

BAĞLANMA STİLLERİ VE SOSYAL FOBİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI İLİŞKİLER VE BENLİĞİN AYRIMLAŞMASININ ARACI ROLÜ

Yıldız BİLGE¹, Esin SEZGİN², Hazal ERSAL³

ÖZ

Bu çalışmanın amacı sosyal fobi, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve bağlanma stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışmasının aracı rolünün belirlenmesidir. İstanbul ilinde yapılan araştırmaya, 18-70 yaş aralığında (30.60±11.66) olan 197 (%62.7) kadın ve 117 (%37.3) erkek olmak üzere toplam 314 kişi dâhil edilmiştir. Veri toplama aracı olarak Liebowitz Sosyal Fobi Ölçeği, Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi ve Benliğin Ayrışması Ölçeği kullanılmıştır. Paralel aracılık rolleri Hayes'in PROCESS makro eklentisiyle Bootstrap yöntemi temel alınarak test edilmiştir. Korelasyon analizi sonuçlarına göre değişkenler arasında zayıf ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Aracılık analizi bulguları ise güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kayı ve kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisinin olduğu; güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi olduğu; kayıtsız bağlanma ve sosyal fobi-kayı ve kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi olduğu; korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kayı ve kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu; saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kayı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi, saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide ise onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Toplam 8 anlamlı modelin, varyansın %4 ila %19'unu açıkladığı görülmüştür. Çalışmanın bulgularının bağlanma ve sosyal fobi arasındaki ilişkiye aracılık eden değişkenlerin belirlenmesi ve bu değişkenlere yönelik klinik müdahalelerin geliştirilmesi konularında çıkarımlar yapılmasına katkı sağlayabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler

Sosyal Fobi, Bağlanma Stilleri, Benliğin Ayrışması, Kişilerarası İlişki Boyutları

THE MEDIATING ROLE OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS AND SELF-DIFFERENTIATION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES AND SOCIAL PHOBIA

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the relationships between social phobia, attachment styles, interpersonal relationships, and self-differentiation and to determine the mediating role of interpersonal relationships and self-differentiation in the relationship between attachment styles and social phobia. A total of 314 people, 197 (62.7%) women, and 117 (37.3%) men, aged between 18 and 70 years (30.60±11.66), were included in the study conducted in Istanbul. They were used as data collection tools Liebowitz Social Phobia Scale, Scale of Dimensions Interpersonal Relationship, Relationship Scales Questionnaire, and Self-Differentiation Scale. Parallel mediation analyzes were performed using Hayes's PROCESS macro plug-in based on the Bootstrap method. According to the results of the correlation analysis, weak and moderately significant relationships were found between the variables. The mediation analysis findings revealed, that approval dependence, trusting others, and emotional reactivity have parallel mediation effects in the relationship between secure attachment and social phobia-anxiety; that approval dependence and trusting others have parallel mediation effects in the relationship between secure attachment and social phobia-avoidance; that trusting others and emotional reactivity have parallel mediation effects in the relationship between dismissing attachment and social phobia-anxiety and avoidance; that approval dependence and trusting others had parallel mediation effect in the relationship between fearful attachment and social phobia-anxiety and avoidance; that approval dependence, trusting others and emotional reactivity had parallel mediation effect in the relationship between obsessive attachment and social phobia-anxiety; and that approval dependence and trusting others had parallel mediation effect in the relationship between preoccupied attachment and social phobia-avoidance. A total of 8 significant models explained between 4% and 19% of the variance. It can be said that the findings of the study can contribute to the determination of the variables mediating the relationship between attachment and social phobia and the development of clinical interventions for these variables.

Key Words

Social Phobia, Attachment Styles, Self-Differentiation, Dimensions of Interpersonal Relationships

¹Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-mail: yildiz.bilge@sbu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2315-0055

²Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-mail: esin.sezgin@sbu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9772-9855

³Y.L. Öğrencisi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-mail: hazalersal1@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4368-3003

Alıntı: Bilge, Y., Sezgin, E., Ersal, H. (2022). Bağlanma stilleri ve sosyal fobi arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışmasının aracı rolü. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(12), 143-165.

Giriş

Sosyal bir varlık olan insan, varlığını sürdürdüğü değişen ve gelişen dünyada, diğer insanlarla iletişim ve etkileşim halindedir. Bireyin sosyal ilişkilerini sürdürmede karşılaştığı sorunların başında sosyal fobi gelmektedir (Bandelow ve Michaelis, 2015). Sosyal fobinin DSM-5'te (Mental bozuklukların tanınması ve istatistiksel el kitabı) yer alan tanı kriterleri arasında altı ay ya da daha uzun süre devam eden, sosyal alanlarda izlenildiğini düşünme, diğer insanlarla ilişki kurmada korku duyma ve kaçınma durumu yer almaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013). Bireylerin sosyal durumları sırasında, öncesinde ya da sonrasında diğer kişilerin tehdit olarak algılanan değerlendirmelerine karşı geliştirilen bir tepki (Wong ve Rapee, 2015) ve sosyal ortamlarda utanma, eleştirilme ya da aşağılanma korkusu şeklinde ortaya çıkan ve hastanın korkulan uyarandan kaçınmasına neden olan kronik ve sıkıntılı bir kaygı bozukluğu (Gelder vd., 2006) olarak tanımlanan sosyal fobi, en sık görülen kaygı bozukluklarından biridir (Bandelow ve Michaelis, 2015). Tipik olarak, sosyal fobisi olan kişiler, yanlış bir şey söylemekten, dilinin tutulmasından, alay edilmekten, eleştirilmekten ya da fark edilir derecede endişeli olmaktan korkmanın yanı sıra eğitimde başarısızlık, artan finansal bağımlılık, mesleki ve sosyal bozulma, azalan iş verimliliği ve işyerinde sosyal temas taleplerinden kaçınma ve daha düşük yaşam kalitesi (Lipsitz ve Schneier, 2000) gibi sorunlarla da karşı karşıya kalmaktadır.

Sosyal fobi batı toplumlarında yaşamları boyunca bireylerin %7 ila %13'ünü etkileyen nispeten yaygın bir hastalıktır (Furmark, 2002). Sosyal fobinin temelinde mizaç, yetiştirilme şekilleri, akran ilişkileri ve olumsuz yaşam olayları gibi çeşitli değişkenlerin rol oynadığı, bu değişkenlerin bireylerde başarısızlık, karamsarlık, yetersizlik, bağımlılık gibi olumsuz temel inançlar oluşturduğu ve bu nedenle sosyal fobi belirtilerinin ortaya çıktığına dair bulgular bulunmaktadır (Rapee ve Spence, 2004; Pinto-Gouveia vd., 2006). İş arkadaşları ve hatta yakın akrabalar, sosyal fobisi olan bireyin önemli bir sıkıntı içinde olduğundan çoğu zaman habersizdir (Lipsitz ve Schneier, 2000). Alanyazın incelendiğinde, üniversite öğrencileri arasında sosyal fobinin yaygın olduğuna ve yaşam kalitesi üzerinde olumsuz bir etkiye neden olduğuna ve bu bireylere acil teşhis ve tedavi verilmesi gerektiğine (Hajure, Tariku ve Abdu, 2020), sosyal fobi ile zorbalık mağduriyeti arasında çift yönlü bir ilişki olduğuna (Ranta vd., 2013), zorbalık mağduriyetinin, her türlü çocuk istismarı, internet bağımlılığı, sosyal korku ve kaçınma gibi belirli faktörlerle ilişkili olabileceğine (Malaeb vd., 2020) ve sosyal fobinin yüksek düzeyde kişilerarası problemlerle ilişkili olduğuna (Davila ve Beck, 2002; Cuming ve Rapee, 2010) ilişkin çalışmalar bulunmaktadır. Ayrıca sosyal fobinin tedavisine yönelik yaklaşımlar incelendiğinde sanal gerçekliğe maruz bırakma terapisi, bilişsel davranış terapisi, maruz bırakma terapisi, robotla konuşma gibi (Anderson vd., 2013; Bilge vd., 2020; Bouchard vd., 2017; Kampmann vd., 2016; Salehi vd., 2020) yaklaşımların olduğu çalışmaların alanyazında yer aldığı görülmektedir.

Anne ve bebek arasındaki etkileşimler bağlanmanın oluşmasında ve sürdürülmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Bowlby, May ve Solomon, 1989). Bebeklik döneminde başlayan bağlanma, benliğin ayrışmasına yol açan süreçlere katkıda bulunmakta, bu süreçlerde aile üyelerinden yani kişilerarası

ilişkilerden etkilenmekte ve bireyin bebeklik dönemindeki bakım verenleriyle olan ilişkilerini içermektedir (Franz ve White, 1985). Yetişkin bağlanma ise bebek bağlanma örüntülerine karşılık gelen dört bağlanma stili ile tanımlanmaktadır. Bu bağlanma stilleri güvenli, endişeli-kaygılı, kayıtsız-kaçınan ve korkulu-kaçınan bağlanma olarak isimlendirilmektedir (Fraley ve Shaver, 2000; Sibley, Fischer ve Liu, 2005). Bağlanma stillerinin yetişkinliğe kadar sabit kaldığı (Fraley, 2002; Pinguart vd., 2013) ve duygu düzenleme, zihinsel sağlık ve kişilerarası ilişkiler gibi çok çeşitli psikososyal sonuçlarla bağlantılı olduğu (Mikulincer ve Shaver, 2012; Shaver ve Mikulincer, 2014) ileri sürülmektedir. Alanyazındaki çalışmalarda güvenli bağlanma ile psikolojik dayanıklılık arasında bir ilişki olduğunun (Bender ve Ingram, 2018), benlik gelişiminin yüksek düzeyde güvenli bağlanma ile ilişkili olduğunun ve endişeli kaçınan bağlanma ile daha az ilişkili olduğunun (Skowron ve Dendy, 2004; Thorberg ve Lyvers, 2006; Timm ve Keiley, 2011) tespit edildiği görülmektedir. Yapılan birçok çalışmada güvensiz bağlanma ile sosyal fobi arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Eng vd., 2001; Bifulco vd., 2006; Parade vd., 2010; Notzon vd., 2016).

Kişinin başkalarıyla ilişki kurma yeteneğini bozduğu için sosyal fobi kişilerarası bir bozukluk olarak da tanımlanabilir (Alden ve Taylor, 2004). Kişilerarası ilişkiler, bireyler arasında gelişen, anlamlı, kişisel olmayandan kişiye dönük ilerleyen ve devamlı değişim gösteren etkileşimlerdir (Siyez, 2010). Erden İmamoğlu ve Aydın'a (2009) göre ise iki veya daha çok bireyin arasında gerçekleşen bireylerin farklı gereksinimlerinden kaynaklanan, tanışmadan başlayıp samimi ilişkilere dek farklı biçimlerde oluşan, interaktif duygusal etkileşimler olarak nitelendirilmektedir. Çalışmada kullanılan ölçekte yer alan ve kişilerarası ilişkilerin boyutlarından biri olan başkalarına güven Rotter'a (1980) göre, "*bir kişinin bir başkasının sözüne güvenmeye dair genelleştirilmiş olumlu bir beklenti*" olarak tanımlanabilecek bir kişilik özelliğidir. Bir başka alt boyut ise onay bağımlılığıdır. Önemli ve güçlü diğeri tarafından onaylanma, kişilerarası etkileşimde insan davranışlarının büyük bir kısmını belirlemektedir (Larsen ve ark., 1976). Kişinin onayı ne kadar arzuladığı ve davranışının o amaca ulaşmasının ne kadar olası görüldüğü kendisini istenen şekilde sunması açısından belirleyicidir (Arkin, 1981). Ayrıca dikkat ve onay alma ihtiyacı genellikle bağımlı davranışlarda görülmektedir (Ainsworth, 1969). Bu özellikleriyle bağlanma stilinin onay bağımlılığı ile bağlantılı bir kavram olduğu söylenebilir. Bir diğer boyut olan empati, gözlem, hafıza, bilgi ve muhakemenin bir araya gelmesiyle kişinin başkalarının düşünce ve duygularına dair içgörü kazandığı karmaşık bir kişilerarası olgu olarak tanımlanmaktadır (Ickes, 1997). Son olarak duygu farkındalığı ise bir duygunun var olduğunun bilinmesini veya tanınmasını içermektedir (Croyl ve Waltz, 2002). Genel olarak insanların yaşamlarında önemli olan diğer kişilerle ilişki kurma biçimlerinde büyük bireysel farklılıklar olduğunu söylemek mümkündür. Bazı bireyler güvenli yakın ilişkiler kurmakta, başkalarına bağımlı olmaktan rahatsız olmamakta ve dünyayı keşfetmek için başkalarını güvenli bir üs olarak kullanabilmekte iken bazı bireyler ise yakın ilişkilerinde güvensizlik yaşamakta, başkalarına açılmaktan rahatsız olmakta ve gerektiğinde başkalarının yanlarında olmayacağına yönelik endişe duymaktadırlar. Bu tür bireysel farklılıklar, yetişkin bağlanma stilleri kavramıyla ilişkili olarak tanımlanmaktadır (Fraley ve Roisman, 2019). Yaşamın ilk yıllarında

bakımverenle yaşanan deneyimlerin yansımaları olarak kabul edilen bağlanma teorisine göre insanların bağlanma stilleri, başkalarının davranış ve niyetlerinin nasıl yorumlandığına, duygu ve davranışların nasıl düzenlendiğine ve yakın ilişkilerin nasıl deneyimlendiğine ilişkin konularda önemli bir rol oynamaktadır (Collins vd., 2006). Örneğin geniş bir literatürün gözden geçirildiği bir metaanaliz çalışmasında güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin daha az ilişki doyumu yaşadığı saptanmıştır (Hadden, Smith ve Webster, 2014).

Bağlanma biçimi ve kişilerarası ilişkilerin her ikisi de içinde bulunulan ailenin özelliklerine göre şekillenmekte ve aile dinamiğinden köken almaktadır. Benzer şekilde kendini farklılaştırma derecesi demek olan benliğin ayrışması kavramı da Bowen'a (1978) göre bireylere ailelerinden aktarılmaktadır. Benliğin ayrışması bir kişinin psikolojik olarak sahip olduğu duygusal ve entelektüel sistemlerden ayrılabilmesi ve bu yolla köken ailesinden ve bağlı olduğu sosyal sistemlerdeki bireylerden kendini ayırabilmesi ve bağımsızlaştırabilmesidir (Sexton, Weeks ve Robbins, 2003; Lampis vd., 2019). Başka bir tanımda ise kaygı ve stres yaratan durumlarla başa çıkarken bireylerin başkalarıyla olan ilişkilerinde yakınlık-özerklik dengesini kurabilmesi ve kişilerarası alanda mantık ve duyguları arasında ayırım yapabilmesi kapasitesinden bahsedilmektedir (Bridge, 2019; Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021; Peleg ve Zoabi, 2014). Ayrıca Bowen, her bireyin kendindeki farklılaşma düzeyinin çocukluk döneminde geliştiğini, ergenlik boyunca pekiştirildiğini ve daha sonraki yaşam deneyimlerine ya da bir yapının farklılaşma düzeyinde değişiklik yaratabilmesine rağmen, bireyin yaşamı boyunca nispeten sabit kaldığını varsaymakta (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021) ve bir kişinin benlik ayrışma düzeyinin, stresli durumlar altında duygu ve düşünceleri ayırt etme kapasitesiyle anlaşılabilirliğini belirtmektedir (Skowron ve Dendy, 2004). Yakın ilişkiler açısından benliğin farklılaşması, benlik duygusunu sürdürmek ve ben pozisyonlarını alabilmek olarak ortaya çıkmaktadır (Skowron, 2000). Benliği ayrılmış bireylerin, yakın ilişkilerde ben konumlarını koruyabildikleri ve reddedilme, ayrılık gibi çatışmalı ilişkilerde sakin kalabildikleri, ilişki sorunlarını etkili bir şekilde çözerek uzlaşmaya varabildikleri (Lampis vd., 2019; Haefner, 2014) ve benliği farklılaşmamış insanlara kıyasla önemli ölçüde daha az ilişki sorunu yaşadıkları (Skowron vd., 2009) ve ilişkilerinde duygusal kopukluk, duygusal tepkisellik gibi strese karşı tepkiler geliştirdikleri (Lampis vd., 2019) bildirilmektedir. Ayrıca yüksek düzeyde benlik ayrışması olan kişilerin fiziksel rahatsızlıklara (örneğin, kalp hastalığı, kanser ya da kan hastalıkları) ve psikolojik semptomlara (örneğin, depresyon veya kaygı) daha az eğilimli olduğu (Rodriguez vd., 2019) ve benzer stresli durumlar altında, iyi farklılaşmış bireylerin daha az psikolojik işlev bozukluğu gösterdiği (Murdock ve Gore, 2004) görülmektedir. Bir araştırmada madde kötüye kullanımı tedavisi gören bireylerde düşük düzeyde benlik ayrışması ve daha yüksek düzeyde bağlanmadan kaçınma ve kaygının gözlemlendiği (Thorberg ve Lyvers, 2006) saptanmıştır.

Yetişkinlerde yapılan araştırmalarda bağlanma ve benliğin farklılaşması arasında önemli bir ilişkinin olduğu bulunmuştur (Skowron ve Dendy, 2004). Kaygılı bağlanmanın, endişelerin abartılması, stres altında olma ve yakın ilişkilerde destek bulamama aracılığıyla benliğin daha düşük ayrışma seviyelerine neden olabildiği (Xue vd., 2018) ileri sürülmüştür. Miller'e (2004) göre, düşük düzeyde

benlik ayrışması sonucunda, aile üyelerinde kronik kaygı görülebilmektedir. Aynı zamanda sosyal fobi ve benliğin ayrışması arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu çeşitli çalışmalarda tespit edilmiştir (Peleg- Popko, 2002; Peleg ve Zoabi, 201). Kaygı ile ilgili bozuklukları olan yetişkinlerde benliğin ayrışma düzeyleri incelendiğinde, bu bireylerin önemli ölçüde daha yüksek düzeyde kaygı ve kaçınmacı bağlanma sergiledikleri (Xue vd., 2018) görülmüştür. Ayrıca, algılanan çift uyumunun benliğin farklılaşmasından etkilenip etkilenmediği (Lampis, 2016; Lampis vd., 2019), yetişkin bağlanma ve benlik yapılarının farklılaşması arasındaki ilişki ve romantik bağlanma stillerinin ebeveynlerle bağlanma bağına ya da benlik süreçlerinin farklılaşmasına bağlı olup olmadığı (Lampis vd., 2019) konuları da incelenmiştir. Bunların yanı sıra benliğin ayrışması ile stresli yaşam olayları ve fiziksel ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkilerin (Rodriguez vd., 2019), aile işlevleri, benliğin ayrışması ve sürekli kaygı arasındaki ilişkilerin (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021) incelendiği çalışmalar da alanyazında yer almıştır.

Yetişkin bağlanma stili özellikle de güvensiz bağlanma sosyal fobinin başlaması ve devam etmesi sürecini etkileyen bir bireysel farklılık değişkeni olarak değerlendirilebilir. Ancak bilindiği üzere psikopatolojinin oluşmasında çoklu değişkenlerin etkisi söz konusudur. Bu bağlamda yukarıda bahsi geçtiği üzere benliğin ayrışması ve kişilerarası ilişkiler aslında ilk ilişki olarak nitelendirilebilecek bağlanma stiliyle ilişkili iki değişkendir. Bu özellikleriyle de güvensiz bağlanma ve sosyal fobi arasındaki ilişkiye etki etmeleri muhtemel değişkenlerdir. Bu bakış açısından hareketle ve yukarıda sunulan literatür çerçevesinde bu çalışmada sosyal fobi, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve bağlanma stilleri ve sosyal fobi ilişkisinde, benliğin ayrışması ve kişilerarası ilişkilerin paralel aracılığının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Bu araştırma kesitsel bir çalışma olup ilişkiyel tarama yöntemi kullanılmış ve bağlanma stili ile sosyal fobi arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilerin ve benliğin ayrışmasının aracılık etkilerinin incelenmesi için oluşturulan modeller test edilmiştir.

Örneklem

Çalışma İstanbul ilinde ikamet eden ve yaş aralığı 18-77 (30.60 ± 11.66) olan 197 (%62.7) kadın ve 117 (%37.3) erkek olmak üzere toplam 314 kişilik toplum örnekleminden oluşmuştur. Katılımcıların %6'sı ilkokul, %1'i ortaokul, %16.2'si lise, %8'i yüksekokul ve %74.2'si üniversite ve üzeri düzeyinde eğitim görmüşlerdir. 209 (%66.6) kişi evli olduğunu, 105 (%33.4) kişi ise bekâr olduğunu bildirmiştir. Ayrıca katılımcıların %14.6'sı düşük, %80.3'ü orta ve %5.1'i yüksek gelir düzeyinde olduklarını belirtmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan formda katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir durumuna ilişkin bilgilere ait sorular yer almaktadır.

Liebowitz Sosyal Fobi Ölçeği (LSKÖ): Liebowitz (1987) tarafından geliştirilmiştir. Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bireylerin sosyal ilişkilerinde ve performans durumlarında yaşadıkları kaygı ve kaçınma düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek 4'lü likert tipinde hazırlanmıştır ve toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte bulunan her madde kaygı ve kaçınma başlıkları altında ayrı değerlendirilmektedir. 15 ile 54 yaş aralığında toplam 168 katılımcının yer aldığı çalışmada ölçeğin güvenilirliği için yapılan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.96 olarak bulunmuştur.

Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği (KİBÖ): Erden İmamoğlu ve Aydın (2009) tarafından bireylerin algıladıkları kişilerarası ilişkilerini ve ilişki boyutlarını tespit etmek amacıyla geliştirilmiştir. 20-44 yaşları arasındaki bireylere uygulanabilmektedir. 5'li likert tipindedir. 53 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının .78 ile .85 aralığında yer aldığı tespit edilmiştir.

İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA): Griffin ve Bartholomew tarafından (1994) geliştirilmiştir. Sümer ve Güngör (1999) tarafından ülkemize uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Yetişkinlerin bağlanma stillerinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. 7'li likert tipidir. 30 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin madde sayısı 17'ye indirilmiştir. Alt boyutları; güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanmadır. 18 yaş üstü yetişkin bireylere uygulanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları .41 ile .71 arasındadır.

Benliğin Ayrışması Ölçeği (BAÖ): Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilmiştir. Skowron ve Schmitt (2003) tarafından tekrar düzenlenmiştir ve son halini almıştır. Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. 25 yaş üstü yetişkin bireylere uygulanmaktadır. 6'lı likert tipidir. 20 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutları, duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılıktır. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 bulunmuştur.

İşlem

Etik İzin

Araştırmadan önce Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulundan 04.02.2022 tarih ve 2022/5 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır. Veri toplama araçları olarak belirlenen; sosyodemografik bilgi formu ve diğer ölçeklerin yanı sıra katılımcıların onamlarının sorulduğu form, Google form aracılığıyla araştırmacılar tarafından hazırlanarak katılımcıların mail adreslerine ya da telefonlarına gönderilmiştir. Katılımcıların onam formunu onayladıktan sonra soru formlarına ulaşmaları sağlanmıştır. Ölçeklerin doldurulması 15 ila 20 dakika aralığında sürmüştür.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılıp dağılmadığının belirlenmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiler için Pearson Çarpımlar Momenti Katsayısı ve aracılık analizleri için Hayes'in (2013) Process

Makro v.3 uygulaması kullanılmıştır. Analizler SPSS v.23 programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Veri setinde yer alan bütün sürekli değişkenlerin normal dağılıp dağılmadığının tespit edilebilmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri bulunmuştur ve bütün değişkenlerin kabul edilebilir düzey olan +1.5 ve -1.5 aralığında yer aldığı (George ve Mallery, 2016) tespit edilmiştir (Tablo 1). Ölçeklere ait ortalama ve standart sapma puanları ile ölçeklerin bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayıları Tablo 1’de sunulmuştur.

Korelasyon Bulguları

Veri setine uygulanan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda KİBÖ-Onay Bağımlılığı ile KİBÖ-Empati arasında, KİBÖ-Empati ile İÖA-Kayıtsız arasında, İÖA-Korkulu ile İÖA-Saplantılı arasında, KİBÖ-Başkalarına Güven ile BAÖ-Ben Pozisyonu arasında KİBÖ-Empati ile BAÖ-Başkalarına Bağımlık ve İÖA-Kayıtsız Bağlanma arasında anlamlı ilişkiler tespit edilememiştir. Diğer bütün değişkenler arasında zayıf ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaçınma, kişilerarası ilişki boyutları, bağlanma stilleri ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkiler

	Ort.±SS	α	Çar. Bas.	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	19.95±12.44	.93	.91	.48	.82**	.56**	-.19**	-.47**	-.35**	-.53**	.24**	.41**	.26**	-.48**	-.24**	-.34**	-.42**
2	14.69±10.43	.91	1.01	.93	1	.48**	-.21**	-.42**	-.33**	-.46**	.28**	.40**	.21**	-.38**	-.19**	-.35**	-.38**
3	42.10±10.03	.86	.11	-.47		1	-.06	-.39**	-.46**	-.77**	.12*	.32**	.48**	-.62**	-.48**	-.40**	-.65**
4	35.93±4.76	.72	-.56	.72			1	.27**	.33**	.18**	.01	-.20**	.14*	-.18**	.28**	.29**	.10
5	46.57±10.56	.87	-.26	-.11				1	.52**	.51**	-.52**	-.77**	-.18**	.43**	.11	.53**	.35**
6	48.73±8.76	.82	-.48	.24					1	.55**	-.22**	-.38**	-.14*	.41**	.22**	.47**	.42**
7	21.43±5.35	.30	-.55	-.28						1	-.23**	-.47**	-.37**	.34**	.34**	.37**	.42**
8	24.16±5.12	.62	.05	-.25							1	.62**	-.12*	-.28**	.23**	-.47**	-.10
9	16.11±5.24	.72	-.02	-.53								1	.10	-.43**	.01	-.56**	-.31**
10	15.94±3.87	.20	.13	.09									1	-.45**	-.23**	-.07	-.30**
11	15.11±4.72	.65	.17	-.26										1	.18**	.37**	.49**
12	12.85±4.82	.74	-.12	-.68											1	.12*	.30**
13	21.16±5.11	.71	-.43	-.24												1	.45**
14	12.43±5.35	.79	-.55	-.28													1

*p<0.05, **p<0.01

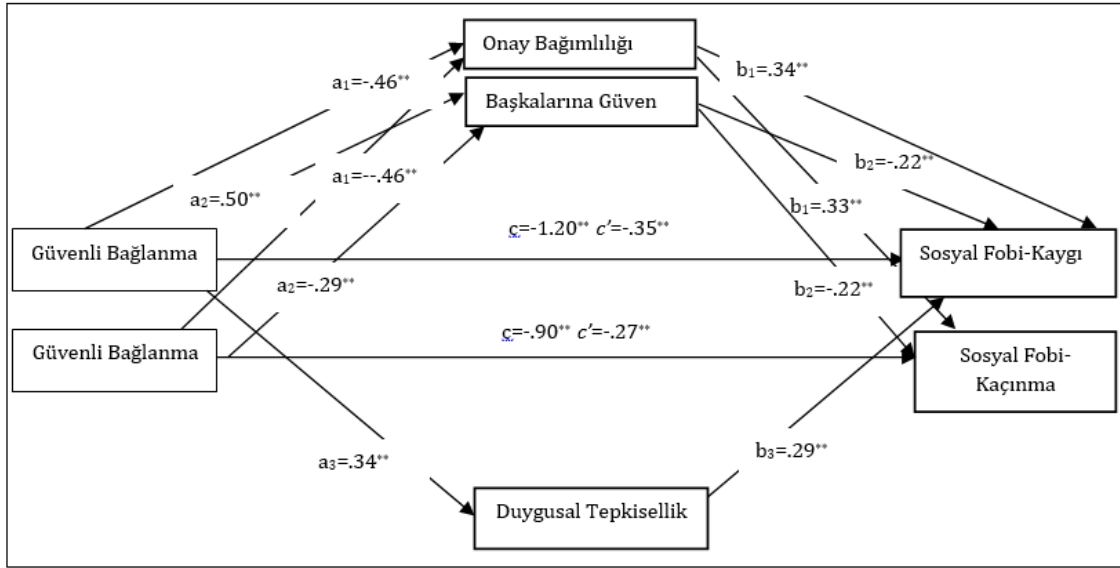
1. LSKÖ-Kaygı, 2. LSKÖ-Kaçınma, 3. KİBÖ-Onay Bağımlılığı, 4. KİBÖ-Empati, 5. KİBÖ-Başkalarına Güven, 6. KİBÖ-Duygu Farkındalığı, 7. İÖA-Güvenli, 8. İÖA-Kayıtsız, 9. İÖA-Korkulu, 10. İÖA-Saplantılı, 11. BAÖ-Duygusal Tepkisellik, 12. BAÖ-Ben Pozisyonu Alma, 13. BAÖ-Duygusal Kopma, 14. BAÖ-Başkalarına Bağımlılık

Aracılık Analizi Bulguları

Çalışmada nedensel olarak birbiriyle ilişkili olmayan iki ya da daha fazla aracı değişkenin ele alındığı bir basit aracılık modeli olan ve bir modelde aynı anda farklı

aracı etkilerin incelenmesini sağlayan paralel aracılık analizi (Hayes, 2013) kullanılmıştır. İlk modelde bağımsız değişken olan güvenli bağlanma stiline onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.46$, $SH=.11$, $t=-9.23$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.23--.80]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=.50$, $SH=.11$, $t=10.25$, $p<0.001$ ve %95 GA [.94-1.38]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (a_3) ($B=.34$, $SH=.06$, $t=6.37$, $p<0.001$ ve %95 GA [.24-.46]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.34$, $SH=.07$, $t=5.70$, $p<0.001$ ve %95 GA [.27-.46]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.22$, $SH=.06$, $t=-4.21$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.39--.14]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_3) ($B=-.34$, $SH=.15$, $t=-2.22$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.63--.04]) olarak hesaplanmıştır. Bağımsız değişken olan güvenli bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=-1.20$, $SH=.14$, $t=-8.63$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.47--.92]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B=-.35$, $SH=.15$, $t=-2.37$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.63--.07]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki -.85 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=-.85$, $SH=.12$ ve %95 GA [-1.10--.62]) saptanmıştır (Şekil 1). Ayrıca, varyansın %19'unu açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)=74.55$, $p<0.05$).

İkinci modelde bağımsız değişken olan güvenli bağlanma stiline onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.46$, $SH=.11$, $t=-9.23$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.23--.80]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=.50$, $SH=.11$, $t=10.25$, $p<0.001$ ve %95 GA [.94-1.38]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaçınmanın onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.33$, $SH=.06$, $t=6.03$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.2994--.2171]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.22$, $SH=.06$, $t=-4.14$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.34--.12]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan güvenli bağlanmanın sosyal fobi-kaçınma üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=-.90$, $SH=.12$, $t=-7.61$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.14--.67]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B=-.27$, $SH=.13$, $t=-2.18$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.55--.03]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaçınma üzerindeki -.61 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=-.61$, $SH=.10$ ve %95 GA [-.80--.42]) tespit edilmiştir (Şekil 1). Ayrıca, varyansın %16'sını açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 57.86$, $p<0.05$).



Şekil 1.

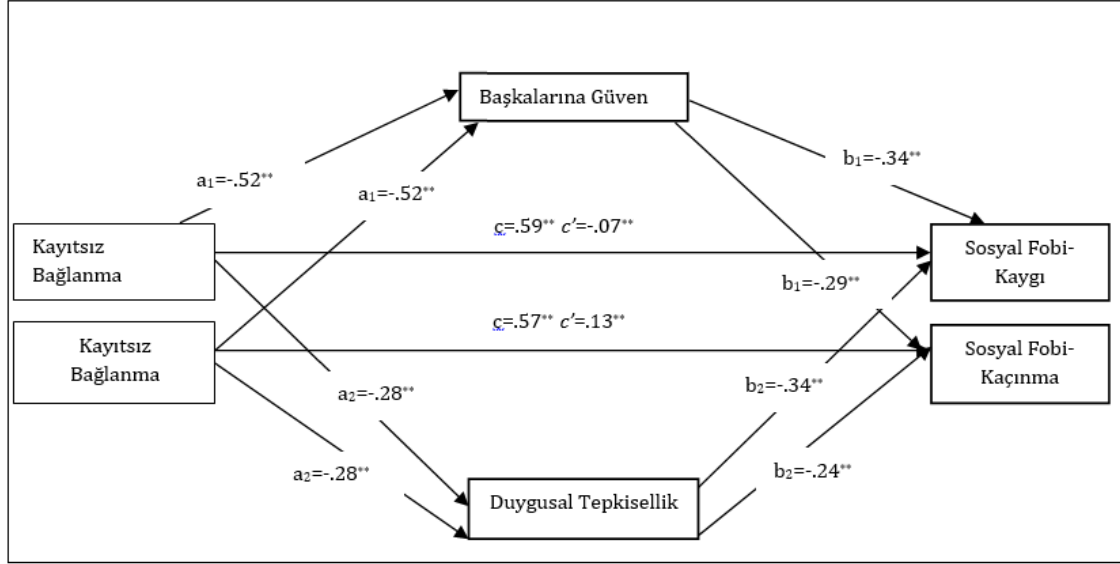
Model 1. Güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Model 2. Güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Üçüncü modelde bağımsız değişken olan kayıtsız bağlanma stiline başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.52$, $SH=.10$, $t=-10.65$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.26--.87]) ve duygusal tepkiselliğin doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.28$, $SH=.05$, $t=-5.10$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.35--.16]); modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=-.34$, $SH=.07$, $t=-5.89$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.54--.27]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.34$, $SH=.14$, $t=-6.44$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.15--.61]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan kayıtsız bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.59$, $SH=.13$, $t=4.42$, $p<0.001$ ve %95 GA [.33-.85]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=-.07$, $SH=.13$, $t=-.51$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.33-.19]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .66 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.66$, $SH=.10$ ve %95 GA [.46-.87]) tespit edilmiştir (Şekil 2). Ayrıca, varyansın %6'sını açıklayan tüm modelin de anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)=19.54$, $p<0.05$).

Dördüncü modelde bağımsız değişken olan kayıtsız bağlanma stiline başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.52$, $SH=.10$, $t=-10.65$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.26--.87]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.28$, $SH=.05$, $t=-5.10$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.35--.16]); modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaçınmanın başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=-.29$, $SH=.06$, $t=-4.62$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.40--.16]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.24$, $SH=.12$, $t=-4.40$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.77--.30]) olarak tespit edilmiştir. Bağımsız değişken olan güvenli bağlanmanın sosyal fobi-kaçınma üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.57$, $SH=.11$, $t=5.13$, $p<0.001$ ve %95 GA [.35-.79]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı

($B=.13$, $SH=.12$, $t=1.10$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.10-.36]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaçınma üzerindeki .44 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.44$, $SH=.08$ ve %95 GA [.30-.60]) saptanmıştır (Şekil 2). Ayrıca, varyansın %8'ini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 26.33$, $p<0.05$).



Şekil 2.

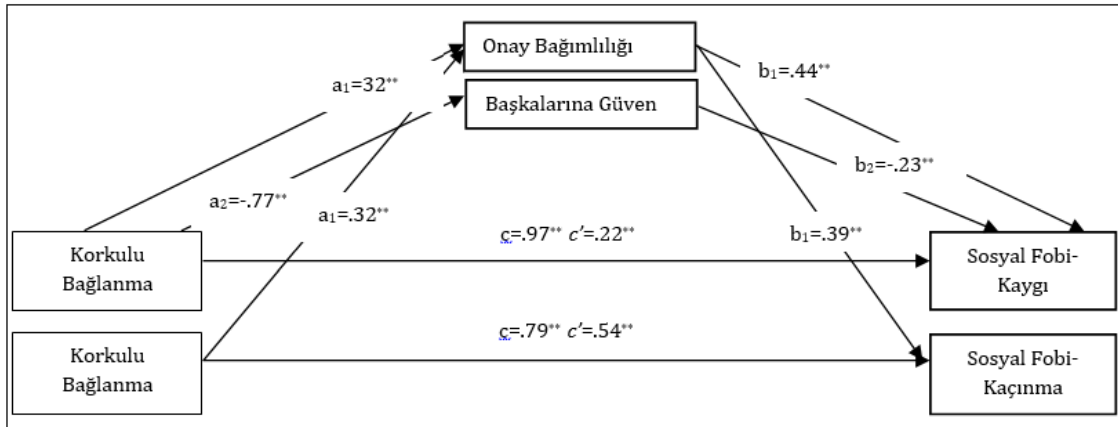
Model 3. Kayıtsız bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Model 4. Kayıtsız bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Beşinci modelde bağımsız değişken olan korkulu bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.32$, $SH=.10$, $t=5.94$, $p<0.001$ ve %95 GA [.41-.81]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.77$, $SH=.07$, $t=-20.98$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.69--1.40]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.44$, $SH=.06$, $t=9.24$, $p<0.001$ ve %95 GA [.43-.67]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.23$, $SH=.08$, $t=-3.29$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.44--.11]) olarak hesaplanmıştır. Bağımsız değişken olan korkulu bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.97$, $SH=.12$, $t=7.93$, $p<0.001$ ve %95 GA [.73-1.21]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=.22$, $SH=.16$, $t=1.33$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.10-.54]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .76 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.76$, $SH=.15$ ve %95 GA [.47-1.04]) saptanmıştır (Şekil 3). Ayrıca, varyansın %17'sini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 62.95$, $p<0.05$).

Altıncı modelde bağımsız değişken olan korkulu bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.32$, $SH=.10$, $t=5.943$, $p<0.001$ ve %95 GA [.41-

.81]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaçınmanın onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.39$, $SH=.05$, $t=7.79$, $p<0.001$ ve %95 GA [.30-.51]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan korkulu bağlanmanın sosyal fobi-kaçınma üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.79$, $SH=.10$, $t=7.58$, $p<0.001$ ve %95 GA [.58-.99]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B=.54$, $SH=.10$, $t=5.36$, $p<0.001$ ve %95 GA [.34-.74]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaçınma üzerindeki .25 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.25$, $SH=.05$ ve %95 GA [.15-.36]) tespit edilmiştir (Şekil 3). Ayrıca, varyansın %16'sını açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 57.53$, $p<0.05$).



Şekil 3.

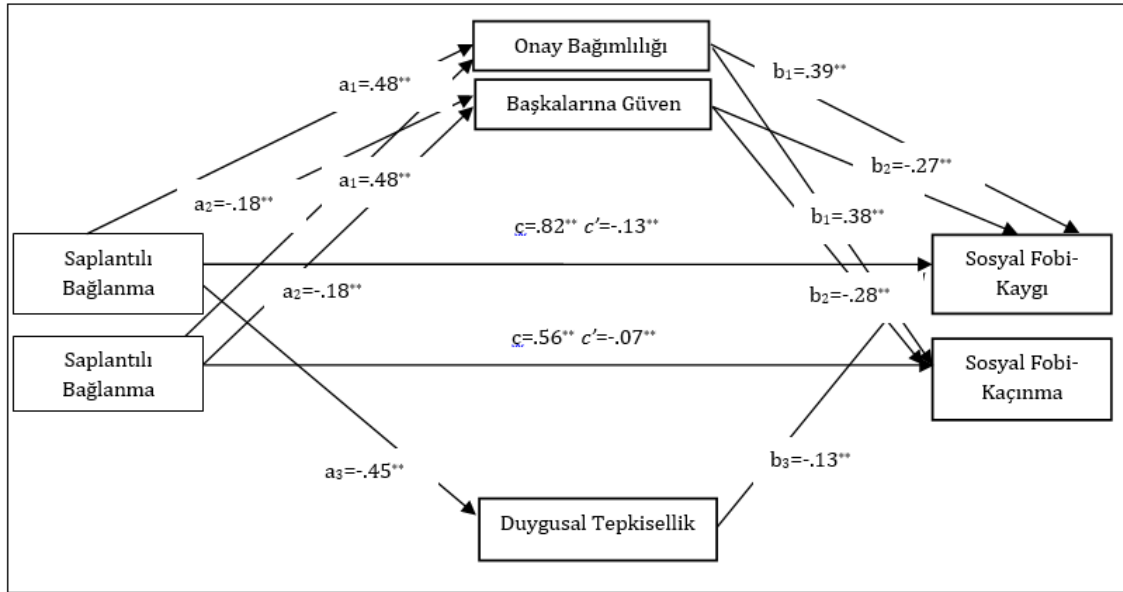
Model 5. Korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Model 6. Korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Yedinci modelde bağımsız değişken olan saplantılı bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.48$, $SH=.13$, $t=9.61$, $p<0.001$ ve %95 GA [.98-1.49]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.18$, $SH=.15$, $t=-3.27$, $p<0.001$ ve %95 GA [.79--.20]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (a_3) ($B=-.45$, $SH=.06$, $t=-8.79$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.67--.42]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.39$, $SH=.07$, $t=6.63$, $p<0.001$ ve %95 GA [.34-.63]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.27$, $SH=.06$, $t=-5.47$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.43--.20]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_3) ($B=-.13$, $SH=.16$, $t=-2.26$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.66--.05]) olarak hesaplanmıştır. Bağımsız değişken olan saplantılı bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.82$, $SH=.17$, $t=4.67$, $p<0.001$ ve %95 GA [.48-1.17]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=-.13$, $SH=.16$, $t=-.81$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.46-.19]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .96 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.96$,

SH=.14 ve %95 GA [.69-1.24]) tespit edilmiştir (Şekil 4). Ayrıca, varyansın %7'sini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 21.85, p<0.05$).

Sekizinci modelde bağımsız değişken olan saplantılı bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.48, SH=.13, t=9.61, p<0.001$ ve %95 GA [.98-1.49]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.18, SH=.15, t=-3.27, p<0.001$ ve %95 GA [-.79--.20]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.38, SH=.06, t=6.59, p<0.001$ ve %95 GA [.28-.52]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.28, SH=.05, t=-5.41, p<0.001$ ve %95 GA [-.39--.17]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan saplantılı bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.56, SH=.15, t=3.73, p<0.001$ ve %95 GA [.26-.85]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=-.07, SH=.15, t=-.49, p>0.05$ ve %95 GA [-.36-.22]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .63 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.63, SH=.11$ ve %95 GA [.44-.84]) saptanmıştır (Şekil 4). Ayrıca, varyansın %4'ünü açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 13.94, p<0.05$).



Şekil 4.

Model 7. Saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Model 8. Saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Tartışma

Bu çalışmada, sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaçınma, kişilerarası ilişki boyutları, bağlanma stilleri ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkiler incelenmiş ve bağlanma ile sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaçınma arasında kişilerarası ilişkilerin ve benliğin ayrışmasının aracı etkisinin belirlenmesi için oluşturulan sekiz

model test edilmiştir. Korelasyon analizi sonuçlarına göre sosyal fobi kaygı ve kaçınma ile onay bağımlılığı, kayıtsız, korkulu, saplantılı bağlanma stili arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmışken sosyal fobi kaygı ve kaçınma ile kişilerarası ilişkilerden empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı arasında, güvenli bağlanma stili ve benliğin ayrışmasının bütün alt boyutları arasında negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Dolayısıyla onay bağımlılığı, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma puanları arttıkça sosyal fobi kaygı ve kaçınma puanlarının da arttığı, empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı, güvenli bağlanma, duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık puanları azaldıkça sosyal fobi kaygı ve kaçınma puanlarının arttığı görülmüştür. Bu sonuçların alanyazında sosyal fobi ile bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmaları (Bifulco vd., 2006; Cuming ve Rapee, 2010; Davila ve Beck, 2002; Erözkan, 2009; Hart vd., 1999; Peleg- Popko, 2002; Peleg ve Zoabi, 2014; Rodebaugh vd., 2010; Segrin ve Kinney, 1995) destekler bir nitelikte olduğu görülmüştür.

Nedensel olarak birbiriyle ilişkili olmayan iki ya da daha fazla aracı değişkenin ele alındığı ve bir modelde aynı anda farklı aracı etkilerin incelenmesini sağladığı (Hayes, 2013) için aracılık analizlerinde paralel aracılık yöntemi tercih edilmiştir. İlk iki model güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaygı ve kaçınma arasında oluşturulmuştur. İlk modelde güvenli bağlanma sosyal fobi kaygı arasında onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaygı arasındaki negatif ilişkiyi artırma yönünde paralel aracılık etkisinin olduğu, ikinci modelde ise güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaçınma arasında onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaçınma arasındaki negatif ilişkiyi artırma yönünde paralel aracılık etkisinin olduğu görülmüştür.

Bartholomew'a (1990) göre güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireyler bütünleşmiş bir öz-değer duygusuna sahiptir ve yakın ilişkiler kurma konusunda rahatlardır. Bu nedenle güvenli bağlanma bireylerin, kişilerarası ilişkileri (Joireman vd., 2002; Gudjonsson vd., 2008), bilişleri, duygu düzenleme stratejileri üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir (Mikulincer ve Shaver, 2012; Shaver vd., 2016). Alanyazındaki çalışmalarda genellikle güvensiz bağlanma stillerinin olumsuz etkilerinin araştırıldığı görülmekle birlikte bu çalışmaların bazılarında çalışmamızda olduğu gibi güvenli bağlanma ile psikolojik semptomlar arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu (Gezen ve Oral, 2013; Manning vd., 2017) ve güvenli bağlanan bireylerin daha düşük psikopatoloji puanlarına sahip olduğu (Eng vd., 2001; Li, Li ve Dai, 2008) saptanmıştır. Ayrıca Eng ve arkadaşlarının (2001) çalışmasında, kaygılı bağlanan kişilerle güvenli bağlanan kişilerin birbirlerinden farklılaştığı, kaygılı bağlananların daha yüksek düzeyde sosyal kaygı ve kaçınma ve daha düşük yaşam doyumu sergilediği saptanmıştır.

Araştırmanın bir diğer sonucu kayıtsız bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi olduğu; hem korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide hem de korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu;

saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin, saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide ise onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Her üç güvensiz bağlanma biçimi için oluşturulan modellerde de güvenli bağlanma ile aynı değişkenlerin aracı etkisinin olduğu görülmüştür. Dolayısıyla bu çalışmanın sonuçlarına göre bağlanma stilleri ile sosyal fobi kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilerden onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin ve benliğin ayrışmasından ise sadece duygusal tepkiselliğin aracı değişkenler olduğu saptanmıştır. Fraley ve arkadaşları (2013), bağlanmanın oluşması sürecinde, kaygılı bağlanmada yakınlığı sürdürme ve kaçınan bağlanmada ise reddedilmekten kaçınma gibi kaygı belirtilerinin ve kişilerarası sorunların bireysel farklılıklar olarak ortaya çıktığını öne sürmektedirler. Güvenli bağlanma birincil strateji olarak başarısız olduğunda, bebekler, çocuklar ve yetişkinler, model aldığı bağlanma figürünün özelliklerine göre ikincil strateji kullanımı olarak güvensiz bağlanma stillerini geliştirirler (Mikulincer ve Shaver, 2012). Bununla birlikte, çalışmamızdaki aracı değişkenlerle birebir örtüşen bir çalışmaya alanyazında rastlanılmamış olduğu da görülmüştür. Ancak bazı çalışmalarda kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma ile depresyon, kaygı, sosyal fobi gibi içselleştirme bozuklukları arasındaki ilişkilere yönelik yapılan aracılık rolleri incelenmiş ve bu ilişkiye duygu düzenlemenin, işlevsel olmayan tutumların ve düşük benlik saygısının aracılık ettiği (Lee ve Hankin, 2009; Nielsen vd., 2017; Read vd., 2018) saptanmıştır. Nolte ve arkadaşları (2011) ise kaygılı bir bağlanma stilinin kaygı bozukluklarına yatkınlık oluşturabileceğini öne sürmüşlerdir. Konu ile ilgili yapılan benzer başka çalışmalarda da bağlanma davranışının, sağlığı ve sağlık davranışını etkileyebileceği (Maunder ve Hunter, 2001; Pietromonaco ve Powers, 2015), kaygılı ve kaçınan bağlanma ile sağlık belirtileri arasında pozitif ilişkinin olduğu (Lewczuk vd., 2021) bulunmuştur. Dolayısıyla güvenli bağlanmayan bireylerin, yukarıda belirtildiği üzere psikolojik bozuklukları göstermenin yanı sıra olumsuz sağlık davranışları, sağlığı geliştirme faaliyetlerinin az olması ve daha sık riskli davranışlarda bulunma (Ahrens vd., 2012; Huntsinger ve Luecken, 2004; Scharfe ve Eldredge, 2001; Stanton ve Campbell, 2014) gibi eğilimlerinin olduğu görülmüştür.

Sosyal kaygı, kişilerarası ilişkiler temelinde kendini göstermesi nedeniyle ebeveynler ile olumsuz deneyimler, bireyleri hem güvensiz bir bağlanmaya hem de sosyal kaygı geliştirmeye yatkın hale getirmektedir (McCarty, 2005). Alanyazın incelendiğinde, bir çalışmada yüksek düzeyde bağlanma kaygısı ve kaçınmanın, kişilerarası durumlarda daha yüksek düzeyde sosyal kaygı belirtileri ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Girard vd., 2017). Benzer bir çalışmada yüksek düzeyde bağlanma kaygısı olan yetişkinlerin, günlük sosyal etkileşimlerini, grup etkileşimlerini ve stresli yaşam olaylarını bireysel tehdit olarak değerlendirdikleri bulunmuştur (Read vd., 2018).

İlişkiler sadece alışılmış sosyal davranışları değil, aynı zamanda benlik ve başkaları ile ilgili algıyı da şekillendirir (Alden, 2001). Bu bağlamda mevcut çalışmada sosyal kaygıyla benliğin ayrışması kavramı da ilişkilendirilerek bağlanma ve sosyal kaygı arasında benliğin ayrışmasının aracı rolü incelenmiştir.

Benliğin ayrışması demek olan farklılaşma, kişinin duygu ve düşüncelerinin farkındalığını ve diğerlerinden bağımsız bir biçimde varolmasını içerir (Corey, 2008). Daha fazla farklılaşmış kişiler duygusal yaşamlarında, yakın ilişkiler kurabilirler ve çatışma, reddedilme ve ayrılıkla başa çıkabilme becerileri geliştirebilirler (Haefner, 2014) ve daha az ilişki sorunu yaşarlar (Skowron vd., 2009). Farklılaşmanın en alt düzeyindeki kişilerin düşünceleri duyguları tarafından yönlendirilir (Klever, 2009). Bowen (1978), farklılaşmamış insanların genellikle kaygılı oldukları, evlilikte memnuniyetsizlik ve fiziksel sorunlar yaşadıklarını belirtmiştir (Jenkins vd., 2005). Buna ek olarak Peleg-Popko (2002), düşük kendini farklılaştırma ile yüksek sosyal kaygı ve ergen sorunları arasında ilişki olduğunu ileri sürmüştür. Klinik olmayan ve klinik örneklerde ortaya çıkan kanıtlar, benliğin farklılaşması ve kaygı bozuklukları arasındaki teorik ilişkiyi anlamaya katkı sağlamış (Priest, 2015) ve psikolojik sorunlarda benliğin farklılaşmasının aracı ve düzenleyici etkilerini göstermiştir (Murdock ve Gore, 2004; Skowron ve Dendy, 2004). Benliğin ayrışmasının alt boyutlarından biri olan ve çalışmamızda aracılık etkisi tespit edilen duygusal tepkisellik, bireyin ilişkisel stres aracılığı ile ortaya çıkan kaygıya duygusal olarak tepki verme derecesini temsil etmektedir (Skowron vd., 2003). Bowen'a göre duygusal tepkiselliğin hem dışsal (yani sözlü ve fiziksel ifade) hem de içsel (yani duygusal uyarılma) yönleri vardır (Choi ve Murdock, 2016). Düşük düzeyde benlik farklılaşmasına sahip bireylerde, duygusal yakınlık bağlamında kaygı tepkileri ortaya çıkabilir ve bu da duygusal tepkiselliğe yol açabilir (Xue vd., 2018). Endişeli-kararsız ebeveynlik bağlamında öğrenilen duygusal tepkisellik, önemli diğerlerinin yakınlığını ve desteğini sağlamak için dış ve iç stres faktörlerine karşı aşırı duygusal tepkide bulunmakla karakterize olarak nitelendirilebilir (Lampis ve Cataudella, 2019). Yapılan bir çalışmada duygusal tepkiselliğin hem öfke dışavurumunu hem de içe dönüklüğü yordadığı ve bunun da kişilerarası çatışmayı etkilediği saptanmıştır (Choi ve Murdock, 2016). Toplumda yaşayan yetişkinlerde yapılan çalışmalarda bağlanma ve benliğin farklılaşması arasında önemli bir ilişki bulunmuştur (Skowron ve Dendy, 2004). Benliğin farklılaşmasının çeşitli yönleri ve farklı bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelendiği birçok çalışmada bu değişkenler arasında korelasyonların olduğu (Thorberg ve Lyvers, 2006; Timm ve Keiley, 2011) görülmüştür. Başka çalışmalarda kaygı, kaçınma ve uyumsuz duygu düzenleme stratejileri arasında ilişkiler (Skowron ve Dendy, 2004; Wei vd., 2005; Hainlen vd., 2016) tespit edilmiştir. Ek olarak duygu düzensizliğinin, bağlanma kaygısı ile kaygı belirtilerinin şiddeti arasındaki ilişkide etkili olduğu (Nielsen vd., 2017) saptanmıştır. Ayrıca kaygılı-kararsız bağlanan bireylerin, kendilerine olumsuz bakma ve zayıf ilişki kalıpları gösterme eğiliminde oldukları (Najafabadi vd., 2020) da tespit edilmiştir.

Sonuç

Sonuç olarak, bu çalışmada ilk olarak sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaçınma, kişilerarası ilişki boyutları, bağlanma stilleri ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkiler incelenmiştir. İkinci olarak ise bağlanma ve sosyal fobi-kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide benliğin ayrışmasının ve kişilerarası ilişkilerin paralel aracılığıyla oluşan dolaylı bir etkisinin olup olmadığı sekiz farklı modelle sınanmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın sonuçlarına göre güvenli bağlanma ile

sosyal fobi kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilerden onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin ve benliğin ayrışmasından ise duygusal tepkiselliğin aracı değişkenler olarak modelde yer aldığı ve sosyal fobi-kaygı ve kaçınmanın etkisini azalttığı; kayıtsız bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin düşük olmasının bu iki değişken arasındaki ilişkiyi artırdığı; korkulu bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığının yüksekliğinin ve başkalarına güvenin ise düşüklüğünün bu ilişkinin gücünü artırdığı; saplantılı bağlanma ile sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığının yüksekliği ve başkalarına güven ile duygusal tepkiselliğin ise düşüklüğünün bu ilişkinin gücünü artırdığı saplantılı bağlanma ile sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığının yüksekliği ve başkalarına güvenin ise düşüklüğünün bu ilişkinin gücünü artırdığı görülmüştür. Yine aracılık analizi sonuçlarına göre güvenli bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma ile korkulu bağlanma ile sosyal fobi-kaçınma arasındaki doğrudan ilişkiler anlamlıdır, yani güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma için korkulu bağlanma tek başına etkili faktörlerdir. Ancak saplantılı ve kayıtsız bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma ile korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkiler tek başına anlamlı değildir, onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin etkisiyle anlamlı hale gelmektedir. Bu sonuç ise özellikle psikopatolojilerin anlaşılmasında aracı değişkenlerin tespitinin ne denli önemli olduğunun görülmesi açısından oldukça dikkat çekici bir sonuçtur. Yani kişinin sadece saplantılı ya da kayıtsız bağlanması sosyal fobi geliştirmesine zemin hazırlamamakta aynı zamanda kişilerarası ilişkilerinde onay bağımlılığı, başkalarına güven ve benliği ayrışırken duygusal tepkilerini gösterememesi gibi durumların da deneyimlenmesi sosyal fobi sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu noktadan hareketle bu değişkenler aynı zamanda sosyal fobi-kaygı ve kaçınmanın gelişmesini önlemede ön planda tutulması gereken değişkenler olmaktadır. Ya da sosyal fobi riski bulunan bireylerle yapılacak klinik çalışmalarda bireylerin bu yönlerden desteklenmesinin sosyal fobi belirtilerinin gerilemesine yol açıp açmadığı araştırılabilir. Dolayısıyla psikopatolojinin anlaşılmasında ve sağaltımında bu ve benzeri çalışmalarla ortaya konan modellerin önemli bir katkısının olacağı düşünülmektedir. Bu yönüyle bu ve benzeri çalışmaların alanyazın açısından öncü nitelikte çalışmalar olduğu öne sürülebilir. Bu çalışmanın güçlü yanlarının yanı sıra özbildirim ölçeklerinden elde edilen verilerle çalışmanın yürütülmesi, klinik grubun örneklem grubunda yer almaması gibi sınırlılıkları da bulunmaktadır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda klinik örneklemin kullanılmasının ve aracı değişkenlere yönelik olarak çeşitli müdahale çalışmalarının sınanmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Ahrens, K.R., Ciechanowski, P., & Katon, W. (2012). Associations between adult attachment style and health risk behaviors in an adult female primary care population. *Journal of Psychosomatic Research*, 72(5), 364-370.
- Ainsworth, M.D.S. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025.
- Alden, L.E., & Taylor, C.T. (2004). Interpersonal processes in social phobia. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 857-882.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal bozuklukların tanıs ve sayımsal elkitabı*. Beşinci baskı (DSM-5), Tanı ölçütleri başvuru elkitabı (Çev. Ed.: E Köroğlu) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anderson, P.L., Price, M., Edwards, S.M., Obasaju, M.A., Schmertz, S.K., Zimand, E., & Calamaras, M.R. (2013). Virtual reality exposure therapy for social anxiety disorder: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81(5), 751-760.
- Arkin, R.M. (1981). *Self-presentation styles*. Impression management theory and social psychological research. Academic Press, New York, p.311-334.
- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(3), 327-335.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal relationships*, 7(2), 147-178.
- Bender, A., & Ingram, R. (2018). Connecting attachment style to resilience: Contributions of self-care and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 130, 18-20.
- Bifulco, A., Kwon, J., Jacobs, C., Moran, P.M., Bunn, A., & Beer, N. (2006). Adult attachment style as mediator between childhood neglect/abuse and adult depression and anxiety. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 41, 796-805.
- Bilge, Y., Gül, E., & Birçek, N.I. (2020). Cognitive behavioral therapy and virtual reality combination in a case of social phobia. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, 9(2), 158-158.
- Bouchard, S., Dumoulin, S., Robillard, G., Guitard, T., Klinger, E., Forget, H., ... & Roucalt, F.X. (2017). Virtual reality compared with in vivo exposure in the treatment of social anxiety disorder: A three-arm randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 210(4), 276-283.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Rowman & Littlefield.
- Bowlby, J., May, D.S., & Solomon, M. (1989). *Attachment theory*. Los Angeles, CA: Lifespan Learning Institute.
- Bridge, E.N. (2019). Review of a case study in light of Bowen theory: Differentiation of self. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 65-72.

- Choi, S.W., & Murdock, N.L. (2017). Differentiation of self, interpersonal conflict, and depression: The mediating role of anger expression. *Contemporary Family Therapy, 39*(1), 21-30.
- Collins, N.L., Ford, M.B., Guichard, A.C., & Allard, L.M. (2006). Working models of attachment and attribution processes in intimate relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(2), 201-219.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. 8. Baskı, İstanbul: Mentis Yayıncılık.
- Croyle, K.L., & Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples' relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy, 28*(4), 435-444.
- Cuming, S., & Rapee, R.M. (2010). Social anxiety and self-protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy, 48*(2), 87-96.
- Davila, J., & Beck, J. G. (2002). Is social anxiety associated with impairment in close relationships? A preliminary investigation. *Behavior Therapy, 33*(3), 427-446.
- Dolz-del-Castellar, B., & Oliver, J. (2021). Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *PloS one, 16*(3), e0246875.
- Eng, W., Heimberg, R.G., Hart, T.A., Schneier, F.R., & Liebowitz, M.R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion, 1*(4), 365-380.
- Erden İmamoğlu, S., & Aydın, B. (2009). Kişilerarası ilişki boyutları ölçeğinin geliştirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları, 29*, 39-64.
- Erözkan, A. (2009). The relationship between attachment styles and social anxiety: An investigation with Turkish university students. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 37*(6), 835-844.
- Fraley, R.C., & Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*(2), 132-154.
- Fraley, R. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review, 6*(2), 123-151.
- Fraley, R.C., Roisman, G.I., Booth-LaForce, C., Owen, M.T., & Holland, A.S. (2013). Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology, 104*(5), 817-825.
- Fraley, R.C., & Roisman, G.I. (2019). The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology, 25*, 26-30.
- Franz, C.E., & White, K.M. (1985). Individuation and attachment in personality development: Extending Erikson's theory. *Journal of Personality, 53*(2), 224-256.

- Furmark, T. (2002). Social phobia: Overview of community surveys. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105(2), 84-93.
- Gelder M, Harrison P, Cowen P. (2006). *Anxiety and obsessive compulsive disorders*: In Shorter Oxford Textbook of Psychiatry (5th edn). Oxford university press Inc, New York, 175-196.
- George, D., & Mallery, P. (2016). *Frequencies*. In IBM SPSS Statistics 23 Step by Step Routledge, 115-125.
- Gezen, M., Oral, E.T. (2013). Kadın sığınma evinde yaşayan kadınlar ile şiddet gördüğü evde yaşamaya devam eden kadınların bağlanma biçimlerinin ve ruhsal belirti düzeylerinin incelenmesi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26, 65-71.
- Girard, J.M., Wright, A.G., Beeney, J.E., Lazarus, S.A., Scott, L.N., Stepp, S.D., & Pilkonis, P.A. (2017). Interpersonal problems across levels of the psychopathology hierarchy. *Comprehensive Psychiatry*, 79, 53-69.
- Gudjonsson, G.H., Sigurdsson, J.F., Lydsdottir, L.B., & Olafsdottir, H. (2008). The relationship between adult romantic attachment and compliance. *Personality and Individual Differences*, 45(4), 276-280.
- Hadden, B.W., Smith, C.V., & Webster, G.D. (2014). Relationship duration moderates associations between attachment and relationship quality: Meta-Analytic support for the temporal adult romantic attachment model. *Personality and Social Psychology Review*, 18(1), 42-58.
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen family systems theory. *Issues in Mental Health Nursing*, 35(11), 835-841.
- Hajure, M., Tariku, M., & Abdu, Z. (2020). Prevalence and associated factors of social phobia among college of health science students, Mettu town, southwest Ethiopia 2019; institutional based cross-sectional study. *The Open Public Health Journal*, 13(1), 79-87.
- Hart, T.A., Turk, C.L., Heimberg, R.G., & Liebowitz, M.R. (1999). Relation of marital status to social phobia severity. *Depression and Anxiety*, 10(1), 28-32.
- Hayes, A.F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Huntsinger, E.T., & Luecken, L.J. (2004). Attachment relationships and health behavior: The mediational role of self-esteem. *Psychology & Health*, 19(4), 515-526.
- Ickes, W. J. (Ed.). (1997). *Empathic accuracy*. Guilford Press.
- Işık, E. ve Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the differentiation of self inventory revised in Turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 102-112.
- Jenkins, S.M., Buboltz, W.C., Schwartz, J.P., & Johnson, P. (2005). Differentiation of self and psychosocial development. *Contemporary Family Therapy*, 27(2), 251-261.

- Joireman, J.A., Needham, T.L., & Cummings, A.L. (2002). Relationships between dimensions of attachment and empathy. *North American Journal of Psychology*, 4(1), 63-80.
- Kampmann, I.L., Emmelkamp, P.M., Hartanto, D., Brinkman, W.P., Zijlstra, B.J., & Morina, N. (2016). Exposure to virtual social interactions in the treatment of social anxiety disorder: A randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 77, 147-156.
- Klever, P. (2009). Goal direction and effectiveness, emotional maturity, and nuclear family functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35(3), 308-324.
- Lampis, J. (2016). Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment?. *Journal of Family Therapy*, 38(3), 303-318.
- Lampis, J., Cataudella, S., Agus, M., Busonera, A., & Skowron, E.A. (2019). Differentiation of self and dyadic adjustment in couple relationships: A dyadic analysis using the actor-partner interdependence model. *Family Process*, 58(3), 698-715.
- Larsen, K.S., Martin, H.J., Ettinger, R.H., & Nelson, J. (1976). Approval seeking, social cost, and aggression: A scale and some dynamics. *The Journal of Psychology*, 94(1), 3-11.
- Lee, A., & Hankin, B.L. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38(2), 219-231.
- Lewczuk, K., Kobylińska, D., Marchlewska, M., Kryzstofiak, M., Glica, A., & Moiseeva, V. (2021). Adult attachment and health symptoms: The mediating role of emotion regulation difficulties. *Current Psychology*, 40(4), 1720-1733.
- Li, J., Li, T. & Dai, Q. (2008). Adult attachment, social support, and depression level of post stroke patients. *Social Behavior and Personality*, 36(10), 1341-1352.
- Lipsitz, J.D., & Schneier, F.R. (2000). Social phobia. *Pharmacoeconomics*, 18(1), 23-32.
- Malaeb, D., Awad, E., Haddad, C., Salameh, P., Sacre, H., Akel, M., ... & Hallit, S. (2020). Bullying victimization among Lebanese adolescents: The role of child abuse, internet addiction, social phobia and depression and validation of the Illinois bully scale. *BMC Pediatrics*, 20(1), 1-11.
- Manning, R.P., Dickson, J.M., Palmier-Claus, J., Cunliffe, A., & Taylor, P.J. (2017). A systematic review of adult attachment and social anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 211, 44-59.
- Maunder, R.G., & Hunter, J.J. (2001). Attachment and psychosomatic medicine: Developmental contributions to stress and disease. *Psychosomatic Medicine*, 63(4), 556-567.
- McCarty, K. (2005). *The relationship between attachment and social anxiety, focusing on self-esteem and locus of control as possible mediators*. University of Hertfordshire, PhD Thesis.

- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*(1), 11-15.
- Miller, R.B. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital and Family Therapy, 30*(4), 453-466.
- Murdock, N.L., & Gore, P.A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy, 26*(3), 319-335.
- Nielsen, S.K.K., Lønfeldt, N., Wolitzky-Taylor, K.B., Hageman, I., Vangkilde, S., & Daniel, S.I.F. (2017). Adult attachment style and anxiety-The mediating role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders, 218*, 253-259.
- Nolte, T., Guiney, J., Fonagy, P., Mayes, L. C., & Luyten, P. (2011). Interpersonal stress regulation and the development of anxiety disorders: An attachment-based developmental framework. *Frontiers in Behavioral Neuroscience, 5*, 55-62.
- Notzon, S., Domschke, K., Holitschke, K., Ziegler, C., Arolt, V., Pauli, P., Reif, A., Deckert, J. & Zwanzger, P. (2016). Attachment style and oxytocin receptor gene variation interact in influencing social anxiety. *The World Journal of Biological Psychiatry, 17*(1), 76-83.
- Parade, S.H., Leerkes, E.M., & Blankson, A.N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth and Adolescence, 39*(2), 127-137.
- Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy, 24*(2), 355-369.
- Peleg, O., & Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences, 68*, 221-228.
- Pietromonaco, P.R., & Powers, S.I. (2015). Attachment and health-related physiological stress processes. *Current Opinion in Psychology, 1*, 34-39.
- Pinquart, M., Feußner, C., & Ahnert, L. (2013). Meta-analytic evidence for stability in attachments from infancy to early adulthood. *Attachment & Human Development, 15*(2), 189-218.
- Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A., & Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research, 30*(5), 571-584.
- Priest, J.B. (2019). Examining differentiation of self as a mediator in the biobehavioral family model. *Journal of Marital and Family Therapy, 45*(1), 161-175.
- Rapee, R.M., & Spence, S.H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review, 24*(7), 737-767.
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Fröjd, S., & Marttunen, M. (2013). Peer victimization and social phobia: A follow-up study among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 48*(4), 533-544.

- Read, D.L., Clark, G.I., Rock, A.J., & Coventry, W.L. (2018). Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PLoS one*, 13(12), e0207514.
- Rodebaugh, T.L., Gianoli, M.O., Turkheimer, E., & Oltmanns, T.F. (2010). The interpersonal problems of the socially avoidant: Self and peer shared variance. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(2), 331-339.
- Rodríguez-González, M., Schweer-Collins, M., Skowron, E.A., Jódar, R., Cagigal, V., & Major, S.O. (2019). Stressful life events and physical and psychological health: Mediating effects of differentiation of self in a Spanish sample. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(4), 578-591.
- Rotter, J.B. (1980). Interpersonal trust, trustworthiness, and gullibility. *American Psychologist*, 35(1), 1-7.
- Salehi, E., Mehrabi, M., Fatehi, F., & Salehi, A. (2020). Virtual reality therapy for social phobia: A scoping review. *Digital Personalized Health and Medicine*, 713-717.
- Scharfe, E., & Eldredge, D. (2001). Associations between attachment representations and health behaviors in late adolescence. *Journal of Health Psychology*, 6(3), 295-307.
- Segrin, C., & Kinney, T. (1995). Social skills deficits among the socially anxious: Rejection from others and loneliness. *Motivation and Emotion*, 19(1), 1-24.
- Sexton, T., Weeks, G. ve Robbins, M. (2003). *Handbook of family therapy: The science and practice of working with families and couples*. Brunner-Routledge.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2014). *Adult attachment and emotion regulation*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 237-250).
- Shaver, P.R., Mikulincer, M., Gross, J.T., Stern, J.A., & Cassidy, J.A. (2016). *A lifespan perspective on attachment and care for others: Empathy, altruism, and prosocial behavior*. Cassidy, J.; Shaver, PR (ed.), *Handbook of attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (3rd ed.), 878-916.
- Sibley, C.G., Fischer, R., & Liu, J.H. (2005). Reliability and validity of the revised experiences in close relationships (ECR-R) self-report measure of adult romantic attachment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1524-1536.
- Siyez, M.D. (2010). *Kişilerarası ilişkilerin başlangıcı ve gelişimi*. içinde: *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. (Ed: A. Kaya). Ankara: Pegem Akademi.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
- Skowron, E.A., Holmes, S.E., & Sabatelli, R.M. (2003). Deconstructing differentiation: Self regulation, interdependent relating, and well-being in adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 25(1), 111-129.

- Skowron, E.A., & Dendy, A.K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy, 26*(3), 337-357.
- Skowron, E.A., Stanley, K.L., & Shapiro, M.D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy, 31*(1), 3-18.
- Soykan, C., Ozgüven, H.D., & Gençöz, T. (2003). Liebowitz Social Anxiety Scale: The Turkish version. *Psychological Reports, 93*, 1059-1069.
- Stanton, S.C., & Campbell, L. (2014). Perceived social support moderates the link between attachment anxiety and health outcomes. *Plos one, 9*(4), e95358.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi, 14*(43), 71-106.
- Thorberg, F.A., & Lyvers, M. (2006). Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive Behaviors, 31*(4), 732-737.
- Timm, T.M., & Keiley, M.K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy, 37*(3), 206-223.
- Wei, M., Vogel, D.L., Ku, T.Y., & Zakalik, R.A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology, 52*(1), 14-24.
- Wittchen, H.U., & Beloch, E. (1996). The impact of social phobia on quality of life. *International Clinical Psychopharmacology, 11*(3), 15-23.
- Xue, Y., Xu, Z. Y., Zaroff, C., Chi, P., Du, H., Ungvari, G.S., ... & Xiang, Y.T. (2018). Associations of differentiation of self and adult attachment in individuals with anxiety-related disorders. *Perspectives in Psychiatric Care, 54*(1), 54-63.