinin gelişimi yakından takip edilmelidir. Çocuğunun bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimini önemseyen ebeveynlerin çocukları bağımsız öğrenme becerisine sahip öz yeterlilikleri yüksek mutlu bireyler olduğu düşünülmektedir (Uykan ve Akkaynak, 2019).

Yapılan incelemeler sonucunda alan yazında bağlanma stilleri ile iletişim becerileri (Kılıç, 2016), öz yeterlilik (Demirtaş, 2019), öz düzenleme (Bayındır ve Ural, 2019), değişkenlerinin arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Ancak ilkököl düzeyinde bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma; bağlanma stillerinin, bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluğu ile ilişkisini nicel verilerle betimleme açısından önem arz etmektedir. Çocuğun eğitiminin başladığı yer olan ailede edindiği bağlanma stiline, okula karşı geliştirdiği tutumuna olumlu ya da olumsuz yönde etkileri incelenerek, bu bağlamda bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyi üzerindeki etkisi tespit edilecektir. Bu çalışmada çocukların yaşamlarının önemli bir süresini geçirdikleri okula karşı tutumlarını etkileyen olumsuz etkenlerin tespit edilip, bu veriler ışığında olumsuzlukların giderilmesi, öğrenmeyi öğrendiği bir eğitim ortamının düzenlenmesi, daha sağlıklı, daha üretken ve daha mutlu bireylerin topluma kazandırılması amaçlanmaktadır.

1.2. Araştırmanın Problem Durumu

İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Alt Problemleri

Bu araştırma ile şu sorulara cevap aranmaktadır:

1. Çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Çocukların bağlanma stilleri ile okul mutluluğu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri arasındaki ilişki cinsiyete bağlı olarak anlamlı düzeyde farklılık gösteriyor mu?
4. Çocukların bağlanma stilleri ile okul mutluluğu arasındaki ilişki cinsiyete bağlı olarak anlamlı düzeyde farklılık gösteriyor mu?

1.4. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmadan elde edilecek verilerle aşağıdaki hipotezler test edilecektir:

H1: Çocuklarda güvenli bağlanma ile bağımsız öğrenme becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H2: Çocuklarda güvensiz bağlanma ile bağımsız öğrenme becerileri arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.

H3: Çocuklarda güvenli bağlanma ile okul mutluluğı arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H4: Çocuklarda güvensiz bağlanma ile okul mutluluğı arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.

H5: Çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri arasındaki ilişki cinsiyete bağılı olarak farklılaşmaktadır.

H6: Çocukların bağlanma stilleri ile okul mutluluğı arasındaki ilişki cinsiyete bağılı olarak farklılaşmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sayıtları

1. Araştırmaya katılan ve ölçekleri dolduran öğrencilerin samimiyet ve içtenlikle sorulara cevap verdikleri varsayılmıştır.

2. Araştırmada kullanılan ölçeklerin sonucunda istenilen amaç doğrultusunda yeterli veri elde edileceğı varsayılmıştır.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağlanma

İnsan biyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçları olan bir varlıktır. Sadece fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması yeni doğan bir bebeğin gelişimi için yeterli değildir (Tüzün ve Sayar, 2006). Fiziksel, zihinsel ve duygusal yönden hızlı bir gelişim içerisinde olan bebeğin becerileri yeterince gelişmediği için bakım veren kişiyle bağımlı bir ilişki içindedir ve bebeğin bakım verenine karşı geliştirdiği kuvvetli duygusal bir bağ bulunmaktadır. Doğumla beraber kaçınılmaz olarak bir diğerine ihtiyaç duyma ve ilişki kurma arayışı tekrarlanan olumlu deneyimlerle duygusal bir temelde gerçekleştiğinde bağlanma olarak açıklanmaktadır (Sosyal vd., 2005).

Bağlanma, çocuğun doğumdan sonra bakım verenine arasındaki ilişkide yakınlık arayışı sonucunda ortaya çıkan, özellikle kaygı durumlarında daha da görünür hale gelen, istikrarlılığı ve devamlılığı olan önemli bir duygusal bağ olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma kuramcılarına göre bağlanma stili süt çocukluğu döneminde bir kez güvenli ya da güvensiz olarak belirlendikten sonra yaşam boyunca devamlılık gösterir (Kesebir vd., 2011). Doğum öncesinde annenin fetüsle bağ kurması ile başlayan bağlanma süreci tek taraflı değil karşılıklı gelişen bir süreçtir. Bu ilişkide bebeğin hayatta kalmak için ihtiyaçları karşılanırken, bakım veren de bu durumdan doyum ve mutluluk elde eder (Yaman, 2019).

Bebek dünyaya geldikten sonra çaresizlik, kaygı, terk edilme, açlık gibi ihtiyaç durumlarını yaşadığında annenin teması, emzirmesi ve sıcaklığı ile ihtiyacı zamanında ve tutarlı olarak giderilirse çocukta olumlu dünya ve olumlu ben algısı oluşmaktadır. Buna bağlı olarak çocuğun zihninde iyi anne şeması oluşmakta ve dünya iyi bir yer olarak algılanmaktadır (Canbolat, 2019).

Çocuk ihtiyaç duyduğu zaman birincil bakıcısından olumlu bir dönüt alırsa, erişilebilir, emniyetli ve destekleyici bilişsel şemalar geliştirir. Zıttı bir durumda eğer bakım veren kişi çocuğun ihtiyaçlarına kayıtsız kalırsa ya da ihtiyaçlarıyla bağdaşmayan tepkilerde bulunursa çocuk bağlanma nesnesini reddedici ve kendisini de değersiz olarak görür.

Araştırmalar güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin çocukluk dönemindeki anılarını daha net hatırladıklarını ve bu anılara yönelik tutumlarının olumlu olduğunu göstermektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin bağlanma figürü olan ilişkisinin değersiz görme eğiliminde olduğu ve ilk yaşantısına yönelik deneyimleri hatırlamakta zorlandığı görülmüştür. Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler bakım verenlerini yapıcı ve destekleyici olarak tanımlarken, çocukluk yaşantılarına dair deneyimlerini tutarlı ve bütünleşik olarak hatırlayamamaktadır (Morsünbül ve Çok, 2011).

Bireyin bebeklik döneminde yaşadığı ilk sosyal başarısı bakım vereninden yani bağlanma nesnesinden kaygı ve kızgınlık hissetmeden bir süre uzak kalmaya dayanabildiği andır. Bunu başarabilmesi artık bebeğin zihninde var olduğu kesin hale gelmiş bir anne figürü oluşturur. Bebek artık anneyi güvenli üs olarak görür ve ihtiyaç duyduğunda ulaşabileceği bir annenin orda olduğunu bilmenin güveniyle bilmediği dış çevreyi keşfetmeye başlar (Yıldız, 2008).

İnsanın hayatta kalma içgüdüsünden kaynaklı olarak güvenli bağlanma ihtiyacı kaçınılmazdır. Güvenli bağlanma bireyin hayatta kalma şansını artırırken, güvensiz bağlanma bireyin hayatta kalmasına karşın sosyal yaşamda bir takım anormal uyumsuz davranışlar geliştirmesine sebep olmaktadır. Bebeklikteki sağlıksız bir bağlanma biçimi erişkinlikte ortaya çıkan psikopatolojilerin yordayıcısı olmaktadır (Kesebir vd., 2011).

DSM-5 ölçütlerine göre tepkisel bağlanma bozukluğu tanısında çocuğun zorlandığı zaman çok az rahatlatılma arayışında olması ve rahatlatılmaya karşı çok seyrek tepki vermesine etken olarak bakım veren ebeveynler tarafından ihmal edilmesi, kalıcı bağlanma için uygun ortamın oluşturulmaması ve birincil bakım verenin sık sık değişmesi unsurları yer almaktadır (APA, 2013). Bowlby, çocuğun sevgi ve desteği her arayışında anne ve baba tarafından itilmesi ve ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucunda yas tutma bağışıklığının, kendisini korumak için edindiği kabuğun sertleşmesi olarak betimlemektedir (Bowlby, 1980).

2.1.1. Bağlanma kuramları

Sigmund Freud klasik psikanalitik kuramında çocuğun gelişim sürecinin önemini vurgulayarak kendisinden sonraki birçok kuramcıyı etkisi altında bırakmıştır. Freud kuramında yetişkin kişiliğinin temelini çocukluk döneminde atıldığını

savunmaktadır. Haz ilkesine göre bebek hayatının ilk dönemlerinde emme davranışı ile oral doyum sağlamaktadır. Bebeklik döneminde bu doyumun engellenmesi çocuğun psikolojik sorunlar yaşamasına sebep olacaktır (Kaya, 2022).

Nesne ilişkileri kuramında Melani Klein, Freud'un kuramını baz alarak bireyin bebeklik döneminde ebeveynleri ile kurduğu ilişkinin yetişkinlik döneminde kurduğu sosyal ilişkilerdeki bağı etkilediğini savunmaktadır (Yaman, 2019). Erikson, psikososyal gelişim kuramında Freud'tan farklı olarak bebeklik dönemindeyken çevresine güvenemeyen bir bireyin bir sonraki gelişim döneminde desteklenmesi ve ihtiyaçlarının yeterli düzeyde karşılanması sağlanırsa güven geliştirebileceğini savunmaktadır (Özeren ve Akın, 2016).

Kohut'a göre çocuğun sağlıklı bir gelişim döneminden geçebilmesi için anneden onay tepkileri alması gerekmektedir. Eğer çocuğun aynalanma ihtiyacı bakım veren tarafından doyurulmazsa kendilik oluşumunda bozulmalar görülür. Kendilik değerini düzenlemede zorlanan, depresyon ve kaygı yaşayan bu kişilerin kendilik bozukluğunun sebebi, bebeklik dönemindeki kendilik nesnesiyle olan yaşantılarına bağlanmaktadır (Akça, 2017).

Lorenz ve Harlow, hayvan davranışlarını incelerken yavru maymunlarla yaptıkları deneyde yavruların beslenmek için telle kaplı anne maymunun yanına gittiklerini fakat beslendikten sonra havlu ile kaplı olan anne maymunun yanına yöneldikleri gözlemlenmiştir. Bu deney bebeklik döneminde beslenmenin yanı sıra gelişim için sıcaklık ve yakınlık ihtiyacının da karşılanmasının önemini vurgulamaktadır (Eyüboğlu, 2020).

Bağlanma kuramları, insan gelişimini inceleyen araştırmalar arasında önemli bir yere sahiptir. Bağlanma kuramını biçimlendiren düşüncelerin uzun bir gelişim süreci vardır. Bowlby bu etkiyi ilk gözlemleyen klinisyenler arasındadır. Bowlby'nin bağlanma üzerine yaptığı araştırmalara teşvik eden temel neden anne yoksunluğuna olan ilgisidir. Uzun bir süre annelerinden ayrılmış çocuk bakım evlerine yerleştirilmiş bebekleri gözlemlemiştir. Bebeklerin ayrılığa karşı verdikleri tepkisel sıralamanın benzerliğine dikkat çekmiştir. Önce ağlayarak protesto etme sonra üzüntü ile umutsuzluk daha sonra da bunu duygusal kopma evresi takip etmektedir. Kısa süreli bir ayrılığın bile uzun süren etkileri gözlenmektedir (Hazan ve Shaver, 1998). Öncelikle araştırmaları sonucunda uyum sorunu yaşayan çocukların üzerinde zayıf ebeveynliğin etkisini, daha sonra bakımsızlık ve anneden ayrılmanın bebeğin sağlığına

olumsuz etkisini açıklamaktadır. Anneden ayrılan çocukların bakıcı tarafından beslenmesine rağmen kaygılarının azalmadığını gözlemleyen Bowlby, bu gözlemlerini açıklamak için var olan teorileri yeterli bulmadığı için bağlanma teorisini formüle etti (Yaman, 2019). Bowlby'e göre bağlanma kuramı, bireylerin kendileri için özel diğer insanlara yönelik geliştirdikleri güçlü bir duygusal bağ kurma eğiliminin açıklayıcısıdır. Bağlanmanın oluşum temeline etki eden önemli iki faktör bulunmaktadır. Bunlardan birisi bağlanma nesnesinin emniyet ve destek ihtiyacını gideren biri olarak değerlendirip değerlendirilmediği, diğeri ise bireyin kendisini başkalarının gözünde özellikle bağlanma figürünün gözünde yardıma değer bulup bulmadığıdır. Bu iki değişken birbirinden ayrı gibi görünse de pratikte bir füzyon içerisindedir. Bağlanma figürü ile benlik modeli birbirlerini onaylayıcı ve birbirlerini bütünlüleyici şekilde gelişme gösterir (Sümer ve Güngör, 1999). Bu açıdan bağlanma örüntüsünü içinde bulunan toplumdaki normatif süreçlerle bireysel farklılıkların etkileşimi olarak açıklamak daha anlaşılır olacaktır. Yeni doğanın hayatta kalma dinamiği ile bakım verenin sahip olduğu çocuk yetiştirme kültürünün teması sonucu şekillenen farklı bağlanma örüntüleri çocuk ile ebeveyn arasındaki ilişkide belirginleşir (Sümer, 2006). Bowlby, doğal seçilimin tarih öncesinden bu yana hayatta kalmak için bağ kuranlardan yana olduğunu ifade etmektedir. İlkel dönemlerde tek başına olan ve yanında koruyup kollayıcı kimsesi olmayan biri potansiyel av durumundayken, yakınlık bağı kuranların hayatta kalma ihtimali daha yüksektir. Bağlanma sistemi adı verilen ve bakım verenden bebeğe aktarılan bu mekanizma bağ kurduğumuz kişinin yanındayken emniyette olmamızı ve korunmamızı sağlayan düşünce ve duygulardır (Demirci, 2017). Bağlanma stili kişiden kişiye farklılıklar göstermektedir. Bunu ortaya koyan önemli deneylerden biri Ainsworth ve arkadaşlarının yaptığı yabancı ortam testidir. Bu deneyde 12-18 aylık bebeği ile anne içerisinde oyuncaklar bulunan bir odaya alınır daha sonra odaya bir yabancı gelir ve anne bebeği yabancı kişiyle birlikte bir süre odada bırakır daha sonra anne odaya geri döner. Annenin odadan çıktığı zamanlarda ve annenin geri döndüğü zamanlarda bebeğin tepkisi ölçülür ve bağlanma tarzı değerlendirilir. Ainsworth bu deneyde bir bağlanma figürünün odada bulunması çocuğun bilmediği bir ortamı keşfetmesi ve araştırması konusunda güvenli dayanak olduğunu görmüştür. Bir çocuğun ortama katılması, keşfetmesi ve öğrenebilmesi için güvenli dayanağın bir ön koşul olduğunu belirtmiştir (Levine & Heller, 2011).

Öğrenme kuramı çerçevesinde bağlanma, Pavlov'un deneyinde olduğu gibi klasik koşullanma olarak açıklanmaktadır. Bebeğin anne-babaya bağlanma duygusunun temel ihtiyaçlarının karşılanmasından doğan rahatlama hissi ile oluştuğu belirtilmektedir. Bebek bir arada olma ve olumlu duygular arasında bir ilişki kurmakta ve yakın çevresindeki kişilere bağlanmaktadır. Bu görüşe göre bağlanma doğumla gelen bir duygu değil koşullanma sonucunda oluşan bir duygu olarak açıklanmaktadır. Araştırmalar öğrenme sonucunda bebeklikte gelişen bu bağın kalitesinin daha sonra kişilik yapısında ve sosyal ilişkilerde etkili olduğunu belirtmektedir (Sosyal vd., 2005).

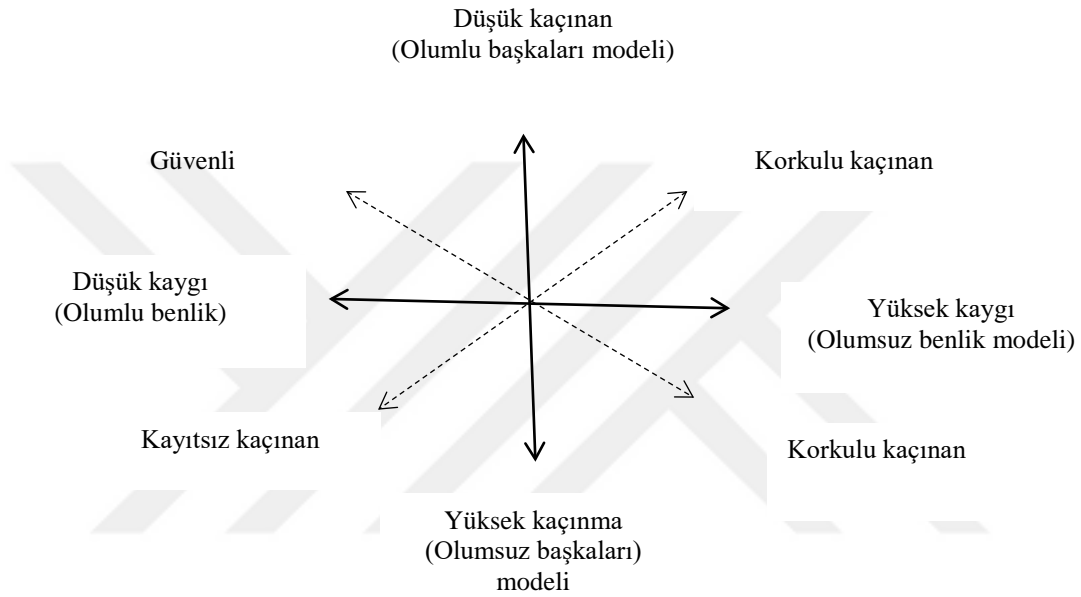
2.1.2. Bağlanma stilleri

Bağlanma ilişkisi şekilleri farklı biçimlerde değerlendirilmiştir. Bunlardan Hazan ve Shaver tarafından geliştirilmiş olan kendini değerlendirme ölçeğinde birincil ayırım güvenli bağlanma stili ile güvensiz bağlanma stili arasındadır. Güvensiz bağlanma stili, kaygılı ve kaçınan bağlanma tarzı olarak ikiye ayrılmıştır. Güvensiz kaygılı bağlanma stiline sahip kişiler zorluklar karşısında kendilerini yetersiz görürler ve çevrelerine olan inançları düşüktür. Bu bağlanma biçimi kaygılı bağımlı olarak da açıklanmaktadır. Güvensiz kaçınan bağlanma stiline sahip kişiler erken gelişim döneminde bakım vereninin istenmeyen, yakınlıktan uzak tutumlarının etkisinden dolayı kaygı verici durumlarda diğer insanların yardım edeceğine inançları zayıf ve problemleri kendi kendilerine çözmeye yönelik saplantılı bir eğilimdedirler (Yıldızhan, 2017).

Ainsworth yabancı ortam deneyinde güvenli, kaçınmacı ve kaygılı-kararsız olmak üzere üç farklı bağlanma tarzının olduğunu ortaya koymuştur. Güvenli bağlanma tarzında, bebek için bakım veren kişi güvenli bir üs niteliğindedir ve bebek bakım veren kişi ortamdaki ayrıldığı zaman geri döneceğini bilir. Özlem duyar ve geri geldiği zaman bakım verenine yönelip yakınlık kurar daha sonra tekrar oyuna devam eder. Güvenli bağlanan kişiler için diğerleri güvenilir, destekleyici ve iyi niyetliken kendilerini de sevilmeye layık ve değerli bulurlar. Başkalarıyla yakın ilişkiler kurabilirken özerk kalmayı da başarabilirler.

Kaçınmacı bağlanma tarzında, bebekler anneleri ortamdaki uzaklaştığında onları özlememekte ve geri döndüklerinde de umursamamaktadır. Anneleriyle bir araya geldiklerinde temas kurmak istemezler. Bu durum annenin bebeğin ihtiyaçlarına karşı duyarsız kalmasına karşın bebeğin bağlanmayı reddetmesi olarak gözlenmektedir.

Kaygılı bağlanma tarzında, bebekler annelerinin ortamdaki gittikten sonra geri döneceklerinden emin olamamakta ve yoğun bir huzursuzluk yaşamaktadırlar. Bu huzursuzluk anneleri tekrar odaya geldiğinde de devam etmektedir. Kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerin öz değerleri düşüktür ve diğer insanları da güvenilir bulmazlar. Bebeğin bakım verenine karşı geliştirdiği bağlanma stili yaşamının ilerleyen evrelerinde çevresiyle olan ilişkilerini büyük oranda etkilemektedir (Subaşı ve Kazan, 2020).



Şekil 2.1: Dörtlü Bağlanma Modeli

Kaynak: (Sümer, 2006)

Şekil 2.1’de gösterilen Bartholomew ve arkadaşlarının ortaya koyduğu Dörtlü Bağlanma Modeline göre, güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma stili mevcuttur. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler sevgi dolu, yakınlıktan korkmayan hem kendi benliğine hem de başkalarına yönelik olumlu tutumlara sahip kişilerdir. Bu sayede başkalarıyla rahatlıkla ilişki kurabilir aynı zamanda da kendi kendine yetebilirler. Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini sevilmeye layık görmezler, ancak başkalarını sevilmeye değer bulurlar. Özgüvenleri düşüktür. İlişkilerinde takıntılı kişilerdir, reddedilmekten ve terkedilmekten korkarlar. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerin kendilik algıları olumlu olmasına rağmen başkalarına yönelik algıları olumsuzdur. Özgüvenleri yüksektir. Karşısındaki kişilere güvenmekten ve duygusal olarak bağlanmaktan

kaçınırlar. Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler kendilerine ve çevresindekilere karşı olumsuz tutuma sahiptirler. Bu yüzden kendilerini ve çevresindekileri değersiz görürler. İçe dönük, çekingen yapıya sahip bu bireyler çoğu zaman reddedilme ihtimalinden kaçmak için ilişki kurmamayı tercih ederler (Çelik, 2018).

2.1.3. Bebeklik döneminde bağlanma

Bakım veren kişi ile bebek arasındaki bağın niteliğini aralarındaki ilişkinin tarzı belirlemektedir. Anne-bebek ilişkisinin temeli fizyolojik ihtiyaçlarla başlar ve bebeğin ihtiyaçlarına duyarlı olunması ve bu ihtiyaçların zamanında karşılanması önemlidir. Bunun yanı sıra, bebeğin sağlıklı bir gelişim dönemi geçirmesi için annenin verimli ve kaliteli paylaşımlarda bulunması destekleyici bir etkidir. Bebeğin sonraki gelişim dönemi ödevlerine hazır bulunurluğunun sağlanması, bakım veren kişinin bebeğin psikolojik, sosyal ve duygusal yönlerine bütünsel olarak hassasiyet göstermesine bağlıdır (Keskin ve Çam, 2007).

Yaşamın ilk yıllarında oluşan bağlanma tarzı bireyin yaşam boyunca hayatına giren diğer kişilerle olan ilişkilerinde kurduğu bağı yordamaktadır. Bağlanma figürü birey için hem itimat edilecek bir dayanak hem de samimiyet ve içtenlik kaynağı olup çoğunlukla birey için eş değeri olmayan bir kişidir (Çağlayan ve İpek, 2019). Bebeğin bakım vereni ile arasında gelişen bağlanma örüntüsü çocukluk ve yetişkinlik döneminde bireyin ruh sağlığı üzerinde etkilidir (Kapçı ve Küçüker, 2006). Freud'a göre sosyalleşme, bebeğin anne baba ile ilişkisinde kurduğu ilk bağın diğer insanlarla olan ilişkisine yansımadır (Özyürek, 2015). Bowlby, yaşamın ilk dönemlerinde edinilen bağlanma tarzının birey için beşikten mezara kadar önemli bir role sahip olduğunu vurgulamaktadır (Bowlby, 1969). Adler de kendi kuramında bu teorileri destekleyerek bebeklik dönemindeki ilk yaşantıların toplumsal yaşamda uyum için önemli olduğunu vurgulamakla birlikte farklı olarak kişinin hedefleri yönünde kendi yaşamında değişimler oluşturabileceği esnekliğine de pay vermektedir (Özyürek, 2015).

Bebeklik döneminde edinilen bağlanma stili bireyin aileden ayrışmasında, farklı sosyal ortamlara adım atmasında ve bu sosyal ilişkileri sürdürebilmesinde önemli bir yere sahiptir (Aslan ve Güven, 2010). Bebeğin ilk bağlanma figürü ile başlayan ve gelişen sosyal iletişim ve etkileşimi gelecek yaşamındaki ilişkilerindeki iletişim becerilerinin prototipini oluşturur (Çalışır, 2009).

Bağlanma nazariyesine göre, bebeklerin birincil bakıcıları ile ilişkilerinde edindikleri deneyimler kendi benlikleri ve başkaları hakkında kognitif şemalar ve modeller geliştirirler (Kılıç ve Kümbetlioğlu, 2016). İlk yaşantıda olumsuz deneyimler sonucunda edinilen negatif şemaların bireylerin gelecek yaşantılarında uyum bozucu etkisi olabilmektedir (Aydın, 2020). Bireyin çocuk, genç ve yetişkinlik döneminde çevresiyle sağlıklı bir uyum ve yaşantı içerisinde olması bebeklik döneminde anne babası ile kurduğu olumlu ilişkilere bağlıdır (Kesebir vd., 2011).

2.1.4. Orta çocukluk döneminde bağlanma

Bağlanma teorisine göre güvenli bağlanma stiline sahip çocuklar ebeveynlerini kaygı düzeyleri arttığı zamanlarda güvenli bir liman olarak görürken kaygı ve tehlikenin hissedilmediği oyun zamanlarında ihtiyaç duyduklarında ulaşabilecekleri bir güvenlik üssü olarak kullanabilirler. Orta çocukluk döneminde bebeklik dönemindeki kadar olmasa da bağlanmanın önemi ve etkisi sürmekte olup ebeveynler birincil bağlanma nesnesi olarak görülmeye devam etmektedir. Fakat çocukların, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimleriyle birlikte özerklik arayışları artar. Buna bağlı olarak çocuklar yaşlılarıyla daha çok vakit geçirmek isterler ve yeni amaçlar edinirler.

Çocuğun yeni okula başladığı, okula uyum ve sosyal çevre edindiği orta çocukluk dönemi bireyselleşme için bir geçiş dönemidir. Güvenli bağlanan çocukların okul yaşantılarının olumlu yönde ilerlediği gözlemlenmiştir (Sümer ve Şendağ, 2009).

Bağlanma kuramı çalışmaları gelişim dönemlerine göre incelendiğinde orta çocukluk ve erken ergenlik döneminin nispi olarak ihmal edildiği görülmektedir. Bebeklik, erken çocukluk ve yetişkinlik döneminde olduğu gibi orta çocukluk döneminde de bağlanma yaşantılarında farklılıklar oluşmaktadır. Ebeveynlere yönelik bağlanma dinamiğinin etkisi kısmen zayıflasa da çocuğun ihtiyaçlarına duyarlılıkla cevap almasının önemi giderek artmaktadır. Bu dönemde çocuğun bilişsel, sosyal ve duygusal olarak gelişimi özbildirim yoluyla kendini ifade etme becerisini destekleyerek ebeveynlerinden bağımsızlaşarak özerkleşmeye geçişi sağlar (Kırimer vd., 2014)

2.1.5. Ergenlik döneminde bağlanma

Ergenlik döneminde bireyde fiziksel, bilişsel ve duygusal olarak pek çok değişiklik görülür. Bireyin kimlik gelişimi farklı bakış açılarını anlamasını, kendi kendine yetecek güce sahip olmasını, akıl yürütme ve çıkarımda bulunma becerisinin

gelişimini sağlamaktadır. Bu dönemdeki değişimle birlikte birey daha fazla bağımsızlık ve özerklik arayışında bulunur bu durum ebeveynleri ile kurduğu bağlanma stiline de niteliğinde değişimlere sebep olur (Akdağ, 2011). Bebeklik ve çocukluk gelişim dönemini geride bırakan bireyin ergenlik döneminde ilk bağlanma nesnesine karşı olan ilgisinin yoğunluğu azalırken daha fazla zaman geçirdiği akran çevresine yönelmektedir (Ateş ve Erdem, 2020).

Ergenlik döneminde bireyin çevresi ile olan ilişkilerinde gösterdiği tepkilerin kalitesi ebeveynleri ile kurduğu ilişkinin yansıması olarak karşımıza çıkar. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler ergenlik döneminde karşılaştıkları gerilimli süreçlere uyum sağlamakta zorlanmazlarken güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin bu dönemde anti sosyal ve yıkıcı davranışlar sergilemeye eğilimli oldukları gözlenmektedir (Keskin ve Çam, 2007). Ergenlik döneminde çocukluktan farklı olarak bağlanma tek yönlü değil karşılıklılık ilkesine göre şekillenir. Bu dönemde ergen de diğer insanlar için güvenli üs konumunda görülmeye başlar. Araştırmalar ergenlik döneminde bağlanma figürü sıralamasında ilk sıraya romantik ilişkide olduğu kişinin daha sonra anne-baba, kardeş ve arkadaşların geldiğini göstermektedir. Bebeklikteki ilk yaşantılarla gelişen bağlanma tarzı ergenlik döneminde diğer insanlarla ilişkilerine taşınmaktadır (Morsünbül, 2005).

2.1.6. Yetişkinlik döneminde bağlanma

Bebeklik döneminde bakım veren kişi ile kurulan ilişki sonucunda oluşan bağlanma stili yetişkinlik döneminde de bireyin ilişkilerini etkilemektedir. Yetişkinlik döneminde bağlanma örüntüsü bireylerin kendilerini fiziksel, psikolojik ve duygusal olarak güven veren bir ya da birden fazla kişiye karşı duyulan yakınlık hissinin devam ettirilmesi olarak açıklanabilir (Kozan ve Hamarta, 2017). Ainsworth bireyin ebeveyni ile olan bağlanma stiline yalnızca bebeklik dönemi ile sınırlı kalmadığını ilerleyen gelişim dönemlerinde ebeveynleri güvenli üs olarak kalırken ergenlik döneminde baskın bağlanma duygusunun arkadaşlarına erişkinlikte ise romantik ilişkilerine yöneldiğini belirtmektedir (Çetin vd., 2017).

Güvenli bağlanma stiline sahip olan insanlar yetişkinlik döneminde diğer insanlarla kurdukları ilişkilerinde rahat, güvende hissederler terk edilme kaygısı yaşamazlar. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler başkalarını ve dış dünyayı güvenilir bulmazlar sadece kendilerine güvendikleri için ilişki kurmaktan kaçınırlar.

Kaygılı bağlanma stiline sahip insanlar başkaları ile ilişki kurarlar fakat terkedilme kaygısına eğilimlidirler. Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler ilişkide kaygılıdır fakat kaçınan davranışlarda bulunmazlar aksine ilişkide kalıp ispat ve onay ihtiyacı duyarlar (Bayram, 2022).

Yetişkinlik döneminde bağlanma stilleri ile ilgili yapılan araştırmalarda bireyin daha önceki bağlanma yaşantılarının romantik ilişkilerinde ve sosyal hayatındaki etkisine odaklanılmaktadır. Araştırmalarda güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerinde karşılaştığı sorunlu durumlarda kaygılı ve kaçınan tepkiler gösterdikleri, yakın ilişkilerinde tutarsız davranışlar sergiledikleri gözlenmektedir (Yıldırım,2022). Kaygılı bağlanma tarzına sahip kişilerin başkaları ile olan ilişkilerinde sürekli iniş çıkışlar yaşadığı, kaçınan bağlanma tarzına sahip kişilerin ise ilişki kurmaktan ve yakınlıktan kaçındıkları görülmektedir. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler ilişkide bağılıktan ziyade bağımlı konumdadır sürekli kaybetme korkusu yaşadığı için sadece karşısındakinin duygularını önemser ve yerine getirmeye çalışır. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler ise yakın ilişkide bağımlılık duygusundan dolayı rahatsızlık hisseder ve uzaklaşmayı tercih eder (Barkale ve Hamarta, 2022).

2.2. Bağımsız Öğrenme Becerileri

2.2.1. Öğrenme kavramı

Öğrenme davranışlarda veya davranış potansiyelinde görel olarak kalıcı değişimlere sebebiyet veren deneyimler olarak tanımlanmaktadır. Öğrenme özellikle psikoloji bilimi açısından değerlendirildiğinde yalnızca insana özgü bir yeti olarak ele alınmaz. Öğrenme organizmaların değişen ve zorlayıcı dış koşullara uyum sağlama becerisi olarak açıklanabilir (Alıcı, 2020).

2.2.2. Bağımsız öğrenme için öz düzenleme kavramı

Geliştirilebilen dinamik bir kavram olan öğrenme insanlık tarihi boyunca birçok araştırmanın temel konusu olmuştur. Bireylerin tarih boyunca öğrendikleri konular değişirken öğrenme yöntemleri dolayısı ile neyi nasıl öğrendikleri de araştırmacıların esin kaynağı olarak yerini korumuştur. Geleneksel yöntemler öğrenmenin etkilendiği dış faktörlere odaklanırken günümüzdeki çalışmalar öğrenmenin asıl merkezi olan bireyin kendisine ve öz dünyasına doğru yönelmektedir (Gültaş, 2019). İnsan biyolojik

olarak hiçbir işle meşgul olmadığı süreçte bile zihin çalışmaya ve algılamaya devam eder. Herhangi bir öğrenme güdülenmesi olmadan doğal etkinlikler içerisindeyken aktif ya da pasif fark etmeksizin deneyimledikleri ile irade kabiliyeti gelişir. Bireyin dünyaya gelmesiyle başlayan öğrenme serüveni eğitim hayatına başlamadan dış dünya ile ilgili bir algı oluşturmasını sağlar (Özarpınar, 2010).

Doğumla başlayan ve bireyin yaşamı boyunca devam eden öğrenme süreci kişinin bilgiyi kendi zihninde yapılandırmasıyla gerçekleşir. Dolayısıyla her bir bireyin bilgiyi algılama ve kendi zihninde işleme becerisi incelenirken bireysel farklılıkların göz ardı edilmemesi önem arz etmektedir (Tatar ve Tatar, 2007). Öğrenme yalnızca dış dünyanın bir kopyası olarak edilgen bir emilim değil bireyin kendi deneyimlerinden anlam çıkarma işidir (Yurdakul, 2004). Bireyin öğrenme becerilerini düzenlemesi dış dünyanın desteği ile şekillenir. Çocukların başarılı bir kimlik kazanması için buldukları en önemli yer öncelikle aile daha sonra okuldur. Çocuk evde gelişim ödevleri konusunda başarılıysa okulda da başarısı devam edecektir. Bireyin benlik algısında istikrar ve süreklilik varsa öğrenme sürecindeki adımları başarılı olarak ilerler fakat benlik algısı kaygı, değersizlik ve yapamayacağı yönde ise başarısızlıkla sonuçlanacaktır. Başarı kavramı bilgi, beceri, yetenek gibi bilişsel becerilerin yanı sıra kişilik, tutum ve benlik algısı gibi özellikleri de kapsamaktadır (Gökçedağ, 2001).

2.2.3. Bağımsız öğrenme için gerekli beceriler

Bağımsız öğrenme, öğrenme sürecinde dış faktörlerin yanı sıra kişinin kendi hedeflerine yönelik etkin olarak rol alması ve fikirler üretip tatmin edici bir yapıya ulaşana dek kendisine yeni fırsatlar oluşturmasıdır. Bağımsız öğrenmenin içeriğini bireyin bilişsel, metabilişsel ve duyuşsal becerileri oluşturmaktadır (Burak, 2020).

Bilişsel beceriler; hafıza, dikkat, akıl yürütme ve muhakeme yeteneğini kapsamaktadır. Bireylerin bilgi edinme sürecinde, algılamasını, değerlendirmesini, bir yargıya varabilmesini sağlayan yetilerdir. Bilişsel gelişim dış dünya tarafından düzenlenen becerilerden kişinin kendi kendini kontrol etme ve düzenleme becerilerine doğru bir gelişim göstermesi olarak açıklanabilir (Ataalkın, 2012). *Metabilişsel beceriler*; öz düzenleme, öğrenme sürecini organize edebilme, ilişkisel düşünebilme, öz değerlendirme yapabilme ve öğrenmeyi öğrenme süreçlerini kapsamaktadır. Bilişüstü, ilk kez Flavell tarafından Metamemory (Metabellek) terimi ile ifade edilmiş,

bireylerin kendi bilişsel süreçlerini bilmesi olarak tanımlanarak literatüre kazandırılmıştır (Manav, 2011). Bazı araştırmacılar bilişüstü becerilerin 4-6 yaş aralığında oluşmaya başladığını ve okul yaşamı boyunca gelişiminin sürdüğünü belirtmektedirler. Yapılan araştırmalarda güdünün bilişüstü becerileri kullanmada önemli bir etken olduğu belirtilmiştir (Koç ve Karabağ, 2013). Bireyin yürütücü biliş stratejilerini yani kendi öğrenmesinde kullandığı yöntemlerin farkında olması, neyi nasıl, ne şekilde öğreneceğini bilmesi, öğrenme sürecini verimli bir şekilde organize edebilmesini sağlamaktadır (Sağ ve Şit, 2020). Üstbilişte bilişin farkındalığı vardır ve nerede kullanılacağı bilinmektedir (Özsoy, 2008). *Duyuşsal beceriler*; duyarlılık, özgüven, inanç, güdülenme, sorumluluk, ilgi, öğrenmeye eğilimli olma gibi süreçleri kapsamaktadır (Burak, 2020). Sosyal ve duygusal becerileri de kapsayan duyuşsal beceriler, toplumla bütünleşmeyi sağlayan, hayatta kalmayı kolaylaştıran, iletişim becerilerini güçlendiren, akademik başarıyı etkileyen bu yetiler bireyin diğer insanlarla ilişki kurmasında ve amaçlarını gerçekleştirmesinde büyük bir öneme sahiptir (Durualp, 2014).

Bağımsız öğrenme becerisi yüksek olan bireyler öğrenme süreçlerinin ve becerilerinin farkında olarak gereksinimlerini, öğrenme hedeflerini, öğrenme için gerekli kaynaklarını belirler, uygun öğrenme stratejilerini seçip uygular, öğrenme çıktılarını değerlendirir ve başkasının yardımını olsun ya da olmasın inisiyatiflerini süreç boyunca kullanır (Karagülle ve Berkant, 2022). Alan yazında yapılan çalışmaların bulguları incelendiğinde güvenli bağlanan çocukların öz düzenleme düzeyinin yüksek olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanan bireyler kendilerinin daha çok farkındadır bu yüzden kendilerini zorlanmadan motive edebilir ve kendi öğrenme sürecini düzenleyebilir, buldukları ortamlara aktif katılım sağlayarak bilhassa eğitim öğretime karşı olumlu tutum geliştirirler (Baysal ve Özgenel, 2019).

Güvensiz bağlanan bireyler yeterli ve sağlıklı bir iletişime sahip olmadıkları için bireysel ve örgütsel alanda zorlanmakta, yeterli ve etkin olamamaktadır (Kılıç ve Kümbetlioğlu, 2016). Annelerine güvenli bağlanan çocukların öz düzenleme becerilerinin güvensiz bağlanan çocuklara göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Bayındır ve Ural, 2019).

Çocukların öğrenme sürecinde ebeveynlerin tutumları önemlidir. Okulda veya arkadaşlık ilişkilerinde sürekli takipte ve müdahaleci olan, çocuğun yaptığı hatalarda bahaneler türeten ebeveynlerin çocukları yetişkinlik hayatında bireysel bağımsızlığını

kazanmakta zorlanmaktadır (Robinson & Aronica, 2015). Bandura'ya göre, öğretimin amaçlarından biri de çocukların öğretmenlere olan ihtiyaçlarını ortadan kaldırarak kendi kendilerine öğrenme yollarını bulup hayat boyu bağımsız öğrenme becerisi kazanmalarını sağlamaktır. Bireyin bağımsız öğrenme becerisi için öz düzenleme yetisinin gelişmiş olması gerekmektedir. Öz düzenleme kişinin belirlediği bir hedefe ulaşabilmek için duygu, düşünce ve davranışlarını eyleme geçirmesi ve sürdürebilmesidir. Öz düzenleme yeteneğine sahip öğrenciler, akademik olarak başarılı, öğrenme sürecini daha kolay hale getirebilen, öz yerlilikleri yüksek, öğrenmek için yeterli beceride ve istektedirler. Öğrenmeye değer verirler ve verilen görevlere karşı sorumluluk duyarlar, bu görevlerden yarar sağlamak konusunda sistemlidirler. Öncelikle öğrenme örüntüsünün analizini yaparak kendilerine hedefler oluşturup süreçte öğrenme görevini başarmalarına yardımcı olacak stratejilerden yararlanırlar. Her çocuk öz düzenlemeyi öğrenmeye ailede başlar. Aileler teşvik ederek, çocukları destekleyerek, ödüllendirerek çocukların öz düzenlemeyi öğrenmelerine model olmalıdırlar (Hoy, 2015).

Birey anne babadan, otoriteden bağımsız olarak amaç ve hedeflerini belirlediğinde, belirlediği hedefler doğrultusunda materyallerini, stratejisini ve taktiklerini seçtiğinde, seçtiği görevin adımlarını uygulayıp değerlendirdiğinde özerk öğrenen kişi olarak tanımlanmaktadır. Özerk öğrenmede, öğrenmenin sorumluluğu çocuğun kendisindedir. Öğrenme sürecinin yöneticisi de öğrenenin kendisidir. Özerk öğrenmeye ilişkin bireyin sahip olduğu yetiler isteklilik, girişkenlik, beceriklilik ve kararlılık olarak sıralanabilir. Birey kendi iradesiyle özgürce seçimini yapar ve öz düzenleme becerisi ile seçimin sürecinde aktif olarak yer alır, hedefine ulaşma yolunda kararlılığını sürdürür (Çelik, 2017).

Tablo 2.1: Bağımlı Öğrenen ve Bağımsız Öğrenen Arasındaki Farklar.

BAĞIMLI ÖĞRENEN	BAĞIMSIZ ÖĞRENEN
<ul style="list-style-type: none"> • Bilginin pasif alıcısıdır • Öğretmeni, öğrenme sürecinin uzmanı olarak kabul eder. • Öğrenme süreci öğretmen tarafından yönlendirilir ve düzenlenir. • Öğrenme sürecindeki rolü pasiftir. • Başarılı olup olmadığının değerlendirmesini öğretmenden bekler. 	<ul style="list-style-type: none"> • Öğrenme sürecinde bilgiyi aktif olarak yapılandırır. • Bilgiyi aktif olarak yapılandırır. • Kendi öğrenmesini yönlendirir ve düzenler. • Kendi öğrenme sürecinde başrolde dir. • Kendi öğrenme sürecini ve performansını değerlendirir, bir sonraki öğrenmeler için dersler çıkarır.

Kaynak: (Saraç ve Ogelman, 2022)

Tablo 2.1’de belirtildiği gibi bağımsız öğrenen çocuklar öğrenme sürecinde kendileri uzman rolünü üstlenir, tam zıddı bağımlı öğrenme stilineki çocuklar kontrolü otoriteye bırakır anne babayı veya öğretmenini uzman olarak görür. Bağımlı öğrenen çocuklar süreç boyunca pasif alıcıyken bağımsız öğrenen çocuklar aktif alıcıdır. Bağımlı öğrenen çocuklar başarıyı değerlendirmeyi otorite figürüne bırakırken bağımsız öğrenen çocuklar kendi sürecinin başrolünde olup, öz değerlendirmesini kendisi yapar ve sonraki aşamalar için ders çıkarır. Bağımsız öğrenmede önemli bir beceri olan üst biliş, çocuğun kendi zihinsel sürecini kuş bakışı görmesini sağlayarak öğrenmesini hangi yöntemlerin kolaylaştırdığının hangi taktikleri değiştirmesi gerektiğinin değerlendirmesini yaparak öz düzenleme yapmasını sağlar. Çocukların bağımsız öğrenenler olabilmesi için yürütücü işlevlere sahip olması gerekir. Verilen yönergeleri anlamayabilmesi ve sırasına göre hatırlayabilmesi için çalışma belleğine, amacı doğrultusunda ilerlerken gerektiğinde yönünü değiştirebilmeyi başarabilmesi için bilişsel esnekliğe, hedefine ilerlerken amacının dışındaki alışkanlıkları ya da dikkat dağıtıcı uyarıcıları filtreleyebilmesi için engelleyici kontrole ihtiyacı var. Çocuklar kendi davranışları ve seçimleri üzerinde kontrol sahibi olduklarında bu becerileri bağımsız öğrenme yetilerini de destekleyip geliştirecektir (Saraç ve Ogelman, 2022). Bireyin bağımsız öğrenme becerisine sahip olması, kendi öğrenme sürecinde inisiyatif alması daha derin öğrenmesini sağlamaktadır. Öz yönetimli öğrenme yetisi bireyin kendi öğrenme sürecinde sürdürülebilir motivasyon sağlamakta ve hayat boyu öğrenme becerisini geliştirmektedir (Aşkın, 2015). Anne babanın çocuğun öz yeterliliğini geliştirmek için, öğrenmeye uygun ortam hazırlaması, başarmaya çalıştığı konuyla ilgili bir rol model olması, çocuğun çalıştığı takdirde başarabileceğine dair inancını belirtmesi, çocuğun kapasitesinin gerçekçi analizini yaparak geri bildirimlerde bulunması, samimi ve süreç odaklı olarak övgülerde bulunması önemlidir. Öz yeterlilik altı boş bir kendine güven değil, sorumluluk, öz disiplin, bilgi, beceri ve çaba gerektirir (Sekman ve Eriş, 2021). Çocuğun yaşamında karşılaştığı en büyük hayal kırıklıklarından biri kendi yüksek ideali ile gerçek koşulların uyuşmadığını görmesidir. Özellikle anne babadan kopamamış bağımlı kişilikler için anne baba güvenilmez olarak algılanır. Anne babadan ayrılmış ve bağımsız düşüncelere sahip bir çocuk dış dünyada doğru ve yanlış ayırıcısına varır anne baba yanlış bir söylemdeyse kendi doğrusunu savunabilir fakat yine de onları sevmeye devam eder (Ferenczi, 2017).

2.3. Okul Mutluluğu

2.3.1. Mutluluk kavramı

Mutluluk kavramının alan yazında birçok farklı tanımı yapılmaktadır. Türk Dil Kurumuna göre mutluluk, “Bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, ongunluk, kut, saadet, bahtiyarlık, saadetlilik” olarak tanımlanmıştır. Bir diğer anlam olarak da alan yazında mutluluk öznel iyi oluş, yaşam doyumu olarak da tanımlanmaktadır (Namdar, 2018).

Hayatta kalmak için bir insana su, hava, yemek ve uyku yeterli gibi görünse de insan zihinsel ve ruhsal bütünlüğünü sağlamak ve geliştirmek için yaşamsal bağlara ihtiyaç duyar. Sosyal bir ilişki içerisinde olmayan, yalnızlaşan insan yaşamdan doyum alamaz. İnsanın mutlu olması için bağ kurması zaruri bir ihtiyaçtır (Cumalıoğlu, 2020).

İnsanın tabiatında şüphesiz ki hazzı arama ve acıdan kaçınma hayati çıkarlar içerisindedir. Pek çok ülkede mutluluk hayatta kalabilmek olarak açıklanır. Yaşam koşullarını iyileştirme çabası ve sahip olduğu işi en iyi şekilde yapma, sürdürme ve tamamlama isteği de bu tanımın içerisinde varlığını korur. Sürekli hoşnutluk halini sağlayan bir çevre koşulu mümkün olmadığı gibi iyi oluş hali sadece çevreye bağlı değil insanın kendi iç dünyası ile de bağıntılıdır. Antik filozoflar döneminde nesnelere ve durumların insanların onlar hakkında düşüncelerinden etkilenebileceği keşfedilmişti. İnsan en zorlayıcı yaşam koşullarını bile yaşanılabilir şekilde zihninde yorumlayabilirdi (Schmid, 2014). İnsanların zorlu yaşam şartlarından bağımsız olarak çektikleri acının temel sebebinin sahip oldukları yıkıcı duygular olduğu düşünülmektedir. Nefret duygusunun şiddeti artırması, korkunun kaygı ve endişe ile insan ilişkilerinin dinamiğini bozması gibi yıkıcı duyguların bozucu etkisini kontrol etmek dolayısı ile duygu düzenleme becerilerini geliştirmek insanın mutluluk için yapacağı duyarlı bir adımdır (Goleman, 2005).

2.3.2. Mutluğun belirleyicileri

Mutluluğun belirleyicileri demografik değişkenler, kişilik özellikleri ve amaçlar olarak sıralanabilir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde demografik değişkenlerin bireyin mutluluğunu %10 oranında etkilediği tespit edilmiştir. Kişilik özelliklerinin ise mutlulukla anlamlı ve önemli bir ilişkide olduğu araştırmalarda görülmektedir. Dışa dönük ve sosyal becerileri yüksek olan bireylerin daha mutlu oldukları gözlenirken,

duygusal olarak dengesizlik içerisinde ve anti sosyal kişilik yapısına eğilimli olan bireylerin daha mutsuz oldukları gözlenmektedir. Kişilik özelliklerinin, mutluluğu %50 oranında etkilediği gözlenmiştir. Mutluluğu artırma stratejileri olarak da adlandırılan amaç yönelimli etkinliklerin bireylerin mutluluğu üzerinde %40 oranında etkili olduğu araştırmalarda belirlenmiştir (Eryılmaz, 2016).

2013-2018 yılları arasında TÜİK verilerinden yararlanılarak yapılan araştırmada mutluluğun dinamikleri çalışma hayatı ve gelir, sosyal baskı, kişisel güvenlik ve adalet hizmetleri, sağlık ve sosyal güvenlik, eğitim, kamusal memnuniyet, kişisel gelişim, kişisel çevre ve destek ağları olarak özetlenmiştir. Bireysin sosyal çevresinin, komşuluk ilişkilerinin mutluluk düzeyini arttırmada bir belirleyici olduğu belirtilmiştir (Ertürk ve Koç, 2021).

Ryff, psikolojik iyi oluşu altı birleşenle açıklamıştır: Kendini kabul etme; yani gerçekçi bir benlik algısına sahip olmak, başkalarıyla olumlu ilişkiler; yani diğer insanlarla şefkatli ve samimi ilişkiler geliştirebilme, özerklik; yani kişinin kendi kararlarını verebilmesi başkalarının onayı olmadan kendi kendini ölçebilmesi, çevre hakimiyeti; yani kişinin ihtiyaçları ve değerlerinin çevresi ile uyumlu olması, hayattaki amaç; yani kişinin hayatında net bir yönünün olması ve bunun farkında olarak yaşaması, kişisel gelişim; kişinin tam potansiyelini optimize etmek için çalışması olarak belirtilmiştir (Henn ve ark, 2016). Türkiye’de üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yaş ve cinsiyet değişkeninin mutluluk düzeyi üzerinde etkisi olmadığı belirtilirken, zaman yönetiminin, eğlence hayatına katılımın mutluluk düzeyi üzerinde pozitif bir etkisi olduğu belirtilmiştir (Maşa ve Kırıl, 2019).

2.3.3. Mutluluk kuramları

Aristo insanın en yüksek iyi olma düzeyi olan mutluluğu “eudaimonia” kavramı ile açıklamıştır. “Eudaimonia” günümüzde mutluluk kavramı ile eş değer görülse de mutluluk statik-sabit bir durumken “eudaimonia” yaşam içindeki hareketi ve aktiviteyi temsil etmektedir. Aristo’nun kavramına göre her bireyin iyi bir yaşam amacı olduğu ve sahip olduğu fonksiyonları aktif olarak en iyi şekilde kullanırsa bu amaca ulaşabileceği yöndedir. Aristo ister erkek ister dişi kişisi fark etmez insanlığın “Eudaimonia”ya sahip olduğunu ve fonksiyonlarını spesifik olarak en iyi şekilde kullandığında mutluluğa ulaşabileceğini savunmaktadır. Aristo bu savı ile kendisinden sonraki düşünürleri de etkilemiştir (Işık ve Meriç, 2010).

Uliteryen kurama göre mutluluk kavramı incelendiğinde, Bentham memnuniyet ve acının karakterize edilmesiyle, Nordenfelt ise istek-denge teorisi ile açıklamaktadır. Bentham tıpkı Aristo gibi moral değerler üzerine yoğunlaşmakta ve bireylerin başkaları ile etkileşim halinde olduğunu bu etkileşimin yönü üzerinde durmaktadır. Nordenfelt mutluluğu, gereksinim duyulan memnuniyet olarak belirtmektedir. Kişilerin isteklerinin öncelik sıralaması ve tatmin edilen isteklerle mutluluk arasındaki ilişki üzerinde durmaktadır (Kahyaoğlu, 2008).

Antik Yunanlılardan bu yana insanoğlu mutluluğun ne olduğu ve bireyi ne mutlu eder sorusunun cevabını aramıştır. Günümüzde de pozitif psikoloji alanında mutluluk kavramının araştırmaları devam etmektedir. Değişen sosyal, kültürel ve ekonomik faktörlerin etkisiyle insanların mutluluk kavramına yüklediği anlamlar da değişmektedir. Bu durumda araştırmaların sürengenliğini ve yeni kuramların ortaya atılmasını sağlamaktadır (Maşa ve Kıral, 2019). Pozitif psikoloji alanında ele alınan kuramlar incelendiğinde; Uyum kuramı, bireylerin değişen çevresel şartlara karşı uyum sağlama özelliği üzerinde durmaktadır. Zaman içerisinde bireylerin olumlu koşullara da olumsuz koşullara da alışabildikleri ve bu sebeple mutluluk ve mutsuzluk hallerinin devamlılık göstermediğini belirtmektedir. Bireylerin mutlu olma durumlarının geçici bir süreç olduğu belirtilmektedir. Sabit nokta kuramı, insanların mutluluk düzeylerini genetik yatkınlık ve kişilik özellikleri açısından değerlendirmekte ve her bireyin sabit bir mutluluk düzeyinin olduğunu belirtmektedir. Değişen koşullarda sabit olan bu mutluluk düzeyi değişse bile kısa zamanda bireyin yeniden sabit mutluluk düzeyine döndüğünü vurgulamaktadır. Aşağıdan yukarıya yukarıdan aşağıya kuramı, bireylerin kişilik yapılarının onların yaşam deneyimlerini nasıl yorumladıklarını etkilediğini belirtmektedir. Eğer bireyin kişilik yapısı mutsuzluk temeli üzerine yapılanmışsa deneyimlerini olumsuz olarak değerlendirir. Mutluluk kavramını, kişilerin yaşam alanından elde ettiği doyumun sıklığı yani küçük küçük mutlulukların toplamı olarak açıklar. Erek kuramına göre, insanlar ihtiyaçlarını doyurdukları ve çeşitli amaçlara sahip olduklarında mutlu olmaktadır. Özellikle Maslow ihtiyaçların hiyerarşik bir yapıda olduğunu belirtmiştir. Günümüzde değişen şartlarla yetkinlik, ait olma ve özerklik ihtiyaçları da psikolojik düzlemde belirtilmektedir. Araştırmalar bir amaca sahip olan insanların, sahip olmayanlara göre daha mutlu olduklarını göstermektedir. Etkinlik kuramı, bireyin mutluluğunu amaçlarının gerçekleşmesinden ziyade amaçları için gerçekleştirdiği etkinliklerin

oluşturduğunu vurgulamaktadır. Yargı kuramına göre, insanların mutlu olmak için kendilerine bazı ölçütler belirledikleri ve buldukları koşullarda bu ölçütlere ne derece ulaştıklarını değerlendirerek mutluluk düzeylerine belirlemektedirler. Birey kendisini başka insanlarla karşılaştırarak mutlu olup olmadığı sonucuna da ulaşabilmektedir. Mutlu insanlar kendi yaşamlarını, kendilerinden daha kötü durumdaki insanlarla kıyaslarken mutsuz insanlar kendilerini hem daha iyi hem daha kötü durumdaki insanlarla kıyaslama eğilimindedir (Eryılmaz, 2016).

2.3.4. Orta çocukluk döneminde mutluluk

Bireyin büyüme sürecinde tecrübe ettiği temel duygulardan biri olan mutluluk, çocuğun gelişiminde pozitif yönde bir işaret ve belirleyici olarak kabul edilmektedir. Okul çağındaki çocuklar için mutluluk geleceklerini etkileyecek önemli bir göstergedir. Çocukların mutluluk düzeylerinde aile içinde değer verme, sevgi, açık iletişim, karşılıklı güven ve duygusal yakınlığın bulunmasının, ayrıca destekleyici ebeveynlere sahip olmanın etkili olduğu görülmüştür (Demiriz ve Ulutaş, 2016). Çocuk ilk olarak doğduğu aile içerisinde sosyal bir ilişki kurmaya başlar. Burada edindiği ilişki örüntüsünün yaşamının ilerleyen dönemlerinde de etkisi kaçınılmazdır. Normal bir ailede ebeveynler kendilerini çocuğun bitmez tükenmez ihtiyaçlarını karşılamaya, rahatlatmaya ve korumaya adanmışlardır. Bebeğin memnuniyeti anne baba için bir haz kaynağıdır. Çocuğun gelişimi sürecinde anormal bir durum söz konusu olmadığında özenli ve sevgi dolu bakılır. Annenin yüzü, gülüşü, dokunuşu, bakım verdiği zamanda ki sakinliği ve enerjisi çocukta mutluluk yayan nöral ağların uyarılmasını sağlar. Duyarlı, ilgili ve sevgi dolu bir anne baba ile büyüyen çocuk sosyal bağlar ile hazzı ilişkilendirir. Çocuk için sevdiği, saygı duyduğu insanlar tarafından kabul ve onay görmek en büyük ödül ve haz kaynağı olur (Perry ve Szalavitz, 2014).

7-12 yaş aralığını kapsayan orta çocukluk döneminde çocuklar kilo alır ve boyları uzar, bilişsel olarak sınıflama, sıralama, gruplandırma gibi pek çok beceriyi sergilerler. Bu dönemde yavaş yavaş özerk ahlak anlayışına doğru geçiş yapan çocuklar için akademik başarı gelişimsel bir görev olarak görülür. Başarı duygusunun yaşanmaması aşağılık duygusunu oluşturabilir. Aile ile kurulan yakınlık ilişkisine arkadaşlarla olan ilişkiler eklenir. Sosyal bağları gelişir ve anne baba ile oluşturduğu ilk ilişki dinamiği şekillenir. Çocukların bu dönemde arkadaşlık ilişkileri, okula

uyumu ve akademik gelişiminin ebeveynler tarafından izlenmesi çocuklarının gelişiminin sağlıklı olmasını sağlamaktadır. Gelişimsel görevlerinde başarı gösteren çocuklar mutlu olmaktadır (Eryılmaz, 2016). Orta çocukluk döneminde çocuklar zamanlarının büyük bir bölümünü okullarda geçirmektedir. Çocukların okulda geçirdiği süreçteki mutluluğunu okula karşı tutumu, arkadaşları ile olan ilişkileri, iletişim becerileri ve akademik başarısı etkilemektedir (Kırnık ve ark, 2021).

Okul çağı çocuklarının okulda geçirdikleri bu süreç değerlendirildiğinde okul mutluluğu çevresel faktörler, beklentiler ve psikolojik ihtiyaçlarının uyumu ile oluşmaktadır. Araştırmalar incelendiğinde orta çocukluk döneminde çocukların mutluluk tanımı aile ve arkadaşları ile iyi vakit geçirme, keyifli etkinliklere katılma, akademik başarı ve başkalarına yardım etme gibi değişkenler oluşturmaktadır. Öğrencilerin okuldaki başarıları ile okuldaki mutlulukları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Okul yaşantısında mutlu olan çocuklar akademik olarak başarılı, arkadaşlık ilişkilerinde sosyal becerileri gelişmiş, değişen çevre koşullarında duygusal uyumları güçlüdür. Okul yaşantısında mutsuz olan çocukların ise akademik başarısında düşüş ve sosyal bağlarının zayıf olduğu gözlenmektedir (Özdemir vd., 2021). Okullarda çocuklar toplumsal kültürü kazanmaları, hayata hazırlanmaları, bireysel olarak yaşamlarını sürdürebilme becerilerini geliştirebilmeleri amacıyla günün en verimli 6-7 saatini geçirmektedirler. Bu sürecin anlamlı ve amacına uygun sonuçlanması çocukların okuldan maksimum verimi almasına bağlıdır. Çocukların okula bağlılığı ve verimli zaman geçirmesinde okul yaşantısındaki mutluluğu oldukça önemlidir (Döş, 2013).

Araştırmalara göre güvenli bağlanan ve dışadönük olan bireyler, içedönük bireylerle kıyaslandığında keşfetmeye açık, meraklı, özgürlükçü düşünceye sahip, olumlu duyguları deneyimlemeye eğilimli, öz düzenleme becerisi yüksek, başarıya güdülü, tedbirli ve sorumluluk bilincine sahiptirler (Kahya ve Gençöz, 2020).

İlişkiler bebeklik döneminde başlar ve genişleyen daireler şeklinde büyüyerek bireylerin hayatta kalmasına, gelişmesine tesir eder. Bakım veren ile çocuk arasındaki ilişkinin başarılı olması içerisinde alma verme dengesini, duygusal bağlanma ve düzen şartlarını barındırır. Bebek doğduğu ortamı seçemese de tıpkı bir ağaç gibi uyum sağlamak zorunda kalır. İçinde bulunduğu aile ortamı olumlu da olsa olumsuz da olsa bebek bir bağ kurar ve bu bağlılığı sevgi ve mutluluk olarak yaşar. Bebek için bu ilk sevgidir ve çok derindir. Çocuğun kendi kimliğini bulması için bir aile sistemi

içerisinde olması gerekir. Bu sistemdeki düzensizlik ya da eksiklik çocuğun boşlukta kalmasına, depresyona eğilimli olmasına ve mutsuzluğuna sebep olur (Hellinger ve Weber, 2015). Eğer bebek doğduğu ailede yeteri kadar sevilmez ve duygusal bağ kuramazsa kendisini varoluşta yabancılaşmış hisseder, kendi annesine güvenemezse dünya da onun için güvenilmez ve kuşku duyulacak bir yer olarak anamlanır. Şayet mutlu bir anne ile büyüyorsa, anne bebeğini emzirirken ve bakım verirken keyif ve doyum alıyorsa çocuk sevildiğini hisseder, bedenen ve ruhen sağlıklı kalır (Osho, 2006).

Araştırmalar mutlu insanların bağışıklık sistemlerinin daha güçlü olduğunu, daha sosyal ve enerjik olduğunu, kaygı ve strese karşı kendilerini koruyabildiklerini göstermektedir. Birey olumlu bir ruh halindeyken kendisi için belirlediği hedefleri takip etme ve sürdürme konusunda daha rahat hisseder. İnsanlar öğrenip geliştikçe mutlu hissedip değişime ve yeniliğe açık olurlar (Koydemir ve Bulgan, 2019.)

2.4. Bağlanma ile Bağımsız Öğrenme Arasındaki İlişki

Bireyin geçmiş yaşantılarındaki deneyimleri sonucunda durumlara yüklediği içsel ve dışsal anlamlar yeni bir bilgi edinirken oluşturduğu bilişsel şemaları etkiler. Bir sınavda başarısız olan öğrencinin çalışmaya yönelik motivasyonu başarmak için olumlu yönde güdülenme yahut öğrenilmiş çaresizlik olarak değişkenlik gösterebilir. Kötü bir sınav deneyiminden sonra yüksek bir ihtimalle üzüntü ve yetersizlik duygusu baskın olurken olumlu güdülendiğinde motivasyon ve çalışma eylemini beraberinde getirecektir. Bireyin bağlanma tarzında olduğu gibi bebeklik dönemindeki ilk yaşantıları dış dünyayı algılama ve anlamlandırma bilişini belirler. Bağlanma kuramına göre bireyin güvenli bağlanma stiline sahip olması kendilik değeri, duygu dışavurumu, dış dünyaya güveni, olumlu inançları ve öğrenme stilleri ile ilişkilidir (Yıldız, 2017). Güvenli bağlanma birey için çevreden gelebilecek tehlikelere karşı kendisini koruyacak bir kalkan gibidir dolayısı ile bu kişiler kendilik değeri yüksek, yeni bilgi ve becerilere açık, merak etmekten ve keşfetmekten çekinmeyen insanlardır (Kahraman, 2021). Güvensiz bağlanan çocuklar güvenli bağlanan çocuklarla mukayese edildiğinde sosyal becerilerinin zayıf olduğu, akranları ile ilişkilerinin bozuk olduğu, öğretmenleri tarafından daha az sevilip onay gördüğü, duygularını ifade etmekte zorlandığı için çevresindekilere karşı saldırgan davranışlarda bulunduğu ve daha çok problemlili tutumlar sergilediği görülmektedir. Güvenli bağlanma stiline

çocukların ise sosyal bağları kuvvetli, akran ve öğretmenleri ile ilişkileri olumlu, problem çözme becerisi yüksek çocuklar olduğu gözlemlenmektedir (Öztürk ve Tortop, 2019). Güvensiz bağlanan çocuklar daha çekingen kişilik yapısındadır. Ön görülemeyen ve değişken durumlarla baş etme yetileri düşüktür. Özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde bir kişiyle duygusal bağ kurmak yoğun kaygıya sebebiyet olur. Güvensiz bağlanma stiline sahip erkek çocuklarda kaçınan ve saldırgan davranışlar gözlenir. Yeni durumlara uyum sağlamada zorlanan ve problem çözme becerisi zayıf olan bu çocukların bağımlı kişilik geliştirme oranı yüksektir (Doksat ve Çiftçi, 2016) .

Bağlanma stiline oluşması için tek bir etken söz konusu değildir. Anne baba tutumu, bebeğin özellikleri, yaşanan toplumun kültürel özellikleri de birer değişkendir. Bağlanma stili anne ve babanın bebeğin ihtiyaçlarına yönelik duyarlılık düzeyinin bir sonucudur. Toplumumuzda cinsiyete göre rol dağılımının bir sonucu olarak bebeklerin annelere güvenli bağlanma geliştirdiği gözlenmektedir. Doğuma giren, doğduğu andan itibaren bebeği tutan ve bebeğin yakınında bulunarak ihtiyaçlarını karşılamada sorumluluk alan babaların bebekle duygusal bağ oluşturduğu görülmektedir. Anne babanın bebekle oluşturduğu iletişim dili çocuğun kişilik ve sosyal gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir. Çocuklar rol model olarak gördükleri anne babalarından aldıkları değerleri taşırlar ve aktarırlar (Önder, 2016).

Aşırı baskı ve disiplinle kendi değerlerini çocuğuna dayatan ebeveynlerin çocukları pasif ve sosyal ilişkileri zayıftır. Bebekliğin ilk yıllarında anne tarafından aşırı kısıtlayıcı bir tutuma maruz kalan çocuklar uyumlu ve bağımlı kişilik özellikleri geliştirmektedir. Araştırmalar erkek çocukların son çocukluk ve ergenlik döneminde saldırgan ve rekabetçi özellikler sergilediğini, lakin kız çocukların erişkinlik döneminde de pasif ve bağımlı kişilik özelliklerini sürdürmeye devam ettiğini göstermektedir (Aydın, 2010). Orta çağda çocukları ilk günahla özdeşleştiren düşünceye karşı Locke, insanın doğduğu anda zihninin boş bir levha olduğunu ve yaşantılarla şekillendiğini belirtmiştir.

Geleceğin yetişkinleri olan çocuklar dünyaya geldikten sonra deneyimleriyle edindikleri değerlere, duygulara ve davranışlara sahip olurlar. Çocuğa yapılan her yatırım topluma yapılan bir yatırım olarak düşünülmeli ve ailelere, eğitim kurumlarına, öğretmenlere bu doğrultuda önem verilmelidir. Çocuk en başta doğduğu ailenin, çevrenin ve yaşadığı toplumsal sistemin ürünüdür (Öztürk, 2017).

2.5. Bağlanma ile Okul Mutluluğu Arasındaki İlişki

Araştırmalar incelendiğinde çocukların bağlanma stillerinin mutluluk düzeyini doğrudan etkilediği görülmüştür. Güvenli bağlanan çocukların güvensiz bağlanan yaşıtlarından daha mutlu, daha istekli ve problem zzmede daha azimli olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Okul ağında güvenli bağlanan çocuklar güvensiz bağlanan çocuklara kıyasla öğretmenleri tarafından daha becerikli, meraklı ve özgüvenli olarak tanımlanmıştır (şahin, 2021).

Ampirik araştırmalar okula gitmeyi reddeden çocukların çoğunlukla okuldan kaynaklı bir sebepten değil de evden uzaklaştığında anne ya da babanın başına bir şey gelmesinden korktuğunu göstermektedir. Çocuğun bu düşüncelerinin temelinde bazen gerçek yaşantılar bazen de öngörülen tehditler yer almaktadır. ocuğu etkileyen olaylar annenin hastalanması ya da bir yakınının aniden ölmesi olabileceği gibi, annenin çocuğa eğer yaramazlık yaparsan hastalanırım, ölürüm gibi cümleler kullanması da olabilir. ocuk için korkulan durum evden ayrılmak olduğu için okul korkusu yanlış bir terim olur, en uygun terim okula gitmeyi reddetme olarak belirtilebilir. Aynı zamanda araştırmalarda tetikleyici etkenler göz önüne alındığında okul fobisi yerine de ayrılık kaygısı terimi yer almıştır. Çocuğun okula gitmeyi reddetmesinin ardında farklı aile örüntüleri bulunmaktadır. Bu örüntülerden biri ebeveynlerin kronik kaygı yaşaması ve kendisine eşlik etmesi için çocuğu yanında tutması, diğeri çocuğun okuldayken ebeveynlerine bir şey olacağı korkusu ve bu sebeple okula gitmek istememesi, bir diğeri çocuğun evin dışındayken başına kötü şeyler gelebilir düşüncesi ve son olarak anne ya da babanın çocuğun başına kötü bir şey gelmesinden korktuğu için çocuğu okula gndermemesidir. Araştırmalar çoğunlukla annenin bağımlılık ihtiyaı sonucunda çocuğa gösterdiği ikircikli yaklaşım, çocuğun bağımsızlaşma girişimlerine ket vurmakta ve suçluluk duymasına sebep olmaktadır (Bowbly, 1973).

Çocuğun yaşamında sadece anne ve babasını güvenilir bulması, benim anne ve babamın yanından başka bir yerde yerim yok düşüncesiyle okula ve çevreye uyum sağlamasını zorlaştıracaktır. Ailede başlayan eğitimin temel amacı ebeveynlerin çocuğun güvenini kazanırken aynı zamanda onda diğer insanlara karşı ilgi uyandırmak, problem zzme becerilerini geliştirmek, ona toplum içinde de bir yuva hazırlamaktır. ocuk böylece bağımsız, dış dünyaya karşı keşfetme merakı içerisinde ve kendini diğerleri kadar değerli görme eğiliminde olacaktır (Adler, 1966).

Birey doğduktan sonra yaşamak için temel ihtiyaçlarını karşılayan ve kendisini koruyan ailesinin yanı sıra gelişiminin ilerleyen süreçlerinde arkadaş gruplarına da dahil olmak ister. Çocuk için fitri bir ihtiyaç olan bu durum bebeklikte hissedilmezken dört yaş civarında bir ihtiyaç uyanması olarak gerçekleşir ve çocuğu doğduğu topluma hazırlar. Dört yaş civarında beklenen bu ihtiyaç uyanması yedi yaşına gelen ve hala anne ve baba dışında kimseyle sosyal ilişki kurmak istemeyen çocuğun bağlanma sürecinde bir sorun yaşadığının göstergesidir (Güneş, 2014).

Duygusal olarak yalnız hisseden bireylerin çocukluğunda ebeveynleri ile derin bir bağ kuramadıkları ve olgunlaşmamış kendine dönük ebeveynler tarafından büyütüldükleri görülmektedir. Bu ebeveynler çocuklarının yemek ve korunma gibi fizyolojik ihtiyaçlarını giderirler fakat güven sağlayacak gerçek bir duygusal bağ kuramazlar. Çocukluk döneminde anlaşılması zor olan bu durum çocukta bir boşluk hissi oluşturur. Çocuğun bu boşluk ve yalnızlık hissine çare bulması sadece olgun bir ebeveynle güvenli bağ kurmasıyla mümkündür (Gibson, 2017). Bir çocuk büyürken dili ve sözcükleri öğrendiği gibi değerleri ve neyi nasıl yapması gerektiğine ilişkin örüntüleri, onu iyi çocuk yahut kötü çocuk yapacak davranışları aileden öğrenir. Çocuğun nesnelere olan en erken ilişkisinin temeli ilk olarak anne ve babaya dayanmaktadır (Şerif, 1985).

Süt çocuğunun bakım vereni ile olan ilişkisi toplumsallık yolunda atılan ilk adımdır. Çocuk anneye kurduğu bağın perspektifinden çevreyle iletişime geçer. Annenin ilk görevi olan çocukla güvenli ve sıcak bir bağ kurması daha sonra çocuğun bu örüntü üzerinden toplumsallaşmasını sağlayacaktır. Başarısız bir ebeveynlik tutumu sonucunda bağ kuramayan çocuklar olması beklenen toplumsal düzenin içerisinde yer edinemez. Sosyal ilişki yetisinden yoksun olan, başkalarına ihtiyaç duymayan, sadece almaya çalışan düzene bir katkı sunmaktan geri duran, toplumsal çerçevenin dışındaki kişilerin değer algısı da gelişemez. Okula giden bir çocuk ait olma, ilişki kurma, arkadaşlık sorunlarıyla baş etme gibi bir dizi toplumsallık duygusunun boyutu ile test edilir. Çocukların ilişki kurma konusundaki isteksizliği, diğerlerine karşı merakın eksikliği okula tutumunun negatif olmasına, okulda karşılaştığı durumlarda aşırı gerilim oluşmasına sebebiyet verebilir (Adler, 1998).

Anne bebeğe sarıldığından bebeğin yüzünde bir gülümseme belirir. Bu bebeğin verdiği sosyal bir cevaptır. Karşılık olarak da gülümseyen ve sıcak bir yüz görürse ortamda mutluluk oluşur. Bebek bu dönemde anne veya bakım verenle kurduğu ilişki

sonucunda temel duyguları öğrenir (Saygılı, 2012). Bunun yanı sıra bireyin bebeklik döneminde korkulu, kaygılı, saplantılı gibi güvenli olmayan bir bağlanma stili geliştirmesi zihninde olumsuz bilişsel şemalar oluşmasına sebep olarak gelecek yaşamında depresif ruh haline eğilimli ve mutsuz bir insan olmasında etkindir (Aydın, 2010).

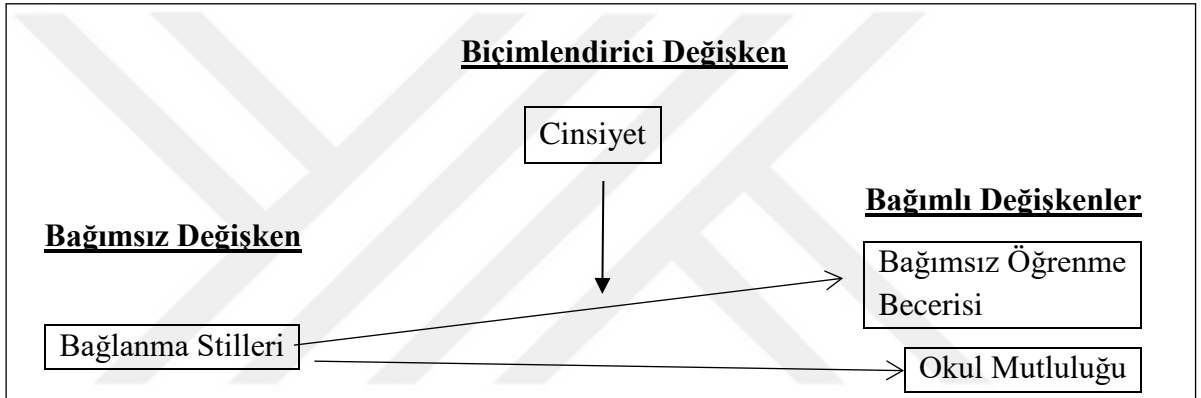
Günümüzde depresyonun yetişkinlerde görüldüğü gibi benzer özelliklerle çocuklarda da çok sık görüldüğü bilinmektedir. Çocuklarda depresyonu yaş, cinsiyet, ırk, sosyo-ekonomik durum etkilemektedir. Ayrıca okula giden çocuklarda okul başarısızlığının da depresyonu tetiklediği görülmektedir (Aysev vd., 2000).

Alan yazındaki araştırmalar incelendiğinde bebekliğinde anne ile güvenli bağlanma stili geliştiren çocukların olumlu sosyal ve duygusal gelişim gösterdikleri görülmektedir. Annelerine güvensiz bağlanan çocukların içe dönüklük ve anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bireyin doğumla geliştirdiği bağlanma stili, sosyal yeterlilik algısını, akran ilişkilerini, keline güvenini dolayısı ile akranları tarafından oyun gruplarına kabul edilme, paylaşımlarda bulunma, yardımlaşma, iş birliği içerisinde olma ve duygu düzenleme becerilerini etkilemektedir (Ural vd., 2015).

3. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırmaya katılanların demografik dağılımları, veri toplama araçları ve özellikleri, araştırma verilerinin toplanması ve çözümü ile ilgili açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli



Şekil 3.1: Araştırma Modeli

Bu çalışmada genel tarama yaklaşımından ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modeli geçmişte veya halen var olan durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Kuzu, 2013). Araştırmanın bağımsız değişkenini ilkokul 4. Sınıf düzeyinde okuyan öğrencilerin bağlanma stilleri, bağımlı değişkenlerini ise bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri oluşturmuştur. Bağlanma stilleri güvenli bağlanma ve güvensiz bağlanma olarak iki boyuttan, bağımsız öğrenme becerileri metabilşsel, duyuşsal ve bilişsel olarak üç boyuttan, okul mutluluğu ise olumlu iyi oluş ve olumsuz iyi oluş olmak üzere iki alt boyuttan değerlendirilmiştir.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu çalışmada, bağlanma stillerinin, bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluğu ile ilişkisini nicel verilerle ortaya koymak için; Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği, Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği, Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri, İstanbul ilinin Üsküdar ilçesindeki 39 resmi ilkokul arasından farklı sosyo-kültürel yapıya sahip semtlerdeki 7 farklı resmi ilkokula devam eden 4. sınıf düzeyindeki 1164 öğrenci içinden tabakalı rastgele örnekleme yöntemi ile 300 öğrenciye uygulanmıştır. Popülasyon büyüklüğü, güvenilirlik seviyesi ve hata payı baz alınarak örneklem sayısı 300 kişi olarak belirlenmiştir. Çalışmayı uygulamak için öncelikle Milli Eğitim Bakanlığı ve İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün izni alınıp ardından öğrenci velilerinden bilgilendirilmiş onam formu istenmiştir. Anket uygulaması sınıf öğretmeni ve öğrenci velileri ile koordinasyon sağlanarak eğitim öğretimi aksatmayacak şekilde programlanmıştır. Uygulama süresi ortalama iki ders saati (90 dakika) sürmüştür.

3.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanması için;

Öncelikle katılımcıların demografik özelliklerini öğrenmek için kişisel bilgi formu ile ad-soyad, yaş ve cinsiyet bilgileri istenmiştir. Kerns, Klepac ve Cole tarafından geliştirilen, Sümer ve Anafarta'nın (2009) Türkçeye uyarlayarak geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığı Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği (1996), Burak'ın geliştirerek geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığı Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği (2020), Ivens tarafından geliştirilen, Telef 'in (2014) Türkçeye uyarlayarak geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığı Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri (2007) ölçek sahiplerinden izin alınarak kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilecek veriler SSPS programı ile analiz edilerek hipotezleri destekleyip desteklemediği tespit edilmiştir.

Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği 15 maddeden oluşmakta ve çocukların ebeveynlere bağlanma düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin soru formatı, her soru aynı boyutta birbirinden zıt yönlerde farklı olan iki çocuğun tanımını vermektedir (örn., “Bazı çocuklar annelerine kolayca güvenirlere AMA bazı çocuklar annelerine güvenip güvenmeyecekleri konusunda emin değildirler”). Katılımcılardan öncelikle

bu iki çocuktan hangisine daha çok benzediklerini seçmeleri, ardından da seçtikleri çocuğa “Biraz” mı yoksa “Çok” mu benzediklerini işaretlemeleri istenmektedir. Böylece her bir madde dört aralıklı ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekten alınacak puan aralığı 15-60 arasındır. Yüksek puan ebeveynlere güvenli bağlanmayı temsil etmektedir. Kerns ve arkadaşları ilk çalışmalarında (1996) KGBÖ'nün yüksek düzeyde iç tutarlık güvenilirliğine (Cronbach $\alpha = .84$) ve test tekrar test güvenilirliğine ($r = .74$) sahip olduğunu göstermişlerdir. 9-12 yaş arası çocuklara uygulamak için uygundur.

Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarından bilişsel becerilerde 5, metabilşsel becerilerde 8 ve duyuşsal becerilerde ise 5 madde bulunmaktadır. Geliştirilen ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach Alfa katsayısına bakılmıştır. Ölçeği oluşturan alt boyutların alfa katsayıları incelenmiştir. Metabilşsel Beceriler olarak tanımlanan birinci faktörün alfa katsayısı .79, Duyuşsal Beceriler olarak tanımlanan ikinci faktörün alfa katsayısının .61 ve Bilişsel Beceriler olarak tanımlanan üçüncü faktörün ise alfa katsayısının .60 olduğu görülmüştür. Ayrıca Bağımsız Öğrenme Becerisi olarak tanımlanan ölçeğin tamamının alfa katsayısının .81 olduğu ölçek sahibi tarafından belirlenmiştir. Ölçek 4'lü likert tipi olup ölçekten alınabilecek toplam puan 17 ile 68 arasında değişmektedir. Ölçeğin bilişsel beceriler alt boyutunda 5 madde bulunmakta olup; 4-20 arasında puan alınabilmektedir. Ölçeğin metabilşsel beceriler alt boyutunda 8 madde bulunmakta olup; 8-32 arasında puan alınabilmektedir. Ölçeğin duyuşsal beceriler alt boyutunda 5 madde bulunmakta olup; 4-20 arasında puan alınabilmektedir. Ters madde içermemektedir. Ölçek puanı arttıkça bağımsız öğrenme becerisi düzeyi artmaktadır. Ölçek 8-11yaş arasındaki ilkokul 3 ve 4. sınıf öğrencilerine uygulamak için uygundur.

Okul çocuklarının mutluluk envanteri 15 olumlu (örnek: Okula gelmeyi istedim) ve 15 olumsuz (Mutsuzdum) olmak üzere 30 maddeden oluşmaktadır. 15 olumsuz madde tersten puanlanarak toplam puan elde edilmektedir. Ölçekteki her madde 1 ile 4 puan arasında puanlanmaktadır. Envanterden 30 ile 120 arasında puan alınabilmektedir. Envanterden alınacak yüksek puan yüksek mutluluğu göstermektedir. Envanterin güvenilirliği Cronbach alfa katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik analizi incelendiğinde Cronbach alfa katsayısı olumlu öznel iyi oluş için .87, olumsuz öznel iyi oluş için .88, geneli için ise .92 olarak

bulunmuştur. Ölçek 8 ile 15 yaş arasında çocuklara bireysel ya da grup olarak uygulanabilecek bir ölçme aracıdır. Çalışma bir anket uygulaması olup, uygulama başlamadan önce öğrencilere gerekli bilgilendirme yapılmıştır. Anketler dağıtıldıktan sonra bazı ölçeklerin karmaşık soru yapısı göz önünde bulundurularak sorulara nasıl yanıt verileceği örneklerle öğrencilere anlatılmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen veriler lisanlı SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir.

Değişkenlerin normal dağılımdan gelme durumları araştırılırken, normal dağılımın en önemli göstergelerinden olan Skewness (çarpıklık) ve Kurtosis (basıklık) değerlerinden yararlanılmıştır. Bu değerlerin sıfıra yakın çıkması normal dağılımın varlığına kanıt olarak değerlendirilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Tabachnick ve Fidell (2013) skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerlerinin -1.50 ile +1.50 arasında olduğu durumlarda normal dağılımın gerçekleştiğini kabul etmektedirler.

Gruplar arasındaki farklılıklar incelenirken değişkenlerin normal dağılımdan gelmeleri nedeniyle t testinden yararlanılmıştır.

Sürekli değişkenler arası ilişki incelenirken pearson korelasyon testinden yararlanılmıştır.

ANCOVA testi ile değişkenler arası farklılık ve ilişki incelenmiştir. Sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi olarak 0,05 kullanılmış olup; $p < 0,05$ olması durumunda anlamlı bir farklılığın olduğu, $p \geq 0,05$ olması durumunda ise anlamlı bir farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

4. ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde, araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistik analizlere yer verilmiştir. Birinci bölümde katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular, ikinci bölümde Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği frekans analizi sonucuna ilişkin bulgular, üçüncü bölümde ölçek puanlarına ilişkin bulgular, dördüncü bölümde ölçek puanlarının yaş ile karşılaştırılmasına ilişkin bulgular, beşinci bölümde ölçek puanlarının cinsiyet ile karşılaştırılmasına ilişkin bulgular, altıncı bölümde ölçek puanları arası ilişkilerin incelenmesine yönelik bulgular, yedinci bölümde değişkenler arası ilişkinin cinsiyete bağlı olarak incelenmesine yönelik bulgular, sekizinci bölümde değişkenler arası ilişkinin yaşa bağlı olarak incelenmesine yönelik bulgular yer almaktadır.

Tablo 4.1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı

		n	%
Yaş	9	58	19,33
	10	242	80,67
	Toplam	300	100,0
Cinsiyet	Kız	152	50,67
	Erkek	148	49,33
	Toplam	300	100,0

Tablo 4.1’de gösterildiği üzere çalışmaya katılanların, %19,33’ünün 9 yaşında, %80,67’sinin 10 yaşında olduğu, %50,67’sinin kız öğrenci, %49,33’ünün erkek öğrenci olduğu görülmektedir.

Tablo 4.2: Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği Puanlarına İlişkin Frekans Dağılımı

		n	%
Düşük	15-29	8	2,7
Orta	30-44	120	40,0
Yüksek	45-60	172	57,3
	Toplam	300	100,0

Tablo 4.2’de gösterildiği üzere çalışmaya katılanların, %2,7’sinin 15-29 puan aralığında, %40’inin 30-44 puan aralığında %57,3’ünün 45-60 puan aralığında olduğu görülmektedir.

Tablo 4.3: Ölçek Puanlarına İlişkin Frekans Dağılımı

	Ort.	Min.	Max.	Ss
Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği	45,75	18,00	58,95	0,53
Metabilişsel Beceriler	18,19	7,00	28,00	4,57
Duyuşsal Beceriler	13,02	4,00	16,00	2,51
Bilişsel Beceriler	15,52	5,00	20,00	3,04
Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği	46,73	16,00	64,00	8,46
Olumlu İyi Oluş	47,96	21,00	60,00	8,88
Olumsuz İyi Oluş	28,63	15,00	56,00	9,57
Okul Çocukları Mutluluk Envanteri	76,59	44,00	108,00	8,60

Tablo 4.3’te gösterildiği üzere Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanlarının 18,00-58,95 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=45,75$, $SS=0,53$), Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği Metabilişsel beceriler alt boyut puanının 7-28 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=18,19$, $SS=4,57$), Duyuşsal beceriler alt boyut puanının 4-16 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=13,02$, $SS=2,51$), Bilişsel beceriler alt boyut puanının 5-20 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=15,52$, $SS=3,04$) ve toplam öğrenme becerisi puanlarının 16-64 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=46,73$, $SS=8,46$), Okul Çocukları Mutluluk Envanteri olumlu iyi oluş puanının 21-60 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=47,96$, $SS=8,88$), olumsuz iyi oluş puanının 15-56 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=28,63$, $SS=9,57$) ve toplam mutluluk envanter puanının 44-108 minimum ve maksimum değerleri arasında ($\bar{X}=76,59$, $SS=8,60$) dağıldığı görülmektedir.

Tablo 4.4: Ölçek Puanlarının Yaş ile Karşılaştırması

	Yaş	t		P	
		Ort.	Ss		
Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği	9	45,00	0,49	-0,845	0,399
	10	46,05	0,54		
Metabilişsel Beceriler	9	17,69	4,93	-0,929	0,354
	10	18,31	4,48		
Duyuşsal Beceriler	9	12,90	2,31	-0,405	0,686
	10	13,05	2,56		
Bilişsel Beceriler	9	15,43	2,60	-0,248	0,804
	10	15,54	3,14		

Tablo 4.4 (Devamı): Ölçek Puanlarının Yaş ile Karşılaştırması

Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği	9	46,02	8,17		
	10	46,90	8,54	-0,71	0,478
Olumlu İyi Oluş	9	46,67	9,22		
	10	48,27	8,79	-1,23	0,22
Olumsuz İyi Oluş	9	30,02	9,41		
	10	28,30	9,60	1,227	0,221
Okul Çocukları Mutluluk Envanteri	9	76,69	8,07		
	10	76,57	8,74	0,095	0,925

* $p < 0,05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablo 4.4'te gösterildiği üzere Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği puanları, Metabilişsel alt boyut, Duyuşsal alt boyut, Bilişsel alt boyut düzeyleri açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Okul Çocukları Mutluluk Envanteri puanları, olumlu ve olumsuz iyi oluş alt boyut düzeyleri açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 4.5: Ölçek Puanlarının Cinsiyet ile Karşılaştırması

		Cinsiyet		t	p
		Ort.	Ss		
Kerns Güvenli Bağlanma Ölçek	Kız	45,60	0,56	-0,336	0,737
	Erkek	45,90	0,49		
Metabilişsel Beceriler	Kız	18,53	4,42	1,294	0,197
	Erkek	17,84	4,71		
Duyuşsal Beceriler	Kız	13,13	2,46	0,803	0,423
	Erkek	12,90	2,57		
Bilişsel Beceriler	Kız	15,93	2,92	2,414	0,016*
	Erkek	15,09	3,11		
Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçek	Kız	47,59	8,11	1,801	0,073
	Erkek	45,84	8,75		
Olumlu İyi Oluş	Kız	48,26	9,03	0,598	0,55
	Erkek	47,65	8,75		
Olumsuz İyi Oluş	Kız	29,39	9,99	1,398	0,163
	Erkek	27,85	9,10		
Okul Çocukları Mutluluk Envanteri	Kız	77,66	8,28	2,186	0,03*
	Erkek	75,50	8,82		

* $p < 0,05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablo 4.5'te gösterildiği üzere Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır

($p>0,05$). Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği puanları, Metabilşsel alt boyut, Duyuşsal alt boyut, açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği, bilişsel beceri alt ölçek puanları açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Kız çocuklarının bilişsel beceri düzeyleri anlamlı derecede yüksektir. Okul Çocukları Mutluluk Envanteri, olumlu ve olumsuz iyi oluş alt ölçek puanları açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Okul Çocukları Mutluluk Envanteri puanları toplam düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Kız çocuklarının okul mutluluk envanteri puanları anlamlı derecede yüksektir.

Tablo 4.6: Ölçek Puanları Arası İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği
Metabilşsel Beceriler	R	,406**
	P	0,001*
Duyuşsal Beceriler	R	,462**
	P	0,001*
Bilişsel Beceriler	R	,354**
	P	0,001*
Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği	R	,483**
	P	0,001*
Olumlu İyi Oluş	R	,490**
	P	0,001*
Olumsuz İyi Oluş	R	-,453**
	P	0,001*
Okul Çocukları Mutluluk Envanteri	R	0,001
	P	0,982

** $p<0,01$, * $p<0,05$ Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

Tablo 4.6’da gösterildiği üzere Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile metabilşsel beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,406, p<0,05$). Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça metabilşsel beceri düzeyleri artmaktadır. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile duyuşsal beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,462, p<0,05$). Bağlanma düzeyleri arttıkça duyuşsal beceri düzeyleri artmaktadır. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile bilişsel beceri

düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,483, p<0,05$). Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça bilişsel beceri düzeyleri artmaktadır. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile olumlu iyi oluş düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,490, p<0,05$). Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça olumlu iyi oluş düzeyleri artmaktadır. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile olumsuz iyi oluş düzeyleri arasında istatistiksel olarak ters yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmaktadır ($r=-0,453, p<0,05$). Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça olumsuz iyi oluş düzeyleri azalmaktadır. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile okul mutluluk envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$)

Tablo 4.7: Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Bağımsız Öğrenme Becerisi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşmasına Yönelik Ancova Testi Sonuçları

Source	Kareler Toplamı	Df	Kare Ort.	F	p	Kısmi R2
Corrected Model	19,862a	2	9,931	46,433	0,000	0,238
Intercept	24,803	1	24,803	115,965	0,000	0,281
BÖBÖ	19,831	1	19,831	92,719	0,000	0,238
Cinsiyet	0,408	1	0,408	1,909	0,168	0,006
Error	63,523	297	0,214			
Total	2879,018	300				
Corrected Total	83,386	299				

a. R Squared = ,238 (Adjusted R Squared = ,233)

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: ANCOVA

Tablo 4.7’de gösterildiği üzere çocukların güvenli bağlanma düzeyleri ile bağımsız öğrenme becerisi düzeyleri arasındaki ilişki cinsiyete göre farklılaşmamaktadır çünkü $p=0,168$ çıkmıştır. ($p>0,05$).

Tablo 4.8: Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Okul Mutluluğu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşmasına Yönelik Ancova Testi Sonuçları

Source	Kareler Ort.	df	Kare Ort.	F	p	Kısmi R2
Corrected Model	,033a	2	0,016	0,058	0,943	0,000
Intercept	33,783	1	33,783	120,375	0,000	0,288
OÇME	0,001	1	0,001	0,004	0,948	0,000
Cinsiyet	0,033	1	0,033	0,116	0,733	0,000
Error	83,353	297	0,281			
Total	2879,018	300				
Corrected Total	83,386	299				

a. R Squared = ,000 (Adjusted R Squared = -,006)

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: ANCOVA

Tablo 4.8’de gösterildiği üzere çocukların güvenli bağlanma düzeyleri ile okul mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki cinsiyete göre farklılaşmamaktadır çünkü $p=0,733$ çıkmıştır ($p>0,05$).



5. TARTIŞMA

Bu çalışmanın temel amacı ilkokul 4. sınıf düzeyinde öğrenim gören çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bunların yaş ve cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını ortaya koymaktır.

5.1. Demografik Bulgular Tartışma

Bu başlık altında araştırmaya katılan örneklem grubunun demografik bulgularına ilişkin tartışmaya yer verilmiştir. İstanbul İli Üsküdar İlçesinde Resmi ilkokullarda 4. Sınıf düzeyinde öğrenimini sürdüren basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen 300 öğrencinin demografik özellikleri incelendiğinde, çalışmaya katılanların, %19.33'ünün 9, %80.67'sinin 10 yaşında olduğu, %50.67'sinin kız, %49.33'ünün erkek olduğu görülmektedir.

5.2. Ölçek Puanlarının Yaş ile Karşılaştırması

Ölçek puanlarının yaş ile karşılaştırması incelendiğinde elde edilen bulgularda Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde örtüşen sonuçlarla karşılaşılmıştır. Küçük'ün (2020) yaptığı araştırma sonucunda katılımcıların yaşlarının bağlanma stilleri düzeyi üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği puanları, Metabilişsel alt boyut, Duyuşsal alt boyut, Bilişsel alt boyut düzeyleri açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Okul Çocukları Mutluluk Envanteri puanları, olumlu ve olumsuz iyi oluş alt boyut düzeyleri açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Örnekleme grubunu ilkokul 4. Sınıf düzeyinde bulunan öğrenciler oluşturmasından dolayı yaş değişkeninde 9 ve 10 yaş olmak üzere iki seçenek bulunmakta ve katılımcıların çoğunluğu 10 (%80,67) yaşındadır. Bu sebeple katılımcılar arasında gelişim düzeyi açısından büyük bir fark olmayacağı öngörüldüğü için araştırma hipotezlerinde de yaş değişkenine yer verilmemiştir.

5.3. Ölçek Puanlarının Cinsiyet ile Karşılaştırması

Ölçek puanlarının cinsiyet ile karşılaştırması incelendiğinde elde edilen bulgularda, Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yapılan araştırmalarda farklı sonuçlarla karşılaşılmıştır. Çelik ve arkadaşlarının (2017) orta çocukluk dönemindeki çocuklar üzerinde yaptığı çalışmada, güvenli bağlanma stiline cinsiyetler arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmış ve sonucun kız çocuklarının lehine olduğu yönünde olduğu belirtilmiştir. Karaboğa'nın araştırmasında da kız çocuklarının güvenli bağlanma düzeyinin erkek çocuklara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmiştir. Yazarlar bu sonuçlardan yola çıkarak kızların erkeklere oranla daha fazla olumlu bağlanma geliştirdikleri sonucuna varmıştır (Karaboğa, 2011). Çetin ve arkadaşlarının (2016) yaptığı araştırmada erkek öğrencilerin güvenli bağlanma alt ölçeği puanlarının kız çocuklara göre yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tutarel ve Çavuşoğlu (2006) ise araştırmalarında cinsiyetler açısından bağlanma biçimleri arasında bir fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Koser ve Barut (2020) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada güvenli bağlanma tarzını erkeklerde daha yüksek iken korkulu bağlanma tarzını kadınlarda daha yüksek bulmuştur. Yolalan'ın (2013) araştırmasında ergenlerin bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşmasına bakıldığında, erkeklerin kızlardan daha güvenli bağlandıkları; kızların da erkeklere göre daha korkulu bağlandıkları sonucuna varılmıştır. Yıldız'ın (2008) araştırma sonucunda güvenli bağlanma stiline sahip erkeklerin puan ortalamaları kızların puanından yüksek bulmuştur. Türk kültür yapısından kaynaklı olarak erkek çocukların anneden daha tutarlı ve ilgili bir yaklaşım görmesinden kaynaklı olacağı şeklinde yorumlanmıştır. Hazan ve Shaver (1987) ise çalışmalarında anlamlı cinsiyet farklılıklarının olmadığını belirtmişlerdir. Shi'nin (2003) araştırma sonucu da Hazan ve Shaver ile tutarlı olarak cinsiyetin bağlanma stili üzerinde etkisi olmadığı sonucuna ulaşmış olup benzer yaşam deneyimlerine sahip kadın ve

erkeklerin güvenli ya da güvensiz bağlanma tarzı geliştirme konusunda eşit fırsatlara sahip olduğu sonucuna varmıştır. Daha önce yapılan araştırmaların sonuçlarıyla birlikte bir değerlendirme yapıldığında bağlanma stillerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşması üzerinde gelişim düzeyi ve benzer sosyo-kültürel çevrenin etkili olduğu düşünülebilir. Örneklem grubundaki öğrencilerin gelişim düzeyi olarak toplumsal cinsiyet beklentilerinin farkındalığında kritik bir geçiş süreci olan orta çocukluk döneminde olmaları, yetiştikleri aile yapıları ve maruz kaldıkları anne-baba tutumlarının benzer sosyo-kültürel çevrenin etkisinde olduğu yönünde yorumlanabilir.

Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği puanları, Metabilişsel alt boyut, Duyuşsal alt boyut, açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bilişsel alt boyut düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kız çocuklarının bilişsel beceri düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen sonuç alan yazında yapılan araştırmalardan Aşkın'ın (2015) öz-yönetimli öğrenme becerilerinde cinsiyetler arasında farklılaşma olduğu ve bu sonucun kız öğrenciler lehine olduğu sonucu ile örtüşmektedir. Aşkın bu sonucu kız öğrencilerin öğrenme stratejilerini kullanmada ve başarısızlıkları karşısında erkek öğrencilere oranla daha fazla içsel yüklemeye yaptıkları yönünde yorumlamaktadır. Demirtaş ve Özer'in (2016) yaptığı araştırmada kız öğrencilerin puanlarının erkek öğrencilere oranla zaman yönetimi ve akademik başarı arasındaki ilişkide anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir. Karasakaloğlu ve Saracaloğlu (2009) araştırmalarında kız öğrencilerin akademik benlik tasarımlarının erkek öğrencilere göre daha olumlu olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Koç ve Karabağ'ın (2013) araştırma sonuçları incelendiğinde bilişüstü yeti puanlarının kız öğrenciler lehine anlamlı derecede farklılaştığı görülmektedir.

Kahyaoğlu ve arkadaşları (2019) yaptıkları araştırmada kendi kendine öğrenmeyi planlama becerilerinde cinsiyet değişkenine göre bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürde daha önce yapılan araştırmaların bulguları incelendiğinde çalışmamızda saptanan benzer şekilde kız öğrencilerin bilişsel becerilerinin anlamlı derecede yüksek olması dikkat ve algılarını daha iyi kullanabildikleri yönünde yorumlanabilir. Günümüz koşullarında artan ekran kullanımı, sürekli ekrana maruz kalınması, sanal oyunlarla uzun vakitler harcanması çocukların dikkatini ve algısını olumsuz yönde etkilemektedir. Özellikle erkek öğrencilerin daha fazla sanal oyunlarla ilgilendiği gözlemlenmektedir ve çalışmamızda

her ne kadar ekran süresine ilişkin bir değerlendirme yapılmamış da olsa kız öğrencilerde erkeklere kıyasla daha yüksek saptanan bilişsel alt puan yükseklikleri ile ilişkili bir etken olarak değerlendirilmiştir. Okul Çocukları Mutluluk Envanteri puanları olumlu ve olumsuz iyi oluş alt boyut düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Okul çocukları mutluluk envanter puanları toplam düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kız çocuklarının mutluluk düzeyleri anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Kişilerin yaşamlarına yönelik öznel değerlendirmeleri ne kadar olumlu ise iyi oluş düzeyleri de o kadar yüksek olmaktadır (Karagözlü, 2019). Yaşama yönelik öznel değerlendirme bilişsel bir beceri olarak ele alındığında araştırmalarda kız çocuklarının bilişsel becerilerinin ve mutluluk envanterlerinin yüksek olması arasında bir ilişki olduğu düşünülebilir. Araştırma bulgusu, Gülcan ve Bal'ın (2014) araştırma sonuçları ile örtüşmekte olup bulgularında kız öğrencilerin mutluluk düzeyi puanlarının erkek çocuklara oranla yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı şekilde Özen ve Gülaçtı'nın (2012) öğretmen adayları üzerinde yaptığı araştırmada psikolojik iyi oluşun, olumlu ilişkiler, çevresel hâkimiyet, yaşam amacı, kendini kabul, bireysel gelişim alt bileşenlerinde kızların ortalamalarının anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Alan yazında farklı sonuçların da bulunduğu araştırmalar mevcuttur. Çankaya ve Meydan'ın (2018) ergenlik döneminde mutluluk ve umut konusunda yaptıkları çalışmada kız öğrencilerin mutluluk düzeyi puanları ile erkek öğrencilerin mutluluk düzeyi puanlarının farklılaşmadığına ve cinsiyetin öznel iyi oluş üzerinde zayıf bir sosyodemografik değişken olduğu sonucuna varmışlardır. Küçük'ün (2020) yetişkinler üzerinde yaptığı çalışmada katılımcıların kadın ya da erkek olmalarının psikolojik iyi oluş düzeylerini anlamlı olarak etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Cinsiyet değişkeninin mutluluk üzerindeki yordayıcı etkisinin yaş, sosyal çevre, statü gibi etkenlere bağlı olarak değiştiği düşünülebilir. Kültürümüzde duyguları dışa vurma açısından kız ve erkek çocuklardan farklı davranışlar beklenmektedir. Kız çocukların üzüntüsünü ağlayarak mutluluğu gülererek dışa vurması beklenen normal bir tepkiyken erkek çocuklar genellikle bu konuda duygularını kontrollü, bastırmayı ya da ikincil bir duygu olarak öfke ve agresif davranışla ifade etmeyi öğrenir. Okul çocukları mutluluk düzeyinin kız çocukları lehine anlamlı derecede farklılaşması, kızların duygularını daha rahat dışa vurmasından kaynaklandığı yönünde yorumlanabilir.

5.4. Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Bağımsız Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşması

Çocukların bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri arasındaki ilişkinin cinsiyete göre farklılaşması incelendiğinde elde edilen bulgularda, çocukların bağlanma düzeyleri ile bağımsız öğrenme beceri düzeyleri arasında ilişkinin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Alan yazında bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Fakat bağlanma stilleri ile öz düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma bulgularında kız çocuklarının erkek çocuklara göre daha yüksek öz düzenleme becerisine sahip olduğu sonucuna ulaşıldığı görülmüştür (Baysal ve Özgenel, 2019). Orta çocukluk dönemi çocuklar için aileden kısmen bağımsızlaşarak özerkleşmeye adım attığı bir dönemdir ve çocukların cinsiyet farkındalığının oluşumu eş zamanlı gelişen bir süreçtir. Bu bağlamda elde edilen bulgular, çocukların farkındalık düzeyinin öz bildirimlerine yeter seviyede yansımadağına yönelik yorumlanabilir.

5.5. Çocukların Güvenli Bağlanma Düzeyleri ile Okul Mutluluğu Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Bağlı Olarak Farklılaşması

Çocukların bağlanma stilleri ile okul mutluluğu arasındaki ilişkinin cinsiyete bağlı olarak farklılaşması incelendiğinde elde edilen bulgularda, çocukların bağlanma düzeyleri ile okul mutluluk düzeyleri arasında ilişkinin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Alan yazındaki araştırmalarda bağlanma stilleri ile okul mutluluğunu inceleyen doğrudan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bağlanma stillerinde cinsiyet değişkeninin etkisinin incelendiği araştırma sonucunda bebeklik ve erken çocukluk döneminde sistematik bir cinsiyet farklılığına dair kanıt ulaşılamamıştır. Bunun sebebi olarak bağlanmanın bebeklik döneminde kız ve erkek bebekleri için fark etmeksizin hayatta kalma güdüsü olması olarak açıklanmaktadır. Orta çocukluk döneminde cinsiyet farklılaşmasının yoğunlaştığı kız ve erkek çocukların kendi cinsiyetinin farkına varıp gelişim ödevlerini cinsiyetine ve kültürün beklentisine göre şekillendirmeye başladığı gözlemlense de araştırmalarla farklılaşmanın ortaya koyulabilmesi için daha büyük örneklem grupları ile çalışılması gerekli olabilir (Giudice, 2019). Edinilen bulgular değerlendirildiğinde, öğrencilerin orta çocukluk döneminde cinsiyet farklılaşmasının yansımaları davranışlarında gözlemlenirken bilişsel olarak bu farklılaşmayı belirtmekte zorlandıkları yorumlanabilir.

5.6. Çocukların Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği Puanlarına İlişkin Frekans Dağılımı Analizi

Çalışmaya katılanların, %2,7'sinin 15-29 puan aralığında, %40'ının 30-44 puan aralığında %57,3'ünün 45-60 puan aralığında olduğu görülmektedir. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeğinin; 15-29 puan aralığını düşük bağlanma düzeyi, 30-44 puan aralığını orta bağlanma düzeyi ve 45-60 puan aralığını yüksek bağlanma düzeyi olarak baz alırsak çalışmaya katılanların büyük oranda yüksek güvenli bağlanma düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Alan yazında daha önce yapılan araştırmalar incelendiğinde çocuğun fiziksel, duyuşsal ve sosyal ihtiyaçlarına karşı duyarlı ebeveyn tutumunun kişilik gelişimini olumlu yönde etkilediği dolayısı ile güvenli bağlanma düzeyini arttırdığı görülmektedir (İşgör, 2017). Üsküdar İlçesinin sosyo-kültürel yapısının ve ekonomik düzeyinin orta derecede olmasının, veli gruplarının eğitim düzeyinin çok düşük olmamasının, ailelerin çoğunun göç ile geldikleri bölgelerin kültürel özelliklerini muhafaza ederek geniş aile yapısına benzer şekilde aile apartmanlarında ikamet ediyor olmasının etkisiyle çocukların ihtiyaç duydukları ilgi ve sevgi doyumuna rahatça erişebildikleri düşünülmektedir. Bu etkenlere bağlı olarak güvenli bağlanma düzeyinin yüksek olduğu söylenebilir.

5.7. Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiler

Ölçek puanları arasındaki ilişkiler incelendiğinde elde edilen bulgularda Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile metabilişsel beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma düzeyleri arttıkça metabilişsel beceri düzeyleri artmaktadır. Alan yazındaki benzer araştırmaların sonuçları ile örtüşmektedir. Baysal ve Özgenel (2019) araştırmalarında güvenli bağlanma düzeyi arttıkça öz düzenleme becerisinin arttığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürdeki araştırma sonuçlarıyla birlikte elde edilen bulgular değerlendirildiğinde çocukların güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça öz düzenleme, öğrenmeyi öğrenme, ilişkisel düşünebilme yetilerinin de arttığı düşünülmektedir.

Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile duyuşsal beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma düzeyleri arttıkça duyuşsal beceri düzeyleri artmaktadır. Güvenli bağlanma çocuklara olumlu ve zengin bir benlik algısı geliştirmekle birlikte çocuklara kendilerini duygusal açıdan düzenleme, yoğun stres durumlarında kendini kontrol etme becerisini

kazandırmaktadır. Güvensiz bağlanma durumunda ise tam tersi anlamlı bir kendilik algısı yerine dağınık düzensiz bir benlik algısı oluşur (Güvendeğer ve Çiftci, 2016). Güvenli bağlanan bireylerin işlevsel duygu düzenlemesi, duygularını izleme ve kontrol etme, iletişim amaçları için kullanma yetisi yüksektir. Güvenli bağlanan bireylerin kendilerine olan güvenleri yüksektir ve problem çözme becerileri gelişmiştir bu durum özerkleşmelerini kolaylaştırmaktadır (Kobak vd., 1993). Pielage ve arkadaşlarının (2005) araştırmasında güvensiz bağlanma sosyal ilişkilerinde olumsuz işleyişin öncülü olarak ifade edilmiştir. Roberts ve arkadaşları (1996) araştırmalarında güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerde terk edilme ve sevilme endişeleri, başkaları ile ilişki kurmada zorlanma, düşük öz benlik algısı ve depresif belirtilerde artış olduğu sonucuna varılmıştır. Öner ve Aşçı'nın (2020) araştırmalarında bağlanma stillerinin bireylerin duygu düzenleme becerileri ile bilişsel duygu düzenleme becerileri üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Alan yazındaki araştırma sonuçları ile birlikte elde edilen bulgular değerlendirildiğinde güvenli bağlanma düzeyi yüksek olan kişilerin kendini tanıma ve ifade etmekte zorlanmadıkları, sosyal ilişkilere kolay uyum sağladıkları, duygu düzenleme ve duyguları kullanma yetilerinin daha gelişmiş olduğu düşünülmektedir.

Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile bilişsel beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma düzeyleri arttıkça bilişsel beceri düzeyleri artmaktadır. Kişinin bebeklik döneminde oluşturduğu bilişsel şemalar tıpkı bağlanma stili gibi yetişkinlik döneminde de etkisini sürdüren bir işleve sahiptir (Çam ve Çelik, 2018). Stackert ve Bursik (2018), yetişkinlerle yaptıkları araştırmalarında güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin güvenli bağlananlara göre ilişkide bilişsel çarpıtmalara eğilimli olduğu sonucuna ulaşmıştır. Alan yazındaki araştırma sonuçlarıyla birlikte elde edilen bulgular değerlendirildiğinde ilkökul 4. sınıf seviyesindeki çocukların güvenli bağlanma düzeyi arttıkça dikkat, hafıza, algılama ve bilgi işleme yetilerinin de artış gösterdiği düşünülmektedir. Elde edilen bulgularda bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenmenin içeriğini oluşturan metabilişsel, duyuşsal ve bilişsel becerilerin ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Güvenli bağlanan çocukların bağımsız öğrenme becerileri gelişmiş, öğrenme sorumluluğunu kendisi alabilen ve keşfetme duygusu yüksek çocuklar olduğu görülmektedir. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile mutluluk envanter düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat olumlu iyi oluş düzeyi ve olumsuz iyi oluş düzeyi ile

ilişkili olduğu sonucu elde edilmiştir. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile olumlu iyi oluş düzeyleri arasında istatistiksel olarak aynı yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça olumlu iyi oluş düzeyleri artmaktadır. Literatürde örtüşen araştırmalara rastlanmıştır. Ebeveynlerine güvenli bağlanan ergenlerin öznel iyi oluşları güvensiz olan ergenlere göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur (Yang ve ark, 2008). Özdemir'in (2016) yaptığı araştırmada ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanma puanlarıyla öznel iyi oluşları arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanan bireylerin diğerlerine göre daha mutlu oldukları ve yaşamlarından daha çok doyum aldıkları şeklinde yorumlanmıştır. Araştırma bulguları bağlanma kuramı ile de örtüşmektedir. Güvenli bağlanan bireyler stresli ve zorlayıcı yaşam şartları ile baş etmede kendi yeteneklerine güvenirlir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler pozitif duygu yaşantısı problem çözme becerilerini geliştirir (Kesebir vd., 2011). Soyaltın'ın (2022) araştırmasında öğrencilerin güvenli bağlanma puanı arttıkça duygusal ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazındaki araştırmaların sonuçlarıyla birlikte elde edilen bulgular değerlendirildiğinde güvenli bağlanan ilkökul 4. sınıf seviyesindeki çocukların daha mutlu, okula ve çevreye uyum sağlamakta zorlanmayan, karşılaştığı sorunlarda baş etme becerisi yüksek, kendisine ve başkalarına karşı olumlu tutumlara sahip çocuklar olduğu görülmektedir.

Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile olumsuz iyi oluş düzeyleri arasında istatistiksel olarak ters yönlü orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça olumsuz iyi oluş düzeyleri azalmaktadır. Alan yazında yapılan araştırmalarda örtüşen bulgularla karşılaşılmıştır. Demirel'in (2018) yaptığı araştırmada kaygılı bağlanma ile mutluluk arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Shaver ve Brennan (1992) araştırmalarında kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin depresif semptomlarının daha yüksek çıktığı, olumsuz duyguları inkar etme ve bastırma eğiliminde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Çelik'in (2018) araştırmasında bağlanma stillerinin birçok davranışı olumlu veya olumsuz etkilediği güvenli bağlanan bireylerin psikolojik iyi olma halinin olumlu etkilendiği güvensiz bağlanmanın boyutlarından korkulu ve saplantılı bağlanan bireylerin psikolojik iyi oluşlarının olumsuz etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır. Abubakar ve arkadaşlarının (2013) araştırmalarında ebeveyne ve akrana bağlanmanın ergenlerin kimlik oluşumu ve psikolojik iyi oluşunda önemli bir rolü olduğu sonucuna varılmıştır. Daha önceki

araştırma sonuçlarıyla birlikte elde edilen bulgular incelendiğinde güvensiz bağlanan ilkokul 4. sınıf seviyesindeki çocukların okulda daha mutsuz, sosyal bağları daha zayıf, kendilerine ve diğerlerine karşı olumsuz tutumlara sahip çocuklar olduğu düşünülmektedir. Bu çocukların güvensiz dış dünya algısının okula ve akranlarla ilişkilerine de yansıdığı kaygılı, korkulu ve kaçınan tepkiler verdiği gözlenmektedir.

Alan yazındaki araştırmalar incelendiğinde güvenli bağlanmanın faydaları, güvensiz bağlanmanın ise olumsuz etkileri vurgulansa da, toplumlarda güvensiz bağlanan insanların sayısının neredeyse yarı yarıya olması dikkatle incelenmesi gereken bir konudur. Bu husus bağlanma paradoksu olarak açıklanmaktadır. Günümüzde giderek kaynakların azaldığı, geniş aileden çekirdek aileye geçildiği, bireyciliğin ve narsizmin arttığı, boşanma oranlarının yükseldiği, aile ve toplum dinamiğinin değiştiği görülmektedir. Bu değişen düzenin güvensiz bağlanmanın artışında rol oynadığı düşünülebilir. Buradan yola çıkarak güvensiz bağlanmanın doğal seçilime rağmen varlığını sürdürmesinin, insanın yaşam döngüsünde zorlu ekolojik şartlarda hayatta kalmak için erken uyarı ve uzaklaşma sistemi olarak bir görevi olduğu düşünülebilir (Sakman ve Sümer, 2018).

5.8. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma 2021-2022 Eğitim öğretim yılında İstanbul İlinin ulaşılabilir, eski ve kozmopolit bir yapıya sahip olduğu düşünülen Üsküdar ilçesindeki tüm sosyo-ekonomik düzeyden öğrencilere ulaşabilme adına resmi ilkokullardaki 4. sınıf düzeyinde okuyan 300 öğrencinin görüşleri ile sınırlıdır.
2. Araştırma uygulanan ölçme araçlarından elde edilen verilerle sınırlıdır.
3. Araştırma örneklem grubunu 4. Sınıf düzeyinde okuyan öğrenciler oluşturduğu için sadece 9-10 yaş gelişim düzeyindeki çocukların görüşleri ile sınırlıdır.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma bulgularına yönelik elde edilen genel sonuç ve önerilere yer verilmiştir. Araştırma sonucunda hipotezlerde beklenildiği gibi bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyi arasında ilişki olduğu yönünde veriler elde edilmiştir.

Araştırma amacı doğrultusunda öğrenilmek istenen sorulara ilişkin cevaplar aşağıda verilmiştir:

1. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

2. Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği puanları, Metabilişsel alt boyut, Duyuşsal alt boyut, açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır

3. Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği, bilişsel alt boyut düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Kız çocuklarının bilişsel beceri düzeyler anlamlı derecede yüksektir.

4. Okul Çocukları Mutluluk Envanteri puanları olumlu ve olumsuz iyi oluş alt boyut düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır

5. Okul Çocukları Mutluluk Envanteri puanları toplam düzeyleri açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Kız çocuklarının mutluluk envanter düzeyleri anlamlı derecede yüksektir.

6. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile metabilişsel beceri düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça metabilişsel beceri düzeyleri artmaktadır.

7. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile duyuşsal beceri düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça duyuşsal beceri düzeyleri artmaktadır.

8. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile bilişsel beceri düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça bilişse beceri düzeyleri artmaktadır.

9. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile olumlu iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça olumlu iyi oluş düzeyleri artmaktadır.

10. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile olumsuz iyi oluş düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça olumsuz iyi oluş düzeyleri azalmaktadır.

11. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği puanları ile Okul mutluluk envanter puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

12. Çocukların güvenli bağlanma düzeyleri ile bağımsız öğrenme becerisi düzeyleri arasında ilişki cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

13. Çocukların güvenli bağlanma düzeyleri ile okul mutluluk düzeyleri arasında ilişki cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda bulunulan öneriler:

1. Bağlanma kuramı önemi giderek artan ve birçok araştırmada yer bulan bir konudur ve araştırılmaya devam edileceği de aşikârdır. Bireyin ailede başladığı ilişki serüveni hayatı boyunca edindiği temel dinamikle diğer insanlarla ilişkisinde de etkisini sürdürecektir. İnsanın sosyal bir varlık olduğu göz önünde tutularak güvenli bağlanma düzeyinin artması için aile içi ilişkilerin iyileştirilmesi önemlidir. Bu anlamda öncelikle aileler ve ebeveynler düzleminde neler yapılabileceği düşünülmeli ve araştırılmalıdır. Araştırmalarda anne-baba tutumlarının, ebeveynlerin kendi bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu yönünde pek çok sonuç bulunmaktadır. Evlilik öncesinde bireylerin kendi benlik algısı, iletişim ve ilişki dinamikleri konusunda bilgi ve farkındalığı önemlidir. Evlilik sürecinde de çiftlerin uyum, iletişim, ebeveynlik konusunda bilgilenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir. Yine bu süreçte yaşam döngülerine uyum konusunda ailelerin yardım alabileceği erişilebilir danışmanlık merkezlerinin oluşturulması düşünülebilir. Burada aile ve çift danışmanlığının önemi ve farkındalığı üzerinde durulmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

2. Çocuğun aileden sonra ilk sosyal alanı olan okul, özerkleşmenin oluşması açısından önemli bir basamaktır. Bağlanma kuramında her ne kadar bebeklikte yer edinen bağlanma stilinin yaşam boyu kişinin sosyal ilişkilerinde etkili olduğu üzerinde durulmuşsa da Erikson'un, psikososyal kuramına dayanarak çocuğa yeniden dış dünyanın güvenilir bir yer olduğunu anlatmak için okul yaşantısının mihenk noktasında olduğu düşünülmektedir. Güvenli bir okul ortamı, çocuğun gelişim dönemine uygun olarak ihtiyaçlarına cevap verilmesi, fizyolojik, psikolojik, sosyal gelişimini destekleyici bir sistemin oluşturulması çocuğun güvenli bir dünya algısı oluşturmasında destekleyici nitelikte olacaktır. İlkokulda çalışan bir rehber öğretmen olarak bu konudaki gözlem ve deneyimlerimin sonucunda güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların ayrışma ve özerk davranma konusunda zorlandıkları fakat güvenli bir okul ortamında sıcak samimi destekleyici öğretmenlerle benlik saygılarının arttığı, sosyal becerilerinin geliştiği gözlemlenmiştir. Bu noktada araştırılması gereken ailede güvensiz bağlanma stiline sahip çocukların tekrar güvenli bağlanma düzeyine gelmesi için neler yapılmalıdır? Birçok ailede sorunlar yaşanmaktadır. Dolayısı ile çocuklar ihmal hatta istismarla büyümektedir. Kendisine ve dış dünyaya güvenini kaybetmiş hatta hiç güven duymamış bir çocuğun sosyal bağlar kurması oldukça zordur. Bu durumda okulda fark edilen bir aile probleminin çözümü için farklı kurumlarla iletişime girmek ve sürecin prosedürlerini yerine getirmek zaman kaybettirici olmaktadır. Değişen toplum düzenini, aile yapılarını, akran zorbalıklarını göz önünde bulundurarak ailelerin, öğrencilerin hatta öğretmenlerin yaşadıkları problemin zamanında çözülmesi ve önlem alınması adına okullarda okul sosyal hizmeti uygulamasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Çocukların akranlarına ve aile üyelerine bağlanma kalitesinin artırılmasına yönelik danışmanlık ve sosyal destek hizmetlerinin okullarda sağlanmasının fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Okullarda rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanının iyileştirilmesi öğrenci sayısına bakılmaksızın her okulda psikolojik danışman olması kalabalık okullarda öğrenci sayısına yönelik yeter sayıda norm verilmesi her çocuğun sağlıklı ve verim alarak bu alandan yararlanabilmesi açısından önemlidir. Son dönemlerde önemi artan psikomotorisite eğitiminin de bu konuda eğitim öğretim sürecinde yer almasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Pedagojik ve terapötik bir kavram olan psikomotorisite hareket yoluyla beden-zihin uyumunu sağlamada, öğrenci ile pozitif ilişki kurmada, çocuğun dışavurumlarını desteklemede, çocuğun iç ve dış

kaynaklarının gelişiminde etkili bir yöntemdir. Psikomotorisite çocuğun bilişsel, duyuşsal ve bedensel gelişimini destekleyerek özerklik, sorumluluk, duygu düzenleme, zaman yönetimi, yaratıcılık becerileri kazandırmayı hedeflemektedir. Diğer bir önemli unsur da çocuklar için hayatın provası olan oyundur. Eğitim sisteminin içerisinde planlı ve programlı olarak yer almasının faydalı olacağı düşünülen oyun çocuğun fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerinde rol alan önemli deneyimleme etkinlikleridir.

3. Ülkemizde bağımsız öğrenme becerileri kavramı son yıllarda önem kazanmaya başlamıştır. Geleneksel eğitim sisteminden öğrenen merkezli eğitim sistemine geçiş sürecinde dikkat edilmesi gereken birçok değişken bulunmaktadır. Öncelikle öğrencilere bağımsız öğrenme becerilerinin kazandırılması için öğretmenlerin bu beceriyi kullanması gerekmektedir. Öğretmenin öz düzenleme, soru sorma, sorgulama, düşünme becerilerini arttıran ve destekleyen yöntem ve teknikler kullanması çocuklara model olması adına önemlidir. Çocukların kendi kendilerini kontrol etme ve düzenleme becerisi kazanabilmesi için son yıllarda önemi vurgulanan çocuklar için felsefe dersleri bu konuda destekleyici niteliktedir. Çocuklar için felsefe dersinin amacı, sebep-sonuç kurma becerisi kazanma, kendileri için önemli konularda sorular sorma ve sorular doğrultusunda düşünme, olaylara farklı bakış açısı getirebilme gibi çocuktaki merak ve keşfetme güdüsü ile felsefeyi harmanlayarak ileride esnek ve etkin düşünebilen yetişkinler olmalarını desteklemektir. Ülkemizde felsefe dersi sadece lise kademesinde okutulmaktadır. İlkokul temel eğitimin ilk adımında bu basamakta çocuğun kazanacağı bilgi beceri ve tutumlar sonraki öğrenim hayatında etkisini devam ettirecektir. Uyarlanabilir öğrenim ortamı da son yıllarda önemi vurgulanan ve çocukların bağımsız öğrenme sürecini destekleyici bir çalışma olarak karşımıza çıkmaktadır. Uyarlanabilir öğrenme ortamında öğrenen merkeze alınarak bireysel farklılıkları ve gereksinimleri karşılamak için öğretim yaklaşım ve teknikleri kullanılmaktadır. Değişen ve gelişen toplum düzeni, teknolojik alt yapı, insanların fizyolojik, psikolojik, sosyal ihtiyaçları göz önünde bulundurulduğunda eğitim öğretim sisteminin uygulandığı alan olan okullarında revize edilmesi ve ihtiyaçlara cevap verici duruma getirilmesi gereklidir. Eğitim öğretimin uygulayıcıları olan öğretmenlerin hizmet içi eğitimleri zaman, içerik ve ulaşılabilirlik açısından ihtiyaçlara uygun olarak revize edilmelidir.

Öğretmenlerin akademik olarak desteklenmesinin yanı sıra iyi oluş düzeylerini arttırıcı çalışmalar yapılması çocukların sağlıklı ve verimli bir eğitim öğretim ortamında olması için önemli bir koşul niteliğindedir.

4. Bundan sonra yapılacak çalışmalara öneri olarak, farklı demografik değişkenlerin kullanılması ve farklı yaş gruplarının ele alınmasıyla araştırmanın genişletilmesi yeni bulgulara ışık tutacaktır.



KAYNAKÇA

- Abubakar, A., Alonso-Arbiol, I., Van de Vijver, F. J. R., Murugami, M., Mazrui, L. ve Arasa, J. (2013). Attachment and psychological well-being among adolescents with and without disabilities in Kenya: The mediating role of identity formation. *Journal of Adolescence*, 36, 849-857.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.05.006>
- Adler, A. (1997). *Güç çocuğun eğitimi*. (N. Önel, Çev.). Varlık Yayınları.
- Adler, A. (1998). *Sorunlu okul çocuğu*. (K. Şipal, Çev.). Cem Yayınevi.
- Alıcı, T. (2020). *Öğrenmenin bilimsel temelleri*. (2. Baskı). Kaknüs Yayınevi.
- Akdağ, S. T. (2011). *Ergenlerin bağlanma stilleri ile ebeveynlerinin bağlanma stilleri arasındaki ilişki* [Uzmanlık Tezi, Akdeniz Üniversitesi].
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=s0JCJMEsZLSuH19b3I-peg&no=UBq2nTQdYTMSATV-B5FSeA>
- Akça, S. (2017). Kohut'un kendilik nesnesi ihtiyaçları bağlamında kırılğan narsisizmin incelenmesi: Bir vaka örneği. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 4(1), 1-13.
<https://doi.org/10.31682/ayna.470729>
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanıs ve sayımsal elkitabı*. (DSM-V), (5. Baskı). Tanı ölçütleri başvuru el kitabı'ndan (E. Köroğlu, Çev.). Hekimler Yayın Birliği.
- Aslan, S., ve Güven, M. (2010). Bağlanma ve kişisel uyum arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılığı. *Education and Science*, 35(157), 181-191.
- Aşkın, İ. (2015). Üniversite öğrencilerinin öz-yönetimli öğrenme becerilerinin incelenmesi. [Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Hacettepe Üniversitesi Açık Erişim Sistemi.
<http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/bitstream/handle/11655/11936/a0a4444d-ef7b-4fc3-9575-f6343ce59410.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ataalkın, A. N. (2012). *Üst bilişsel öğretim stratejilerine dayalı öğretimin öğrencilerin üst bilişsel farkındalık ve becerisine, akademik başarı ile tutumuna etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi]. Akdeniz Üniversitesi Açık Erişim Sistemi.
<http://acikerisim.akdeniz.edu.tr:8080/xmlui/handle/123456789/1829>
- Ateş, F. ve Erdem, R. (2020). Yetişkin bağlanma stiline örgütsel açıdan değerlendirilmesi. *Pamukkale Üniversitesi İşletme Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 431-447. <https://doi.org/10.47097/piar.834871>

- Aydın, B. A. (2020). *Yetişkin Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar İle Bağlanma Stilleri Ve Ayrılık Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Gelişim üniversitesi Açık Erişim Sistemi.
<http://acikerisim.gelisim.edu.tr/xmlui/handle/11363/2777>
- Aydın, B. (2010). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. (3. Baskı). Nobel Yayınları.
- Aydın, İ., Yalgattekin, M. ve Aydın, R. (2020) Ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi(UGEAD)*, 6(2), 524-543.
[10.17244/eku.507650](https://doi.org/10.17244/eku.507650)
- Aysev, A., Ulukol, B. ve Ceyhun, G. (2000) Çalışan ve okuyan çocukların "Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği" ile değerlendirilmesi. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 53(1), 27-30.
- Baysal, A., ve Özgenel, M. (2019). Ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve öz-düzenleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 15(2), 142-152. <https://doi.org/10.17244/eku.507650>
- Bayındır, D. ve Ural, O. (2019). Okul öncesi dönem çocukların öz düzenleme becerilerinin annelerine bağlanma biçimlerine ve annelerin ebeveynlik davranışlarına göre incelenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 27(4), 2597-2608. [10.38089/iperj.2021.61](https://doi.org/10.38089/iperj.2021.61)
- Bayram, Z. (2022) *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanısı olan çocukların bağlanma stilleri ve annelerinin bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Baysal, A. ve Özgenel, M. (2019). Ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve öz-düzenleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 15(2), 142-152. <https://doi.org/10.17244/eku.507650>
- Burak, D. (2020). *İlkokul sosyal bilgiler öğretimine yönelik uyarlanabilir bir öğrenme ortamının tasarlanması, uygulanması ve değerlendirilmesi* [Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Bowlby, J. (1969). *Bağlanma* (2. Basım). (T. V. Soylu, Çev.). Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (1980). *Kaybetme* (1. Basım). (N. Nirven-N. Diner, Çev.). Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby J. (1973). *Ayrılma* (1. Basım). (M. Günay, Çev.). Pinhan Yayıncılık.
- Canbolat, S. Ö. (2019). *Uyku, güvenli bağlanma ve bebeğiniz*. (1. Baskı). Hayy kitap.
- Cihangir Çankaya, Z. ve Meydan, B. (2018). Ergenlik döneminde mutluluk ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(65), 207-222.
<https://doi.org/10.17755/esosder.316977>

- Cumalıoğlu, Y. (2020). *Müthiş psikoloji/Sevme kusurları* (1. Basım). Destek Yayınları.
- Çağlayan, Y. İ. ve İpek, M. (2019). Çiftlerde bağlanma stilleri, evlilik ile evlilik uyumu ilişkisinin incelenmesi. *Aydın Sağlık Dergisi*, 5(2), 161-180.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-255.
- Çelik, Ç. B. (2018). Bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluş ve sosyal güvende hissetme: Aralarındaki ilişki ne? *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), 27-40.
- Çelik, H., Ekşi, H. ve Gülsu, N. (2017). Orta çocukluk döneminde güvenli bağlanma ile mükemmeliyetçiliğin çeşitli değişkenler bağlamında incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(47), 53-68.
- Çelik, K. (2017). *Üstün Yetenekli Öğrencilerde Yaratıcı Biliş Ve Özerk Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. Sakarya Üniversitesi Açık Erişim Sistemi.
<https://acikerisim.sakarya.edu.tr/handle/20.500.12619/74467>
- Çetin, N., Güngör Aytar, A., Pak, M. D. ve Artık, A. (2017). Ergenlerde anne-baba ve arkadaşlara bağlanma biçimleri ile romantik ilişkilerde sorun çözmeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 27(2), 79-95.
- Demirci, G. (2017, 1 Mayıs). *Bağlanma kuramı: Bebek ile anne arasındaki bağ, gelecekteki ilişkilerimizi nasıl etkiliyor?* Evrim Ağacı.
<https://evrimagaci.org/baglanma-kurami-bebek-ile-anne-arasindaki-bag-gelecekteki-iliskilerimizi-nasil-etkiliyor-5101>
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde Bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi]. Işık Üniversitesi Açık Erişim Sistemi.
<https://acikerisim.isikun.edu.tr/xmlui/handle/11729/1372>
- Demiriz, S. ve Ulutaş, İ. (2016). Çocuklar ne kadar mutlu? Bazı değişkenlere göre çocuklarda mutluluğun belirlenmesi. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 16-24.
- Demirtaş, A. S. (2019). Erken ergenlikte güvenli bağlanma ve öz-yeterlik: umudun aracı rolü. *Eğitim Ve Bilim*, 44(200), 175-190.
<http://dx.doi.org/10.15390/EB.2019.8100>
- Demirtaş, H. ve Özer, N. (2016). Öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarısı arasındaki ilişki. *Educational Policy Analysis And Strategic Research*, 2 (1) , 34-47.
- Doğan, T. ve Aydın, T. F. (2021). Mutlu çocuklar mutlu yetişkinler mi oluyor? *İnsan & Toplum*, 11 (1) , 69-95. [dx.doi.org/10.12658/M0437](https://doi.org/10.12658/M0437)

- Doksat, N. G. ve Çiftçi, A. D. (2016). Bağlanma ve yaşamdaki izdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi . Archives Medical Review Journal*. 25(4), 489-501. <https://doi.org/10.17827/aktd.253561>
- Döş, İ. (2013). Mutlu okul. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 267-280.
- Durualp, E. (2014). Ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerilerinin cinsiyet ve sınıfa göre incelenmesi. *International Journal of Social Science*, 26, 13-25. [10.9761/JASSS2326](https://doi.org/10.9761/JASSS2326)
- Eryılmaz, A. (2016). *Herkes için mutluluğun başucu kitabı*. (2. Baskı). Pegem Akademi.
- Ertürk, S. ve Koç, S. (2021). Türkiye’de mutluluğun belirleyicileri zaman içinde değişti mi? 2013-18 dönemi faktör ve çoklu logit model örneği. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, (31), 265-292. <https://doi.org/10.18092/ulikidince.881464>
- Eyüboğlu, D. (2020). Anne ile çocuk arasındaki eşsiz bağ olarak bağlanma; prenatal dönemden çocukluğa. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*. 5(2), 346-52. <https://doi.org/10.35232/estudamhsd.716473>
- Ferenczi, S. (2017). *Yetişkindeki çocuk*. (2. Basım). (H. Portakal, Çev.). Cem Yayınevi.
- Gibson, L. C. (2017). *Olgunlaşmamış ebeveynlerin yetişkin çocukları*. (2.Basım). (D. Boyraz, Çev.). Sola Unitas.
- Giudice, M. D. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current Opinion in Psychology*, 25, 1-5. [10.1016/j.copsyc.2018.02.004](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.004)
- Goleman, D. (2005). *Yıkıcı duygular ile nasıl başa çıkabiliriz?* (S. Hauser, Çev.). İnkılap Kitabevi.
- Goleman, D. (1996). *Duygusal zeka*. (B. S. Yüksel, Çev.). Varlık Yayınları.
- Gökçedağ, S. (2001) *Lise öğrencilerinin okul başarısı ve kaygı düzeyi üzerinde anne-baba tutumlarının etkilerinin belirlenip karşılaştırılması* [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=ebhwbP2aCtfwYHx04PwMFw&no=zHiklBMUKC3RnLBGdyK0IA>
- Gültaş, S. (2019). *Lise öğrencilerinin özerk öğrenmeleri ile başarı yönelimleri öğrenme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. Sakarya Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.sakarya.edu.tr/handle/20.500.12619/74457>
- Güneş, A. (2014). *Çocuk neyi neden yapar?* Nesil yayınevi.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1998). Bağlanma (Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve). (A. Dönmez, Çev.). *Psychological Inquiry*,5(1),1-49. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000242
- Hellinger, B. ve Weber, G. (2015) *Mutluluğun iki yolu*. (E. Tabar, Çev). Pan Yayıncılık.
- Henn, C. M., Hill, C. ve Jorgensen, L. I. (2016). An İnterestigation into the factor structure of the Ryff Scales Of Psychological Well-Being. *SA Journal of Industrial Psychology*. 42(1). [10.4102/sajip.v42i1.1275](https://doi.org/10.4102/sajip.v42i1.1275)
- Hoy, A. W. (2015). *Eğitim psikolojisi*. (1. Basım). (D. Özen, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Işık, A. ve Meriç, M. (2010). Hayatın kalitesi (Quality Of Life) kavramının felsefik temelleri; Aristo, Bentham ve Nordenfelt. *Ege Akademik Bakış / Ege Academic Review*, 10 (1), 421-434.
- İşgör, Y. İ., (2017). Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri ve Akademik Başarının Merhamet Üzerindeki Yordayıcı Etkisi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 82-99 [10.17556/erziefd.299182](https://doi.org/10.17556/erziefd.299182)
- Kahraman, S. (2021). *Bağlanma stilleri, depresyon ve saldırganlık*. İksad Yayınevi.
- Kahya, Y ve Gençöz, T. (2020). Duygu düzenleme becerisi bağlamında temel kişilik özellikleri ve kişilik bozuklukları. İçinde S. Vatan (Ed.). *Duygu Düzenleme*. (1. Baskı, ss. 70-9). Türkiye Klinikleri.
- Kahyaoglu, M., Yetişir, M. İ. ve Birel, F. K. (2019). Ortaokul öğrencilerinin fen bilimleri dersinde kendi kendine öğrenme becerilerinin yordanmasında kaygının rolü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(69), 385-397. <https://doi.org/10.17755/esosder.450201>
- Kahyaoğu, O. (2008). *Yaşam memnuniyeti ve yaşam memnuniyetini etkileyen değişkenler ile ekonometrik uygulama: Türkiye örneği* [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. Dokuz Eylül Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.deu.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12397/11204>
- Karaboğa, M. (2011). *Çocuklarda bağlanma stilleri ve benlik saygısının aleksitimi üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=qQaq_jMLlhFr1qw_bWdOqLg&no=M0UB_DK1pmx6_u20p3UWJw
- Karagülle, S. ve Berkant, H. G. (2022). Üniversite öğrencilerinin öz yönetimli öğrenme becerilerinin ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42(1), 669-710. <https://doi.org/10.17152/gefad.1005908>

- Karasakaloğlu, Y. D. D. N. ve Saracaloğlu, P. D. A. S. (2009). Sınıf öğretmeni adaylarının Türkçe derslerine yönelik tutumları, akademik benlik tasarımları ile başarıları arasındaki ilişki. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 343-362.
- Kapçı, E. G. ve Küçük, S. (2006). Ana babaya bağlanma ölçeği: türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 286-295.
- Kaya, E. (2022). *Üniversite öğrencilerinde mizaç ve bağlanma stillerinin duygusal düzenleme ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi].<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Keskin, G. ve Çam, O. (2007). Bağlanma süreci: Ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 23(2), 145-158.
- Kıldan, O. A. (2012). Okul öncesi öğretmenlerinin ve ebeveynlerin okul öncesi dönemdeki çocukların okul korkularına ilişkin görüşleri. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(1), 49-73.
- Kılıç, T. ve Kümbetoğlu M. (2016). Bağlanma stillerinin iletişim becerilerine etkisini araştırma. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 381-396.
- Kırimer, F., Sümer, N. ve Akça, E. (2014). Orta çocuklukta anneye kaygılı ve kaçınan bağlanma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II–Orta Çocukluk Dönemi Ölçeğinin Türkçe’ye uyarlanması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 45-57.
- Kırnık, D., Özkul R., Dönük, O., Altunhan, Y. ve Altunkaynak, Y. (2021). Okul Mutluluk-Yaşam Ölçeğinin Geliştirilmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 603-627. <https://doi.org/10.17679/inuefd.841270>
- Kuzu, A. (2013). Araştırmaların planlanması. İçinde A. A. Kurt (Ed.), *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (1. Baskı, ss. 19-45). Anadolu Üniversitesi Yayını.
- Küçük, M. (2020). *Yetişkinlerin öz şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. Gelişim Üniversitesi Açık erişim Sistemi. <http://acikerisim.gelisim.edu.tr/xmlui/handle/11363/2531>
- Kobak R. R., Cole H. E., Ferenz-Gillies R., Fleming W.S. ve Gamble W.(1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem-solving: A control theory analysis. *Child Development*, 64, 231–245. <https://doi.org/10.2307/1131448>
- Koç, C. ve Karabağ, S. (2013). İlköğretim ikinci kademe (6-8. sınıf) öğrencilerinin bilişüstü yetileri ile başarı yönelimlerinin incelenmesi. *NWSA-Education Sciences*, 8(2), 308-322.

- Koser, İ. E. ve Barut, Y. (2020). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri, problem çözme becerileri ve bağlanma stilleri ilişkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(23), 1765-1789. <https://doi.org/10.26466/opus.622867>
- Koydemir, S. ve Bulgan, G. (2019). *Mutluluk-iyi yaşama dair bilmediklerimiz*. (3. Baskı). Elma Yayınevi.
- Levine, A. ve Heller, R. (2011). *Bağlanma - Aşk bulmanın ve korumanın bilimsel yolları* (1. Basım). (E. Güldemler, Çev.). Aganta Kitap.
- Manav, F. (2011). Metaboliş kavramı. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 1(2), 103-116.
- Maşa, M. ve Kıral, G. (2019). Gençlerde mutluluğun belirleyicileri: Çukurova Üniversitesi örneği. *Journal of Institute of Economic Development and Social Researches*, 5(18), 227-233.
- Morsünbül Ü. ve Çok F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*. 3(3), 553-570. <https://doi.org/10.5455/cap.20110324>
- Namdar, A. (2018). *Bir grup öğrencide umut, kaygı ve mutluluk arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Nedim Bal, P. ve Gülcan, A. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1), 41-52.
- Osho (2006). *Çocuk/ Kendin olma özgürlüğü*. (A. Sangeet, Çev.). Ganj Yayıncılık.
- Önder, S. (2016). *5 – 6 yaş çocukların bağlanma stillerinin akran ilişkilerine etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=K-QAwbHOvBfc77dlUtiqDw&no=tNisNmaXcoVLfekmGhwr2Q>
- Öner, Ç. ve Asçı, F. (2020). Sporcularda bağlanma stillerinin duyguları düzenleme becerileri ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerini belirlemedeki rolünün incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 202-219. <https://doi.org/10.25307/jssr.798619>
- Özarpınar, Y. (2010). *Öğrenme/ Verimli zihinsel çalışmanın psikolojik koşulları*. Ötüken Yayınları.
- Özen, Y. ve Gülaçtı, F. (2012). Öğretmen adaylarının sosyal beceri ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Beşeri Ve Akademik Bilimler Dergisi*, 1(1), 83-101. [10.17368/UHBBAB.2012018729](https://doi.org/10.17368/UHBBAB.2012018729)
- Özer, İ. Ö. (2018). Bağlanmanın doğal sonucu: Ayrılma kaygısı. *ÇOMÜ Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 125-134. <https://doi.org/10.31454/usb.419854>

- Özeren G. S. ve Akın S. (2016). Anne-baba bağlanma biçimleri ve kişilerarası ilişkilerin değerlendirilmesi. *İstanbul Bilim Üniversitesi Florence Nightingale Tıp Dergisi*, 2(3), 222-232. [10.5606/fng.btd.2016.041](https://doi.org/10.5606/fng.btd.2016.041)
- Özdemir, M. (2016). *Ergenlik döneminde bağlanma, özerklik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=SygbI3RcwK4QedoH3a2aTQ&no=4HMc1Q_KBBq1vNg210L1fg
- Özdemir, Y., Yılmaz Hiçde, A. ve Sağkal, A. S. (2021). İlkokul Çocukları İçin Okul Mutluluğu Ölçeği'nin (İÇİOMÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(231), 111-127. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.745320>
- Özsoy, G. (2008). Üstbiliş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(4), 713-740.
- Özteke Kozan, H. İ. ve Hamarta, E. (2017). Beliren yetişkinlikte beden imgesi: bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(48), 63-81.
- Öztürk, F. D. ve Tortop, H. S. (2019) Okul öncesi 4-6 yaş grubu çocukların bağlanma stilleri ile sosyal beceri düzeyi ve oyun davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Üstün Zekâlılar Eğitimi ve Yaratıcılık Dergisi*, 6(2), 75-85.
- Öztürk, H. K. (2017). Çocukluğun tarihsel gelişimi üzerine düşünceler. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13, 253-276.
- Özyürek, A. (2015). Okul öncesi çocukların sosyal beceri düzeyleri ile anne tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 45(206), 106-120.
- Perry, B. D. ve Szalavitz, M. (2014). *Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk* (5. Basım). (E. Söğüt, Çev.). Okuyan Us Yayınları.
- Pielage, S. B., Luteijn, F. ve Arrindell, W. A. (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(6), 455-464. <https://doi.org/10.1002/cpp.472>
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H. ve Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: the mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 70(2), 310. [10.1037//0022-3514.70.2.310](https://doi.org/10.1037//0022-3514.70.2.310)
- Robinson, K. ve Aronica, L. (2015). *Yaratıcı çocuklar*. (4. Baskı). (D. Boyraz, Çev.). Sola Yayınları.
- Sağ, M. ve Şit, K. Y. (2020). İlköğretim 5.sınıf öğrencilerinin öğrenme stratejileri ve öğrenme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi: Bir durum çalışması. *Bartın Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 24-36.

- Sakman, E. ve Sümer, N. (2018). Güvensiz bağlanma neden yaygın? Bir erken uyarı ve uzaklaşma sistemi olarak güvensiz bağlanma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 21(42), 1-13. [10.31828/tpy.13019961.2018.42.02.01](https://doi.org/10.31828/tpy.13019961.2018.42.02.01)
- Saraç, S. ve Ogelman, H. G. (2022). *Bağımsız öğrenen çocuklar*. (1. Basım). Yeni İnsan Yayınevi.
- Saygılı, S. (2012). *Çocuk psikolojisi*. (1. Basım). Nesil Basım Yayınları.
- Sekman, M. ve Eriş, B. (2021). *Çocuklar nasıl başarır 2*. (17. Basım). Alfa Yayınları
- Schmid, W. (2014). *Mutsuz olmak - Bir yüreklendirme*. (3. Basım). (T. Bora, Çev.). İletişim yayınları
- Shaver, P. R., ve Brennan, K. A. (1992). Attachment styles and the "Big Five" personality traits: Their connections with each other and with romantic relationship outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(5), 536-545. <https://doi.org/10.1177/0146167292185003>
- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157. <https://doi.org/10.1080/01926180301120>
- Soyaltın, A. (2022). Ortaokul dönemi öğrencilerinin bağlanma stilleri ile iletişim becerileri, duygusal ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Soysal, A., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8(2), 88-99.
- Stackert, R. A., ve Bursik, K. (2003). Why I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00124-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1)
- Subaşı, G. ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimindeki etkisi. *The Turkish Online Journal Of Design*, 10(2), 147-162. [10.7456/11002100/007](https://doi.org/10.7456/11002100/007)
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43) 71-106.
- Sümer, N. ve Şendağ, M. A. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 86-101.

- Şahin, F. N. (2021). *Aile, eğitimciler ve kendi bakış açılarıyla çocukların mutluluğu*. [Yüksek Lisans Tezi, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi].
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Barkale Şahin, S. ve Hamarta, E. (2022). Ergenlerin duygusal özerklik ve yaşam doyumlarının bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 146-157. [10.38151/afek.2022.9](https://doi.org/10.38151/afek.2022.9)
- Şerif, M. (1985). *Sosyal kuralların psikolojisi*. (1. Basım). (İ. Sandıkçioğlu, Çev.). Alan Yayıncılık
- Tatar, E. ve Tatar, E. (2007). Öğrenme stillerine dayalı öğretim. *Journal of Qafqaz University*, 20, 126-130
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson Education.
- Telef, B. B. (2014). Okul çocuklarının mutluluk envanteri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması, *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(1), 130-143.
<http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2014.01.013>
- Resmi Gazete [RG]. (2012, 30 Mart). 6287 Sayılı İlköğretim ve Eğitim Kanunu ile Bazı Kanunlarda Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun. No: 28261.
<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2012/04/20120411-8.htm>
- Tutarel Kışlak, Y. Ş. ve Çavuşoğlu, P. Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 9 (9) , 61-68.
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19 (1), 24-39.
- Ural, O., Güven, G., Sezer, T., Azkeskin, K. E. ve Yılmaz, E. (2015). Okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma biçimleri ile sosyal yetkinlik ve duyguların düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 1, 589-598.
- Uykan, E. ve Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih Ve Düşünce Dergisi*, 6 (3), 1620-1644
- Ünüvar, P., Çalışandemir, F., Tagay, Ö. ve Amini, F. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının mutluluk algısı (Türkiye ve Afganistan örneği). *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (34), 1-22.
- Yaman, Y. (2019). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin umutsuzluk düzeyi ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi]. Biruni Üniversitesi Açık Erişim Sistemi.
<https://openaccess.biruni.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12445/1050?locale-attribute=en>

- Yang, A., Wang, D., Li, T. ve Teng, F. (2008). The impact of adult attachment and parental reraring on subjevtive well being in chinese late adolescents. *Social Behavior and Personality*, 36(10), 1365-1378. [10.2224/sbp.2008.36.10.1365](https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.10.1365)
- Yıldız, B. (2017). *Güvenli bağlanma stili kazandırmaya yönelik psikoeğitim programının belirsizliğe tahammülsüzlük ve akademik erteleme üzerindeki etkisi* [Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi.]. Sakarya Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.sakarya.edu.tr/handle/20.500.12619/69528>
- Yıldız, C. (2008). *Üniversite öğrencilerinin geçmişte yaşadıkları ayrılık kaygısı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma* [Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi.]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Yıldızhan, E. (2017). *Bağlanma teorisi ve bağlanma bozukluklarına genel bir bakış. Anadolu Kliniği*, 1(22), 66-72. <https://doi.org/10.21673/anadoluklin.237462>
- Yıldırım, F. (2022). *Çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının yetişkin bağlanma stilleri ve tanrı'ya bağlanma stilleri üzerindeki etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Kastamonu Üniversitesi]. Kastamonu Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <http://earsiv.kastamonu.edu.tr:8080/xmlui/handle/20.500.12597/1967>
- Yolalan, H. (2013). *Ergenlerde depresyon ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi]. Arel Üniversitesi Açık erişim Sistemi. <https://earsiv.arel.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12294/140>
- Yurdakul, Bünyamin (2004). Eğitimde davranışçılıktan yapılandırmacılığa geçiş için bilgi, gerçeklik ve öğrenme olgularının yeniden anlamlandırılması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(8),109-120.

Ekler

Ek 1: Veli Onam Formu

Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma Doç. Dr. Aslı ENEZ DARÇIN danışmanlığında İstanbul Topkapı Üniversitesi Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Gülbahar SEYRAN tarafından yürütülen “**İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Bağımsız Öğrenme Becerileri ve Okul Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki**” adıyla, 01/06/2022 - 30/09/2022 tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile bağımsız öğrenme becerileri ve okul mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkisini nicel verilerle ortaya koymaktır.

Araştırma Uygulaması: Anket şeklindedir. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği, Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği, Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri Ölçekleri tahmini 2 ders saati (90 dakikalık) bir sürede uygulanacaktır.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamada ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmamama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir. Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Anket çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir. Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,
Araştırmacı :

İletişim bilgileri :

Velisi bulunduğum sınıfı numaralı öğrencisi
.....'in yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına izin veriyorum.

(Lütfen formu imzaladıktan sonra çocuğunuzla okula geri gönderiniz*).

.....
İsim-Soyisim İmza:
Veli Adı-Soyadı :
Telefon Numarası :

Ek 2: Kerns Güvenli Bağlama Ölçeği Kerns Güvenli Bağlama Ölçeği (Kern's Security Scale; KSS)

Bu ölçek toplam 15 maddeden oluşmakta ve çocukların ebeveynlere karşı duyduğu güvenli bağlanma düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçekte her madde için karşıt yönlü iki ifade bulunmaktadır (Bazı çocuklar... ama Bazı çocuklar...). Katılımcılardan, öncelikle “AMA” yazan kutunun hemen sağında ve solunda tanımlanan iki çocuk tipinden hangisine daha çok benzediğine karar vermesi istenmektedir. Daha sonra da seçtiği tarafa gidip tarif edilen çocuğa ne kadar benzediğini belirtmesi istenmektedir.

Ters yönde yazılmış yedi madde yeniden kodlandıktan sonra ölçek toplam puan üzerinden (15-60 arasında değişen puanlarla) ya da madde sayısına bölünerek ortalama değerler üzerinden (1-4 arasında değişen puanlarla) değerlendirilebilir. Yüksek puanlar ebeveynlere karşı güvenli bağlanmaya karşılık gelmektedir.

Ters kodlanan maddeler: 1, 3, 4, 9, 10, 13, 15

Önemli Not: Maddelerdeki ‘anne’ ve ‘baba’ ifadeleri değiştirilerek anne ve baba için ayrı formlar oluşturulabilir.

Ölçek Maddeleri:

1.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerine kolayca güvenirlir.	AMA	Bazı çocuklar annelerine güvenip güvenemeyecekleri konusunda emin değildirlir.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	---	------------	---	---	---

2.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar yaptıkları her şeye annelerinin çok karıştığını düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar kendi başlarına bir şeyler yapmalarına annelerinin izin verdiğini düşünürler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	--	---	---

3.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar için annelerinin yardım edeceğine inanmak kolaydır.	AMA	Bazı çocuklar için annelerinin yardım edeceğine inanmak zordur.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	--	---	---

4.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerinin onlarla yeterince zaman geçirdiğini düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onlarla yeterince zaman geçirmediğini düşünürler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	--	---	---

5.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerine ne düşündüklerini veya hissettiklerini söylemekten pek hoşlanmazlar.	AMA	Bazı çocuklar annelerine ne düşündüklerini veya hissettiklerini söylemekten hoşlanırlar.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	---	---	---

6.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar her şeyde annelerine ihtiyaç duymaz.	AMA	Bazı çocuklar annelerine hemen hemen her şey için ihtiyaç duyar.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	---	------------	---	---	---

7.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar "Keşke anneme daha yakın olabilseydim" derler.	AMA	Bazı çocuklar annelerine olan yakınlıklarıyla mutludurlar.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	---	------------	---	---	---

8.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerinin onları gerçekten sevmediğinden endişe duyarlar.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları sevdiğinden emindirler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	---	---	---

9.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerinin onları anladığını hissederek.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları anlamadığını hissederek.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	--	---	---

10.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerinin onları terk etmeyeceğinden gerçekten emindirler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları terk edebileceğinden bazen endişelenirler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	---	------------	--	---	---

11.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar ihtiyaç duyduklarında annelerinin yanlarında olamayacağını düşünerek endişelenirler.	AMA	Bazı çocuklar ihtiyaç duyduklarında annelerinin yanlarında olacağından emindirler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	---	------------	---	---	---

12.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar annelerinin kendilerini dinlemediğini düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları gerçekten dinlediğini düşünürler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	---	---	---

13.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar üzgün olduklarında annelerinin yanına giderler.	AMA	Bazı çocuklar üzgün olduklarında annelerinin yanına pek gitmezler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	---	---	---

14.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar "Keşke annem sorunlarımla daha çok ilgilense" derler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onlara yeterince yardım ettiğini düşünürler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	--	------------	---	---	---

15.

Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar anneleri etrafta olduğunda kendilerini daha iyi hissederler.	AMA	Bazı çocuklar anneleri etrafta olduğunda kendilerini daha iyi hissetmezler.	Bana biraz benziyor <input type="checkbox"/>	Bana çok benziyor <input type="checkbox"/>
---	---	---	------------	--	---	---

Ek 3: Bağımsız Öğrenme Becerisi Ölçeği

Adı-Soyadı:
Sınıfı:

Numarası:

Okulu:

Sevgili öğrencimiz;

Bağımsız öğrenme becerisini belirleyebilmek amacıyla gerçekleştirdiğimiz bu araştırmamızda kullanılmak üzere değerli görüşlerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle aşağıda size maddeden oluşan bir ölçek sunulmuştur. Size yöneltilen ifadeleri yanıtlamanız yaklaşık olarak 20 dakika sürecektir. Çalışmaya katılmanız tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Çalışmaya katılmanız durumunda verilen ifadeleri yanıtlamak için ilgili ifadenin tam yanında verilen kutucuktaki “**Hiçbir zaman**”, “**Ara sıra**”, “**Çoğunlukla**” ve “**Her zaman**” seçeneklerinden birini işaretlemeniz yeterlidir. Hiçbir ifadeyi boş bırakmamanız çalışmamız açısından oldukça önemlidir. Verdiğiniz bilgiler kesinlikle bir başkasıyla paylaşılmayacaktır. İstedığınız zaman çalışmadan çekilebilirsiniz. Çalışma hakkında araştırmacıdan her zaman bilgi edinebilirsiniz. Teşekkür ederim.

No	Maddeler/Seçenekler	Hiçbir zaman	Ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
1	Derslerime çalışmaya başlamadan önce bir plan hazırlarım.				
2	Bir soruyu çözmezsem kimden yardım alabileceğimi bilirim.				
3	Moralim bozuk olsa da kendi kendimi ders çalışmaya ikna ederim (motive ederim).				
4	Kendime günlük, haftalık ya da aylık öğrenme hedefleri belirlerim.				
5	Derslerimi öğrenmem için neler yapmam gerektiğini bilirim.				
6	Çözemediğim bir sorunun cevabını hangi kaynaktan bulabileceğimi bilirim.				
7	Öğrenmem gereken şeyleri en iyi nasıl öğrenebileceğimi bilirim.				
8	Yeterince çalışırsam her şeyi öğrenebileceğime inanırım.				
9	Eksik öğrendiğim ya da başarısız olduğum konuların neler olduğunu kendim belirleyebilirim.				
10	Öğretmenimin verdiği görevleri tamamlamaktan hoşlanırım.				
11	Yaptığım ödevlerin doğruluğunu öncelikle kendim kontrol ederim.				
12	Çözdüğüm soruların cevaplarının doğruluğuna karar vermek için çözümümün sağlamasını yaparım.				
13	Öğretmenimin derste sorduğu bir soruyu yanıtlamaktan memnun olurum.				
14	Yeni şeyler öğrendikçe kendimi daha başarılı hissedirim.				
15	Öğretmenim ev ödevi vermese de derslerime çalışırım.				
16	Öğretmenimizin derslerde hazırlamış olduğu etkinliklere gönüllü olarak katılırım.				
17	Okulda öğrendiklerimi evde düzenli olarak tekrar ederim.				
18	Öğrenmekte zorlandığım bir şeyi öğrenmenin yollarını ararım.				

BİLİŞSEL BECERİLER: 2, 5, 6, 7 ve 9. maddeleri kapsamaktadır.

DUYUŞSAL BECERİLER: 8, 10, 13, 14 ve 16. maddeleri kapsamaktadır.

METABİLİŞSEL BECERİLER: 1, 3, 4, 11, 12, 15, 17 ve 18. maddeleri kapsamaktadır.

Ek 4: Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri (Oçme)

Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri (OÇME)

Aşağıda, okulda son bir haftada boyunca hissettiğiniz ya da düşündüğünüz bazı şeyler ifade edilmektedir. Her bir cümleyi okuduktan sonra 1 ile 4 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak size en uygun cevabı işaretleyiniz.

	Okuldaki son bir hafta boyunca:				
1	Çok enerji doluydum	1	2	3	4
2	Gergindim	1	2	3	4
3	Okula gelmeyi istedim	1	2	3	4
4	Hırçındım	1	2	3	4
5	Üzgündüm	1	2	3	4
6	Rahattım	1	2	3	4
7	Hasta hissettim	1	2	3	4
8	Okulun güvenli bir yer olduğunu hissettim	1	2	3	4
9	Dikkatimi verebildim	1	2	3	4
10	Keyifsizdim	1	2	3	4
11	Olumlu hissettim	1	2	3	4
12	Öfkeliydim	1	2	3	4
13	Ağlamak istedim	1	2	3	4
14	Herkesle iyi anlaştım	1	2	3	4
15	Kötü bir ruh hali içindeydim	1	2	3	4
16	Eğlendim	1	2	3	4
17	Yorgundum	1	2	3	4
18	Sakindim	1	2	3	4
19	Çalışmaya istekliydim	1	2	3	4
20	Kendim için üzüldüm	1	2	3	4
21	İyi hissettim	1	2	3	4
22	Kafam karışık	1	2	3	4
23	Kendime güvenim tamdı	1	2	3	4
24	Mutsuzdum	1	2	3	4
25	Vazgeçmek istedim	1	2	3	4
26	Kendimi oldukça dinç hissettim	1	2	3	4
27	Baş ağrılarım vardı	1	2	3	4
28	İyi çalıştım	1	2	3	4
29	Korkmuş hissettim	1	2	3	4
30	Diğer insanlarla birlikte olmak hoşuma gitti	1	2	3	4

Hiç Katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Kısmen katılıyorum (3), Tamamen katılıyorum (4)

Not: Ölçek iki boyuttan oluşmaktadır. Olumsuz maddeler tersten puanlanarak toplam mutluluk puanı elde edilmektedir. Olumlu öznel iyi oluş 15 maddeden (1,3,6,8,9,11,14,16,18,19,21,23,26,28,30) ve olumsuz iyi oluş 15 maddeden (2,4,5,7,10,12,13,15,17,20,22,24,25,27,29) oluşmaktadır.

Ek 5:Etik Kurul Raporu



T.C.
İSTANBUL TOPKAPI ÜNİVERSİTESİ
REKTÖRLÜK

Sayı : E-31675095-100-2200007944
Konu : Etik Kurul Raporu (Gülbahar
SEYRAN)

26.07.2022

Sayın Araştırmacı Gülbahar SEYRAN

“İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Bağımsız Öğrenme Becerileri Ve Okul Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki” konulu çalışmanız 26.07.2022 tarih 2022/06 sayılı Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunda görüşülmüş olup; Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu üyelerinin değerlendirmesi sonucunda söz konusu çalışmanın etik ilkelere uygun olduğuna karar verilmiştir.

Prof. Dr. Aziz EKŞİ
Komisyon Başkanı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama Kodu: 6C73BEB

Ayvansaray Caddesi, No:45, 34087, Beşiktaş - İstanbul
Tel: 4447696 Faks: +90 212 6214503
E-Posta: info@topkapi.edu.tr Elektronik A.Ş: www.topkapi.edu.tr
Rap. Adresi: istanbultopkapinivarsitesi@hs01.kap.tr

Doğrulama Adresi: <https://bys.topkapi.edu.tr/BelgeDogrulama>

Bilgi: İpek FURTUN
Yan İşleri Uzmanı
Tel: 4447696 Dahili: 508



Ek 6: Araştırma Uygulama İzni



T.C.
ÜSKÜDAR KAYMAKAMLIĞI
İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-36575986-44-50232045
Konu : Araştırma Uygulama İzin Talebi

24/05/2022

KAYMAKAMLIK MAKAMINA

İlgi : Nursen Fuat Özdayı İlkokulu Müdürlüğü'nün, 23/05/2022 tarih ve E-30223641-619-50082255 yazısı.

Nursen Fuat Özdayı İlkokulu Müdürlüğü ilgi yazısında; okullarında görev yapan Rehber Öğretmen Gülbahar SEYRAN'ın, ilııkte detayları sunulan İstanbul Topkapı (Ayvansaray) Üniversitesi Psikoloji Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi kapsamında, "İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Bağımsız Öğrenme Becerileri ve Okul Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki" konulu araştırma ve uygulama ölçeklerini, İlçemize bağılı ilkokul 4. sınıf öğrencilerine uygulamak istediğini bildirmiştir.

Nursen Fuat Özdayı İlkokulu Müdürlüğü'nün, ilııkte detayları sunulan tutum ölçeklerini, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, gönüllülük esasına dayalı olarak, veli bilgisi dahilinde (veli muvafakatnameleri okulda saklanması koşuluyla), İlçemize bağılı ilkokul 4. sınıf öğrencilerine uygulanması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınızı arz ederim.

Sinan AYDIN
Müdür

O L U R

Murat Sefa DEMİRÜREK
Kaymakam

Adres : Üsküdar İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Telefon No : 0 (216) 201 20 70
E-Posta: uskudar34@meh.gov.tr
Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Bilgi için: Ahmet DURU-V.H.K.İ

Unvan : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

İnternet Adresi: www.uskudar.meh.gov.tr Faks: 2162012088

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden c416-2ad1-33d3-90de-4888 kodu ile teyit edilebilir.



ÖZGEÇMİŞ

Gölbahar Seyran, ilkokul, ortaokul ve lise öğrenimini Mersin'in Erdemli İlçesinde tamamladı. Ardından Sakarya Üniversitesi Sosyoloji bölümünden mezun olup, Çukurova Üniversitesinde Felsefe Grubu Öğretmenliği bölümünde tezsiz yüksek lisansını tamamladı. 2011 yılında Milli Eğitim Bakanlığına rehber öğretmen olarak atandı ve halen buradaki görevine devam etmektedir.

