

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ*

Yunus KARA**

Reyhan SAYDAM***

ÖZ

Bağlanma, insan yaşamında önemli bir rol oynayan ve bireylerin farklı yaşam deneyimlerini etkileyebilen bir durumdur. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine olan etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Türkiye genelindeki 83 üniversitede öğrenimine devam eden 847 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu, İlişkiler Ölçeği, Stresle Başa çıkma Tarzları Ölçeği ve Çatışma Eylem Stilleri Ölçeği üniversite öğrencileri tarafından doldurulmuştur. Bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stilleri değişkenleri arasındaki ilişkilerin test edilmesinde regresyon analizi; ilgili değişkenlerin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için t-testi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, güvenli ve korkulu bağlanma stillerinin, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma stresle başa çıkma tarzlarının ve kolaylaştırıcı çatışma eylem stiline göre farklılaştığı belirlenmiştir. Araştırmadaki analiz sonuçlarına göre, güvenli bağlanma stili ile iyimser yaklaşım, sosyal desteğe başvurma, kolaylaştırıcı eylem stili, zorlayıcı eylem stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Korkulu bağlanma ile çaresiz yaklaşım ve kaçınmacı eylem stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Saplantılı bağlanma ile çaresiz yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kayıtsız bağlanma ile çaresiz yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma arasında negatif yönde, zorlayıcı eylem stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tarzları, çatışma eylem stilleri

EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' ATTACHMENT STYLES ACCORDING TO DIFFERENT VARIABLES

ABSTRACT

Attachment is a significant factor that impacts human life. This research aims to investigate the relationship between university students' attachment styles, coping styles, and conflicting activity styles when dealing with stress. The study involved a sample of 847 students from 83 universities across Turkey. Students completed the Personal Information Form, Relationships Questionnaire, Coping Styles Scale, and Conflict Activity Styles Inventory. Regression analysis was conducted to test the correlation between attachment styles, coping styles, and conflict activity styles, while independent sample t-tests were performed to compare attachment styles, coping styles, and conflict activity styles between genders. The findings revealed that attachment styles, coping styles, and conflict activity styles differ according to gender. The fearful attachment was positively correlated with helpless coping with stress and avoiding action styles. The preoccupied attachment was positively linked to a helpless approach and seeking social support while dismissing attachment was negatively associated with seeking social support and a helpless approach, and positively correlated with forcing activity styles. Mental health professionals should consider the impact of attachment styles on university students in stressful situations and conflicts to create effective interventions and enhance their psychosocial well-being.

Keywords: Attachment styles, ways of coping with stress, conflict activity styles

* Bu çalışma, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde gerçekleştirilen "Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stillерinin Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stillерin Etkisi" adlı yüksek lisans tezinin bir parçasıdır.

** Dr. Araştırma Görevlisi, Altınbaş Üniversitesi İİSBF Sosyal Hizmet Bölümü, yunus.kara@altinbas.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7812-5845>

*** Doç. Dr., İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü, reyhansaydam@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7464-8286>

GİRİŞ

Psikanalistler, çocuğun ilk nesne ilişkilerini kişiliğinin temel taşı olarak görmeye birlikte bu ilişkinin doğası ve dinamikleri üzerinde herhangi bir uzlaşmaya varmamışlardır (Bowlby, 1958). Çocuğun anneye yönelik geliştirmiş olduğu bağlanma davranışı, bireyin bağlanma figürüyle iletişim ve yakınlığını devam ettirmek için sergilediği bir davranıştır (Bowlby 1958; Bowlby, 1980). Erken çocukluk döneminde başlayan ve ölüme kadar devam eden bir süreci ifade eden bağlanma; bir insan ve annesi/ona birincil bakım veren kişi arasındaki duygusal bir bağ olarak tanımlanmaktadır (Ainsworth ve Bell, 1970). Bağlanma kavramı ilgili çeşitli çalışmalar yürütülmüş ve bu sayede farklı modeller ortaya çıkmıştır. Bu modeller bağlanma stillerinin tanımlanmasında çocukluk veya yetişkinlik dönemlerini ya da romantik ilişkileri temel almaktadır. Çocukluk dönemini temel alan öncül araştırmalar; güvenli, saplantılı, korkulu, kayıtsız bağlanma stillerinden oluşan dört alt boyutlu bir model ile kurgulanmıştır. Bu araştırmaların devamı niteliğinde olan birçok çalışmanın odağında; bağlanmanın yaşamın diğer dönemlerinde de şekillenebildiği düşüncesi yatmaktadır (Cassidy ve ark., 2013; Gibson, 2020). Bu bağlamda kişilerin bağlanma stillerindeki farklılığın onların stresle başa çıkma tarzını ve çatışmalara yaklaşımlarını etkileyebileceği düşünülmektedir.

Ülkemizde öğrencilere eğitim yaşamlarının hemen hemen her döneminde rekabete ve sınavlara dayalı bir sistem sunulmaktadır (Kara, 2020; Softa ve ark., 2015). Öğrenciler; ilkökul döneminde karne notlarının yüksek olması, ortaokul döneminde lise sınavını kazanmak, lise döneminde ise en iyi üniversiteye gidebilmek için devamlı bir sınav maratonu içindedir. Tüm bu süreçlerde öğrenciler psikolojik olarak zorlanmakta ve yıpranabilmektedir.

Üniversite süreci stres ve endişeye neden olan birçok durumu içermektedir (Şanlı-Kula ve Saraç, 2016). Üniversite eğitiminin başlangıcı, bir zaman sonra beklentileri karşılayamama, hayallerini gerçekleştirememe, seçtiği bölümü içselleştirememesi gibi sorunları beraberinde getirmektedir. Gençlerin birçoğu tek başına yeni bir ortama uyum sağlamak, aileden ayrı yaşamak, maddi sıkıntılar ve mesleki kaygılar gibi sorunlarla karşı karşıya gelmektedir.

Bağlanmanın yaşamın diğer dönemlerine etkisi olduğu ve her yaşam döneminde şekillenebildiği düşünüldüğünde, yine bağlanmanın, üniversite öğrencilerinin yaşamış veya yaşamakta olduğu stres ve kaygılara, onların kişiler arası çatışmalarda nasıl davrandıklarına etki edebileceği söylenebilir. Toplum yapısının gün geçtikçe değişmesiyle birlikte gençlerin, özellikle farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre farklı bir şekilde stresle başa çıkma tarzı kullanarak farklı şekillerde çatışmaları çözebileceği düşüncesi böyle bir çalışmanın önemini arttırmıştır.

Bu çalışma, birbirinden farklı bölümlerde eğitim gören ve eğitim gördüğü bölümün yapısına bağlı olarak gelişim gösteren üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin; stresle başa çıkma tarzlarını ve kişilerarası çatışmalarını nasıl ele aldıklarını ve bu çatışmalara nasıl tepki verdikleri hususunda bir kaynak oluşturma amacını taşımaktadır.

Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, John Bowlby tarafından 1950-1960 yılları arasında ilk başta anne baba çocuk arasındaki duygusal bağı ifade etmek ve açıklamak amacıyla geliştirilen bir kişilik gelişimi kuramıdır. Bowlby (1982)'e göre, bağlanma duygusal bir bağlıdır. Çocuğun yakınlık arayışı içinde bulunması sırasında, çocuk ve ona bakım veren kişi arasında gelişen ve çocuğun bakım veren kişi ile ilişki kurması gibi durumlarla sürekliliği olan duygusal bir bağlıdır (Pehlivan Türk, 2004). Bir başka tanıma göre ise bağlanma; bebeğin doğduktan sonra yaşamını devam ettirebilmesi adına gerekli olan ihtiyaçlarının yetişkin bir kişi tarafından karşılanması ve bunun sonucunda da bebek ile yetişkin arasında duygusal bir bağın kurulmasıdır (Hazan ve Shaver, 2000).

Bağlanmanın, insan yaşamında önemli bir rolü vardır. Bu nedenle bağlanma konusu ile ilgili olarak birçok araştırma gerçekleştirilmiştir. Genel olarak bağlanma ile ilgili araştırmalar, bebeklik ve çocukluk dönemi ekseni odaklı yapılmış olmakla birlikte son zamanlarda yetişkinlerin bağlanma

stilleri üzerine odaklanan çalışmalar da yapılmaktadır (Chen, 2019; Çakmak-Tolan, 2021; Gibson, 2020; Young ve ark., 2017).

Bireylerin çoğu yaşamlarının her döneminde başka bir kişiyle yakın bir ilişki içerisinde olma ihtiyacı duymaktadır. Kurulan bu ilişkiler kişinin kendisini güvende hissederek çevresine uyum sağlamasında önemli bir rol oynamaktadır (Sable, 2008).

Kişilerarası ve sosyal ilişkilerin önemli olduğu ortamlardan biri olan üniversite; stres ve endişeye neden olan, tek başına yeni bir ortama uyum sağlamak, aileden ayrı yaşamak, maddi sıkıntılar ve mesleki kaygılar gibi birçok durumu içermektedir. Öğrencilerin sosyal ilişkilerini geliştirebilmeleri, akademik başarılarını yükseltebilmeleri adına bu tür stres durumları ile başa çıkabilmeleri önem arz etmektedir. Bunlardan hareketle üniversite öğrencilerinin bebeklik döneminde birincil bakım veren ile kurmuş ve geliştirmiş oldukları bağlanmanın, onların yetişkinlikteki ilişkilerini etkilemesi mümkün olabilmektedir (Akhunlar, 2010; Kapçı ve Küçüker, 2006).

Bowlby (1982)'nin bağlanma kuramının temel alınarak bebeklerle, çocuklarla ve yetişkinlerle gerçekleştirilen alan çalışmaları sonucunda Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Modelleri (güvenli, korkulu, saplantılı kayıtsız) oluşturulmuştur. Güvenli bağlanmada; kişinin özsaygı ve özgüveni yüksek olup başkalarını da kabul eden ve destekleyen olarak algılayan bir tutum içerisinde (Altundağ, 2011; Soygüt, 2004). Bu kişiler, romantik ve duygusal ilişkilerinde rahat ve güvenli bir biçimde hareket ederler ve hem yakınlık kurabilirler hem de bağımsız kalabilirler (Sümer ve Güngör, 1999). Güvenli bağlanma stili gösteren bireyler, ilişkilerinde dengeli davranarak stres durumlarında arkadaşları ve aileleri ile iletişime geçebilirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Korkulu bağlanma stili, güvenli bağlanma stili ile tam olarak zıttır. Bu bağlanma stiline sahip kişiler, kendilerinin hiçbir değeri olmadığını düşünürler ve başkalarından sevgi veya destek görmeyi hak etmediklerine inanırlar (Altundağ, 2011). Aynı zamanda bu kişiler, başkalarına yönelik reddedici ve güvenilmez bir tutum ve davranış içerisinde olurlar (Sümer ve Güngör, 1999). Özgüven eksikliğini yoğun bir şekilde yaşayan bu bireyler, kendi ihtiyaçlarını görmezden gelirler ve başkaları tarafından her zaman onaylanmaya gereksinim duyarlar (Altundağ, 2011; Bartholomew, 1990). Bu kişilerin stres ile karşılaşmaları durumunda reddetme ve kaçınmaya başvurdukları, stres ile başa çıkmada yetersiz oldukları görülmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Saplantılı bağlanmada; bireyler kendilerini değersiz hissederler, sevmeyi hak etmediklerini düşünürler ve başkalarını olumlu olarak algılayıp onları sevmeye layık görürler (Altundağ, 2011). Bu bireyler, romantik ve duygusal ilişkilerinde takıntılı olup devamlı başkalarının onayını kazanmaya çalışırlar (Bartholomew, 1990; Sümer ve Güngör, 1999). Saplantılı bağlanma stili özelliğini gösteren kişilerin ilişkilerinde abartı ve tutarsızlık hakimdir. Bu kişiler, herhangi bir problem veya stres ile karşılaştıklarında bu problem veya stres ile baş etme konusunda oldukça yetersizdirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Kayıtsız bağlanmada; kişiler kendilerini değerli olarak görürler fakat başkalarına yönelik olumsuz tutum ve algılara sahiptirler (Sümer ve Güngör, 1999). Bu kişiler, bağlanma davranışı gösterdikleri kişilerin kendilerini reddebilecekleri düşüncesinden kaynaklı olarak yaşayabilecekleri hayal kırıklığını önlemek adına kendilerini korumaya çalışırlar ve kendileri ile bağlandıkları kişiler arasına mesafe koymaktadırlar (Soygüt, 2004). Kayıtsız bağlanma stili gösteren bireylerin özgüvenleri yüksek olup duygusal davranışları ve tutumları, yakın davranabilme seviyeleri düşüktür. Stresli durumlar ile başa çıkmada zayıftırlar ve de böyle durumlarda kaygı duyup öfkelenirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Bu kişilerin bağımsız olmaları kendileri için önemli olup başkalarına gereksinim duymamakta ve yakın ilişkide olmayı reddetmektedirler (Sümer ve Güngör, 1999).

Stres Kavramı

Stres kavramı günlük yaşantıda sıklıkla kullanılan bir kavramdır ve bireylerin sınırlarını zorlayan bir durumdur (Kara, 2016). Stres, insanların psikolojik ya da fiziksel bakımdan tehlike olarak duyumsadıkları olaylarla karşılaşmaları sonucunda ortaya çıkan bir olgudur (Atkinson ve ark., 1996). Bireylerin fiziksel koşullarda, sosyal ortamlarda ve aynı zamanda içsel anlamda uyum sağlaması gerekmektedir. Bu uyum sağlama durumu kolay ya da zor olabilmektedir. Stres, uyumun zorlaştığı, bireyin bedensel ve psikolojik olarak güçsüz hissetmesine neden olan faktördür (Cüceloğlu, 1996).

Kişinin, stres durumuna karar verdiği tepkileri uygulamaya koyduğu son süreci başa çıkma olarak adlandırmak mümkündür. Başa çıkma (coping) kavramı insanların yaşamlarını sürdürürken karşılaştıkları zorluklarla veya güçlüklerle mücadele etme yolları şeklinde açıklanabilmektedir (Türküm, 2002). Stres ile başa çıkma, kişinin stresli durum karşısında kendini duygusal, bilişsel ve psikolojik olarak iyi hissedebilmesi adına duruma uygun şekilde hareket ederek göstermiş olduğu yaklaşımlar ya da kaçınma davranışlarıdır (Palancı, 2000). Kişinin stresle başa çıkmasındaki en önemli faktör stresin neden olduğu her türlü gerilime dayanabilmek veya bu gerilimi en aza indirmek ya da ortadan kaldırmaktır (Aydın, 2003).

Stresle başa çıkmada insanlar genellikle problem odaklı ve duygu odaklı başa çıkma tarzlarını kullanmaktadır. Problem odaklı başa çıkma tarzlarında, bireyler, problemi tanımlama, anlama ve analiz etme yoluna gitmektedir. Bu yaklaşımda başkalarından öneri ve tavsiye almak, yeni beceriler kazanmak, kendini kontrol altında tutmak, sorumluluğunu kabul etmek gibi eğilimler mevcuttur (Hakim-Larson ve ark., 1999; Türküm, 2002).

Duygu odaklı başa çıkma tarzlarında ise bireyler genellikle duygularını erteleme, kaçma veya kaçınma, inkâr etme, problemden uzak durma, sosyal destek arayışı içinde olma ve bilişsel anlamda sorunla meşgul olmama durumlarını içermektedir (Ognibene ve Collins, 1998; Türküm, 2002). Duygu odaklı başa çıkma tarzı pasif bir strateji olarak görülür ve istenmeyen stresli bir durumun varlığına bağlı olarak gelişen duyguları ortadan kaldırmaya yönelik tepkiler içerir (Eplikoç, 2006).

Çatışma Kavramı

Karşıtlık, kavga, arbede ve uyuşmazlık kelimeleri ile eş anlamlı olan çatışma kavramı yaşamımızın büyük bir kısmında yer alan ve kaçınılması mümkün olmayan toplumsal bir durumdur. Çatışma genel bir ifadeyle insanların farklı tutum, görüş, değer ve gereksinimleri doğrultusunda yaşadıkları fiziksel, duygusal, bilişsel, cinsel veya psikolojik olarak bir anlaşmazlık ya da huzursuzluk durumudur (Cahn, 1992; Doğrusöz, 1987; Ömür, 1998; Rahim, 1992). Bir diğer tanıma göre çatışma, iki veya daha fazla kişi ya da grubun, güç, çıkar ve statülerinin etkisiyle kıt kaynakları paylaşamamaları ve bu nedenle aralarında yaşanan çekişme, anlaşmazlık veya uyuşmazlıktır (Karip, 2010; Önder, 2008).

Çatışma düzeylerine göre kategorilere ayrıldığında; kişinin kendisiyle ilgili olan içsel çelişkileri bireysel çatışma; iki taraf arasındaki uyuşmazlıklar bireyler arası çatışma; grup içindeki veya birden fazla grup arasındaki anlaşmazlıklar grup içi ve gruplar arası çatışma olarak değerlendirilmektedir (Karip, 2010).

Çatışma eylem stilleri, bireylerin çatışma haliyle başa çıkmak için yaptıkları eylemsel hareket tarzlarını ifade etmektedir. Kaçınmacı eylem stilinde; bireyler, çatışma sırasında umutsuz olduklarına inanıp amaçlarından vazgeçerek ilişkiyi kesme davranışına gitmektedirler. Bu eylem stilinde, birey çatışmayla yüz yüze gelmekten kaçınmaktadır ve çatışma durumunu görmezden gelmeyi, geçiştirmeyi ya da ertelemeyi tercih etmektedir (Karip, 2010). Ne kendi çıkarlarında ne de karşı tarafın çıkarlarında ısrarcı olmaktadır. Çatışmalardan ve çatışma yaratan insanlardan uzak durma anlayışı hâkimdir (Johnson, 2003). Zorlayıcı eylem stilinde; bireyler, çatışma sırasında, amaçlarını ilişkilerden daha fazla önemsemektedirler. Bu eylem stilinde iş birliği söz konusu değildir (Johnson, 2003). Çatışma tarafları kendi çıkar ve amaçlarını önemsemekte ve karşı tarafı dikkate almaksızın rekabetçi bir anlayışla problemi çözmeye çalışmaktadır (Karip, 2010). Bu kişiler için çatışma, bir mücadele alanıdır ve bu alanda ilişkiler değil amaçlar önemlidir. Kolaylaştırıcı eylem stilinde; bireyler, çatışma sırasında ilişkileri korumak amacıyla çatışma ortamından ayrılmaktadırlar ve bu eylem stilinde amaçlardan ziyade ilişki önemlidir (Johnson, 2003; Karadağ ve Tosun, 2014). Birey ilişkiyi korumak adına kendi istek ve ihtiyaçlarından vazgeçebilmektedir; tek istediği kabul görmek, sevmek ve sevilmektir (Karip, 2010). Uzlaştırıcı eylem stilinde; bireyler, çatışma sırasında amaçlarla ve ilişkilerle uyum içerisinde ortak bir yol bulmak için çaba harcamaktadırlar (Karadağ ve Tosun, 2014). İşbirlikçi eylem stillerinden biri olarak da değerlendirilen bu stilde, orta yolu bulma önemlidir. İlişkinin devamı, çatışmaya dâhil olan tarafların kendi çıkar, amaç ve ihtiyaçlarından kısmen de olsa vazgeçmesini

gerektirir (Johnson, 2003). Karşı koyucu eylem stilinde olduğu gibi bu stilde de amaç ve ilişki önemlidir. Ancak bireyler bu uğurda az da olsa fedakârlık yapabilir. Karşı koyucu eylem stilinde ise bireyler; çatışma sırasında amaçlara ve ilişkilere değer vererek, çatışmanın yararını görme, kendilerine ve karşı taraftaki bireylere yararlı olacak çözümler araştırma tarzı içindedirler. Bu eylem stilinde amaçlar ve ilişkiler son derece önemlidir. Çatışmalar, çözümlenmesi gereken problemlerdir (Johnson, 2003). Birey, problemleri amaçlarına ve ilişkilerine zarar vermeden ortadan kaldırmaya çalışır. Çatışmaya dâhil olan tarafların her ikisinin de kazandığı bu stilde girişkenlik ve iş birliği ön plandadır (Karip, 2010).

Toplum yapısının gün geçtikçe değişmesiyle birlikte üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma stillerinin, stresle başa çıkma tarzlarının çatışma eylem stillerinin farklılaşabileceği düşüncesi böyle bir çalışmanın önemini arttırmıştır. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma stillerinin; stresle başa çıkma tarzlarını ve kişilerarası çatışmalarını nasıl ele aldıklarını ve bu çatışmalara nasıl tepki verdikleri hususunda bir kaynak oluşturma amacını taşımaktadır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın örnekleme tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme ve ölçüt örnekleme yöntemleri ile belirlenmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, zaman, para ve emek kaybını önleyerek araştırmacıya kolaylık sağlamak ve araştırmacının kolayca ulaşabileceği bir örneklemden veri toplamayı mümkün kılmaktadır. Ölçüt örnekleme yöntemi ise problemle ilgili olarak araştırmacı tarafından belirlenen niteliklere sahip kişilerden, olaylardan, nesnelere veya durumlardan örneklem oluşturulmasıdır (Büyüköztürk ve ark., 2016). Araştırmanın çalışma grubunu, Tıp, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, Psikoloji, Sosyoloji, Sosyal Hizmet, Hukuk, Tarih, Türk Dili ve Edebiyatı, İlahiyat, Mühendislik ve Mimarlık bölümlerinde okuyan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise Türkiye genelindeki, 83 üniversitede, bahsi geçen bölümlerde öğrenimine devam eden öğrencilerdir. Türkiye'nin 7 bölgesinden ve 34 ilinden toplamda 83 üniversitenin seçilmesinin nedeni örneklem çeşitliliğinin sağlanmasıdır.

Veri toplama döneminde, 847 öğrenciye ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması 22.0 olup, %5.3'ü (n=45) 1. sınıf, %18.9'u (n=160) 2. sınıf, %22.2'si (n=188) 3. sınıf, %41.4'ü (n=351) 4. sınıf, %8.9'u (n=75) 5. sınıf ve %3.3'ü (n=28) 6. sınıf öğrencisidir. Katılımcıların %50.9'u (n=431) kadın, %49,1'i (n=416) erkektir. Katılımcılara ait diğer bilgiler Tablo 1 ve Tablo 2'de sunulmaktadır.

Tablo 1. Çalışma Grubunun Demografik Özellikleri

N=847		n	%
Cinsiyet	Kadın	431	50.9
	Erkek	416	49.1
Medeni Durum	Evli	26	3.1
	Bekar	821	96.9

Tablo 2. Çalışma Grubunun Eğitim Bilgileri

N=847		n	%
Üniversite	İstanbul Üniversitesi	277	32.7
	Ankara Üniversitesi	73	8.6
	Eskişehir Osmangazi Üniversitesi	37	4.4

	Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi	26	3.1
	Yıldız Teknik Üniversitesi	25	3.0
	Dokuz Eylül Üniversitesi	24	2.8
	Karadeniz Teknik Üniversitesi	23	2.7
	Diğer üniversiteler	362	42.7
Bölüm	Tıp	178	21.0
	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	60	7.1
	Psikoloji	57	6.7
	Sosyoloji	40	4.7
	Sosyal Hizmet	65	7.7
	Hukuk	95	11.2
	Tarih	53	6.3
	Türk Dili ve Edebiyatı	72	8.5
	İlahiyat	82	9.7
	Mühendislik	75	8.9
	Mimarlık	70	8.3
Sınıf Kademesi	1. sınıf	45	5.3
	2. sınıf	160	18.9
	3. sınıf	188	22.2
	4. sınıf	351	41.4
	5. sınıf	75	8.9
	6. sınıf	28	3.3

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, araştırmacı tarafından oluşturulan, bireylerin yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, öğrenim gördükleri üniversiteleri, bölümleri ve sınıfları, bölüme girişte kullandıkları puanları ve bu puanların türlerinin ne olduğunu belirleyen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

İlişkiler Ölçeği

Bartholomew ve Horowitz'in (1991) geliştirdiği, Sümer ve Güngör'ün (1999) Türkçeye adaptasyonunu gerçekleştirdiği İlişkiler Ölçeği, her biri bir bağlanma stilini (güvenli, korkulu, saplantılı, kayıtsız) ölçmeyi amaçlayan dört kısa paragraftan oluşmaktadır. Katılımcılardan, ilk olarak, 7 basamaklı ölçekler üzerinde, her bir paragrafın kendilerini ne derece tanımladığını belirtmeleri istenmektedir (1 = beni hiç tanımlamıyor, 7 = beni tamamiyle tanımlıyor). Değerlendirmenin sonunda ayrıca katılımcılar kendilerini en iyi tanımladığını düşündükleri paragrafı işaretlemektedir.

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, Folkman ve Lazarus'un (1980) Başa Çıkma Yolları Envanteri'nden hareketle oluşturulmuş, depresyon, kaygı, yalnızlık gibi duygu durumları ve diğer psikolojik stres belirtileri ile ilişkili, yeterli geçerliğe ve güvenilirliğe sahip (iyimser yaklaşım alt ölçeği için Cronbach Alpha = .68 - .49; kendine güvenli yaklaşım için Cronbach Alpha = .80 - .62; çaresiz yaklaşım için Cronbach Alpha = .73 - .68; boyun eğici yaklaşım için Cronbach Alpha = .70 - .47; sosyal desteğe başvurma için Cronbach Alpha = .47 - .45 arasında değişiklik göstermekte), üniversite öğrencileri için kullanılmak üzere hazırlanmış 30 maddelik bir ölçektir. Maddeler kişilerin, sorunlara bağlı olarak karşılaştıkları strese yönelik oluşturduğu başa çıkma tarzını yansıtmaktadır. Ölçek,

probleme yönelik/etkili yollar ve duygulara yönelik/etkisiz yollar olmak üzere iki boyutludur. Bu iki boyut, 'kendine güvenli', 'iyimser', 'çaresiz', 'boyun eğici' yaklaşım ve 'sosyal desteğe başvurma' alt ölçeklerini sunmaktadır. Kendine güvenli yaklaşımda; birey, problemin öneminin bilincindedir ve problemin çözümü için mantıklı ve planlı bir yol izler, problemin çözümünde gerekli olan gücün kendisinde olduğuna inanır. İyimser yaklaşımda; birey, olaylardan olumlu bir şey çıkartmaya çalışır. Problem karşısında sakin ve iyimser kalmak için çaba harcar ve hoşgörülü olup mantıklı değerlendirmeler yapar. Çaresiz yaklaşımda; birey, kendisini kapana sıkışmış gibi hisseder. Problem veya olay karşısında çözüm üretmek yerine kendini suçlar ve kendini yetersiz olarak görür. Boyun eğici yaklaşımda; başa gelen çekilir diye düşünen birey, kendini çaresiz olarak kabul eder ve doğaüstü güçlerde çözüm arar. Sosyal destek arama yaklaşımında ise birey, problemlerini diğer insanlarla paylaşır ve çevresinden yardım alır. Ölçeklerin yanıtlanması, bir sıkıntı durumu olması varsayımı üzerinden belirtilmekte ve kişilere uygunluğu açısından 'tamamen uygun', 'uygun', 'uygun değil', 'hiç uygun değil' şeklinde 4'lü likert tipi ölçek üzerine işaretlenmektedir. Puanlama seçeneği 28 0-3 arasında olup sosyal desteğe başvurma alt ölçeği puanlarının hesaplanmasında 1. ve 9. maddeler ters puanlanarak hesaplanmaktadır. Her alt ölçeğe ait puanlar ayrı ayrı hesaplanmakta, toplam puan ise kullanılmamaktadır. Her bir alt ölçekten alınan yüksek puan stresle basa çıkmada o tarzın daha fazla kullanıldığına işaret etmektedir (Şahin ve Durak, 1995). Araştırmamızda, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin her bir alt ölçeği için güvenilirlik analizi yapılmıştır. İyimser yaklaşım için Cronbach Alpha = .75, kendine güvenli yaklaşım için Cronbach Alpha = .78, çaresiz yaklaşım için Cronbach Alpha = .79, boyun eğici yaklaşım için Cronbach Alpha = .65 ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı için ise Cronbach Alpha = .60 olarak bulgulanmıştır.

Çatışma Eylem Stilleri Ölçeği

Kişilerin yaşanan çatışmalar sırasındaki eylem tarzlarını ölçme araçlarından biri olan Çatışma Eylem Stilleri Ölçeği ilk olarak Johnson (1981) tarafından geliştirilmiştir. İlerleyen yıllarda birçok kez revize edilen ölçek son olarak Johnson ve Johnson (2008) tarafından da revize edilmiştir. Çatışma Eylem Stilleri Ölçeği; bireyin çatışma halinden başa çıkma için yaptıkları eylemsel hareket tarzının saptanması amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Karadağ ve Tosun (2014) tarafından yapılmıştır. Tamamı olumlu cümle formatında yazılmış 35 maddeden oluşan ölçek, 'kaçınmacı', 'zorlayıcı', 'kolaylaştırıcı', 'uzlaştırmacı' ve 'karşı koyucu' olmak üzere 5 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Cronbach Alpha alt ölçeklerde .72 ile .79 arasında değişmektedir. Ölçek, sonucunda bireyin çatışma sırasında baskın olan eylem stilleri ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır. Kaçınmacı eylem stilinde; birey çatışma sırasında umutsuz olduğuna inanarak, amaçları ve ilişkiyi kesme eylemi sergilemektedir. Zorlayıcı eylem stilinde; birey çatışma sırasında aşırı yüke karşı çıkarak, amaçları ilişkilerden daha fazla önemseme eylemi göstermektedir. Kolaylaştırıcı eylem stilinde; birey çatışma sırasında ilişkileri korumak amacıyla çatışma ortamından ayrılma eylemi gerçekleştirmektedir. Uzlaştırmacı eylem stilinde; birey çatışma sırasında amaçlarla ve ilişkilerle uyum içerisinde ortak bir yol bulmak için çaba harcamaktadır. Karşı koyucu eylem stilinde ise; birey çatışma sırasında amaçlara ve ilişkilere değer vererek, çatışmanın yararını görme, kendisine ve karşı taraftaki bireylere yararlı olacak çözümler araştırmaktadır. Ölçeğin tümünden alınan bir puan bulunmamaktadır. Alt ölçeklerde bulunan ve bireyde baskın olan çatışma eylem 29 stilini diğer alt ölçeklerden bağımsız olarak ölçülmektedir. Buradan hareketle ölçekten alınan puanların değerlendirilmesinde bireyin her bir alt ölçek puanı, alt ölçeğe ait madde puanlarının toplanması ile elde edilmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanlar 5 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçek 5'li likert formatında; 'asla böyle davranmam', 'nadiren böyle davranırım', 'bazen böyle davranırım', 'sıklıkla böyle davranırım', 'çoğunlukla böyle davranırım' şeklinde düzenlenmiştir. Araştırmamızda, Çatışma Eylem Stilleri Ölçeği'nin her bir alt ölçeği için güvenilirlik analizi yapılmıştır. Kaçınmacı eylem stili için Cronbach Alpha = .57, zorlayıcı eylem stili için Cronbach Alpha = .65 bulunmuştur. Kolaylaştırıcı eylem stili için Cronbach Alpha = .80 olarak bulgulanmıştır. Uzlaştırmacı eylem stili için Cronbach Alpha = .67 olarak saptanmıştır. Karşı koyucu eylem stili için ise Cronbach Alpha = .70 olarak bulgulanmıştır.

Uygulama

Araştırmanın uygulama formu Google formlar üzerinden hazırlanmıştır. Bilgisayar ortamında, internet üzerinden uygulanan ölçeklerin web adresi araştırmacılar yoluyla üniversite öğrencilerine ulaştırılmış,

yazılı ve sözel olarak araştırmanın amacı ve içeriğiyle ilgili bilgilendirme yapılması sağlanmıştır. Anket uygulaması bir soruyu yanıtlamadan diğer soruyu yanıtlamaya olanak vermeyecek şekilde tasarlanmıştır. Araştırma için İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan etik kurul onayı alınmıştır (16/11/2017 tarih ve 2017/141 dosya numaralı karar). Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerine çalışmanın konusu ve amacı açıklanmış, bilgilerinin gizli kalacağı ifade edilmiş ve istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri belirtilmiştir. Bilgilendirilen tüm öğrenciler araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizi için SPSS paket programının 22.0 versiyonu kullanılmıştır. Bağlanma stillerinin, stresle başa çıkma tarzlarının ve çatışma eylem stillerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için t testi yapılmıştır. Bağlanma stillerinin stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine bir etkisinin olup olmadığının test edilmesinde regresyon analizi kullanılmıştır. Regresyon analizi için gerekli varsayımlar (veriler normal dağılım göstermekte, çoklu bağlantı sorunu bulunmamakta) karşılanmıştır.

BULGULAR ve YORUMLAR

Bu bölümde, araştırma değişkenlerinin birbiriyle olan ilişkileri ve değişkenlerin katılımcıların temel demografik özelliklerinden biri olan cinsiyete göre karşılaştırıldığı analizler sunulmaktadır.

Cinsiyet ve Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tarzları, Çatışma Eylem Stilleri

Güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını analiz etmek için uygulanan bağımsız gruplar t-testi sonuçları, Tablo 3'te sunulmaktadır. Tabloda görüldüğü üzere, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilinde cinsiyetler arası fark bulunmazken, güvenli ve korkulu bağlanma stilinde cinsiyetler arası bir farklılık gözlemlenmektedir. Erkeklerin güvenli bağlanma düzeyi ($\bar{X}=4.2$, $SS=1.4$), kadınlardan ($\bar{X}=3.8$, $SS=1.6$) anlamlı düzeyde yüksektir ($t_{(837.29)} = 3.8$, $p=.000$). Aynı zamanda korkulu bağlanma, kadınlarda ($\bar{X}=4.2$, $SS=1.9$), erkeklerden ($\bar{X}=3.8$, $SS=1.6$) anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($t_{(829.62)} = 3$, $p=.003$).

İyimser yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma stresle başa çıkma tarzlarının üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını analiz etmek için uygulanan bağımsız gruplar t-testi sonuçları, Tablo 3'te sunulmaktadır. Tabloda görüldüğü üzere, iyimser, çaresiz, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma tarzlarında cinsiyetler arası bir farklılık gözlemlenirken, kendine güvenli yaklaşım tarzında cinsiyetler arası bir fark gözlemlenmemiştir. Kadınların çaresiz yaklaşım ($\bar{X}=12.6$, $SS=3.9$) tarzları, erkeklerin çaresiz yaklaşım ($\bar{X}=10.8$, $SS=4.2$) tarzlarından anlamlı düzeyde yüksektir ($t_{(845)} = 6.2$, $p=.000$). Kadınların sosyal desteğe başvurma ($\bar{X}=7.6$, $SS=2.2$) tarzları, erkeklerin sosyal desteğe başvurma ($\bar{X}=6.4$, $SS=2.2$) tarzlarından anlamlı düzeyde yüksektir ($t_{(845)} = 7.6$, $p=.000$). Ancak erkeklerin iyimser yaklaşım ($\bar{X}=9.7$, $SS=2.2$) tarzı gösterme eğilimi, kadınların iyimser yaklaşım ($\bar{X}=8.4$, $SS=2.6$) tarzı gösterme eğiliminden anlamlı olarak daha yüksektir ($t_{(831)} = 7.8$, $p=.000$). Bununla birlikte erkeklerin boyun eğici yaklaşım ($\bar{X}=7.8$, $SS=3.2$) tarzı sergileme eğilimi, kadınların boyun eğici yaklaşım ($\bar{X}=6.9$, $SS=2.3$) tarzı gösterme eğiliminden anlamlı olarak daha yüksektir ($t_{(758.77)} = 4.6$, $p=.000$).

Kaçınmacı, zorlayıcı, kolaylaştırıcı, uzlaştırmacı ve karşı koyucu çatışma eylem stillerinin, üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığını analiz etmek için uygulanan bağımsız gruplar t-testi sonuçları, Tablo 3'te sunulmaktadır. Tabloda görüldüğü üzere, sadece kolaylaştırıcı eylem stilinde cinsiyetler arası bir farklılık gözlemlenmektedir. Bu sonuca göre kadınlar ($\bar{X}=20.7$, $SS=4.4$), erkeklere ($\bar{X}=20.1$, $SS=3.7$) oranla, çatışma sırasında daha fazla kolaylaştırıcı eylem stilini kullanmaktadır ($t_{(845)} = 2$, $p=.043$).

Tablo 3. Bağlanma Stilleri, Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stillerinin Ortalama ve Standart Sapma Değerlerinin Cinsiyete göre Karşılaştırıldığı t-testi Sonuçları

N= 847	Cinsiyet		t	p
	Kadın (n=431)	Erkek (n=416)		
	\bar{X} (SS)	\bar{X} (SS)		
Bağlanma Stilleri				
Güvenli Bağlanma	3.8 (1.6)	4.2 (1.4)	-3.8	.000***
Korkulu Bağlanma	4.2 (1.9)	3.8 (1.6)	3	.003**
Saplantılı Bağlanma	3.3 (1.8)	3.3 (1.7)	.17	.862
Kayıtsız Bağlanma	3.4 (1.8)	3.7 (1.6)	-1.8	.058
Stresle Başa çıkma Tarzları				
İyimser Yaklaşım	8.4 (2.6)	9.7 (2.2)	-7.8	.000***
Kendine Güvenli Yaklaşım	14.2 (2.9)	14.3 (2.7)	-.39	.692
Çaresiz Yaklaşım	12.6 (3.9)	10.8 (4.2)	6.2	.000***
Boyun eğici Yaklaşım	6.9 (2.3)	7.8 (3.2)	-4.6	.000***
Sosyal Desteğe Başvurma	7.6 (2.2)	6.4 (2.2)	7.6	.000***
Çatışma Eylem Stilleri				
Kaçınmacı Yaklaşım	19.2 (3.7)	18.7 (4.4)	1.6	.094
Zorlayıcı Yaklaşım	21.1 (3.9)	20.9 (4.4)	.76	.443
Kolaylaştırıcı Yaklaşım	20.7 (4.4)	20.1 (3.7)	2	.043***
Uzlaştırıcı Yaklaşım	20.3 (3.6)	20.1 (3.6)	.74	.456
Karşı Koyucu Yaklaşım	22.1 (3.3)	21.7 (3.9)	1.3	.165

*** $p < .001$, ** $p < .05$ **Bağlanma Stillerinin Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stillerine Olan Etkisi**

Bağlanma stillerinin, stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine etkisini görmek amacıyla aşamalı regresyon analizi kullanılmıştır. İlişkiler Ölçeği'nin değerlendirilmesi sonucu elde edilen, güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanma stilleri, sırasıyla bağımlı değişken olarak kullanılmış olup her bir regresyon denkleminin birinci adımında, Stresle Başa çıkma Tarzları Ölçeği'nin iyimser yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma alt kategorileri ile Çatışma Eylem Stilleri Ölçeği'nin kaçınmacı, zorlayıcı, kolaylaştırıcı, uzlaştırıcı ve karşı koyucu alt ölçekleri, aşamalı olarak (stepwise) denkleme sokulmuştur.

Ölçümlerin yordanmasına yönelik 4 ayrı regresyon denklemi oluşturulmuştur. İlk denklemde üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stiline, stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine bir etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve Tablo 4'te sunulmuştur. Tabloya bakıldığında, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, sosyal desteğe başvurma ve zorlayıcı, kolaylaştırıcı, kaçınmacı eylem stillerinin güvenli bağlanma toplam varyansının %18'ini açıkladığı görülmektedir ($F_{(6, 840)}=30.95, p<.05$). Gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına göre, güvenli bağlanma stiline sahip öğrenciler, stresle başa çıkma tarzı olarak çaresiz yaklaşımı ($\beta=-.24, p<.001$) daha az göstermekte olup bir sıkıntıları olduğunda hem iyimser yaklaşımı ($\beta=.12, p<.05$) hem de sosyal desteğe başvurma tarzını ($\beta=.11, p<.001$) daha çok kullanmaktadır. Yine analizlerde güvenli bağlanma stiline sahip öğrenciler, çatışma eylem stilleri olarak kaçınmacı eylem stilini ($\beta=-.08, p<.05$) daha az göstermekte, çatışma sırasında hem kolaylaştırıcı eylem stilini ($\beta=.09, p<.01$) hem de zorlayıcı eylem stilini ($\beta=.06, p<.05$) anlamlı olarak daha çok sergilemektedirler.

Tablo 4. Güvenli Bağlanma Stilinin Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stilleri ile İlişkisi

	B	B Değeri için Standart Hata (SD)	β (son basamak)	t değeri (son basamak)	p
Stresle Başa çıkma Tarzları					
Çaresiz Yaklaşım	-.09	.01	-.24	-6.06	.000
İyimser Yaklaşım	.07	.02	.12	3.13	.002
Sosyal Desteğe Başvurma	.08	.02	.11	3.69	.000
Çatışma Eylem Stilleri					
Kaçınmacı Yaklaşım	-.03	.01	-.08	-2.34	.019
Zorlayıcı Yaklaşım	.02	.01	.06	2.13	.033
Kolaylaştırıcı Yaklaşım	.03	.01	.09	2.91	.004
R²	.18				
F	30.9				

İkinci denklemde üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma stilinin, stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine bir etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve Tablo 5'te sunulmuştur. Tabloya bakıldığında, çaresiz yaklaşım, sosyal desteğe başvurma ve kolaylaştırıcı, kaçınmacı eylem stillerinin korkulu bağlanma toplam varyansının %16'sını açıkladığı görülmektedir ($F_{(6, 840)}=42.23$, $p<.05$). Gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına göre, korkulu bağlanma stiline sahip öğrenciler, stresle başa çıkma tarzı olarak çaresiz yaklaşımı ($\beta=.30$, $p<.001$) daha çok göstermekte olup bir sıkıntılarında sosyal desteğe başvurma tarzını ($\beta=-.16$, $p<.001$) daha az kullanmaktadır. Yine analizlerde korkulu bağlanma stiline sahip öğrenciler, çatışma eylem stilleri olarak kaçınmacı eylem stilini ($\beta=.10$, $p<.01$) daha çok göstermekte, çatışma sırasında kolaylaştırıcı eylem stilini ($\beta=-.06$, $p<.05$) anlamlı olarak daha az sergilemektedirler.

Tablo 5. Korkulu Bağlanma Stilinin Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stilleri ile İlişkisi

	B	B Değeri için Standart Hata (SD)	β (son basamak)	t değeri (son basamak)	p
Stresle Başa çıkma Tarzları					
Çaresiz Yaklaşım	.01	.01	.30	8.97	.000
Sosyal Desteğe Başvurma	-.01	.02	-.16	-5.06	.000
Çatışma Eylem Stilleri					
Kaçınmacı Yaklaşım	.04	.01	.10	2.90	.004
Kolaylaştırıcı Yaklaşım	-.02	.01	-.06	-2.09	.037
R²	.16				
F	42.23				

Üçüncü denklemde üniversite öğrencilerinin saplantılı bağlanma stilinin, stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine bir etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve Tablo 6'da sunulmuştur. Tabloya bakıldığında, çaresiz yaklaşım, sosyal desteğe başvurma ve kaçınmacı eylem stillerinin korkulu bağlanma toplam varyansının %13'ünü açıkladığı görülmektedir ($F_{(6, 840)}=43.48$, $p<.05$). Gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına göre, saplantılı bağlanma stiline sahip öğrenciler, stresli

bir durumun varlığında stresle başa çıkma tarzı olarak hem çaresiz yaklaşımı ($\beta=.32$, $p<.001$) hem de sosyal desteğe başvurma tarzını ($\beta=.09$, $p<.01$) daha çok kullanmaktadırlar. Yine analizlerde korkulu bağlanma stiline sahip öğrenciler, çatışma eylem stilleri olarak kaçınmacı eylem stilini ($\beta=.08$, $p<.05$) daha çok göstermektedirler.

Tablo 6. Saplantılı Bağlanma Stilinin Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stilleri ile İlişkisi

	B	B Değeri için Standart Hata (SD)	β (son basamak)	t değeri (son basamak)	p
Stresle Başa çıkma Tarzları					
Çaresiz Yaklaşım	.13	.01	.32	9.29	.000
Sosyal Desteğe Başvurma	.07	.02	.09	3.00	.003
Çatışma Eylem Stilleri					
Kaçınmacı Yaklaşım	.03	.01	.08	2.41	.016
R²	.13				
F	43.4				

Dördüncü ve son denklemde ise üniversite öğrencilerinin kayıtsız bağlanma stiline, stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine bir etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve Tablo 7’de sunulmuştur. Tabloya bakıldığında, çaresiz yaklaşım, sosyal desteğe başvurma ve zorlayıcı, kolaylaştırıcı eylem stillerinin kayıtsız bağlanma toplam varyansının %13’ünü açıkladığı görülmektedir ($F_{(6, 840)}=33.90$, $p<.05$). Gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına göre, kayıtsız bağlanma stiline sahip öğrenciler, stresli bir durumun varlığında stresle başa çıkma tarzı olarak hem çaresiz yaklaşımı ($\beta=-.10$, $p<.001$) hem de sosyal desteğe başvurma tarzını ($\beta=-.16$, $p<.01$) daha az kullanmaktadırlar. Yine analizlerde kayıtsız bağlanma stiline sahip öğrenciler, çatışma eylem stilleri olarak zorlayıcı eylem stilini ($\beta=.06$, $p<.001$) daha çok sergilerken, kolaylaştırıcı eylem stilini ($\beta=-.03$, $p<.05$) anlamlı olarak daha az göstermektedirler.

Tablo 7. Kayıtsız Bağlanma Stilinin Stresle Başa çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stilleri ile İlişkisi

	B	B Değeri için Standart Hata (SD)	β (son basamak)	t değeri (son basamak)	p
Stresle Başa çıkma Tarzları					
Çaresiz Yaklaşım	-.10	.01	-.24	-7.58	.000
Sosyal Desteğe Başvurma	-.16	.02	-.22	-6.82	.000
Çatışma Eylem Stilleri					
Zorlayıcı Yaklaşım	.06	.01	.15	4.80	.000
Kolaylaştırıcı Yaklaşım	-.03	.01	-.07	-2.34	.019
R²	.13				
F	33.9				

TARTIŞMA

Cinsiyet ve Bağlanma Stilleri

Yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin güvenli ve korkulu bağlanma stillerinin anlamlı bir farklılık oluşturduğunu ve kadınların korkulu bağlanma stili puanlarının erkeklerin puanlarına göre; erkeklerin güvenli bağlanma stillerinin ise kadınların puanlarına göre daha yüksek olduğunu göstermiştir. Benzer bir şekilde Altundağ (2011) yaptığı çalışmada güvenli bağlanma stili ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olduğunu bulgulamış olup, erkeklerin güvenli bağlanma ortalamasının kadınlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğunu saptamıştır. Cinsiyete göre sahip olunan bağlanma stillerinin incelendiği diğer araştırma bulgularında da güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin daha çok erkekler olduğu görülmüştür (Azman, 2016; Birgi, 2010; Büyükşahin, 2001; Çelik, 2004; Çetin, 2015; Demir, 2017; Erözkan, 2011; Josselson, 1998; Kaplan ve ark., 1985; Kararımak ve Duran, 2008; Keskin ve Çam, 2008; Konyalıoğlu, 2000; Leondari ve Kiosseoglou, 2000; Rapoza ve Yalçınkaya, 1998; Şeker, 2009; Yılmaz, 2007). Katılımcıların bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği başka araştırmalarda ise kadınların korkulu bağlanma oranının erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Çetin, 2015; Demir, 2017; Emir, 2014; Erözkan, 2011; Kararımak ve Duran, 2008; Şeker, 2009). Scharfe ve Bartholomew (1994), kişilerin bağlanma özelliklerini inceledikleri çalışmalarında, erkeklerin kadınlara göre daha fazla korkulu bağlanma özellikleri gösterdiğini belirtmektedirler. Geleneksel bir yapıya sahip olan toplumumuzda, ataerkil bir kültürün de hakim olduğunu söylemek mümkündür (Kara, 2022). Bu yapı ve kültürde, erkekler soyu devam ettirecek olan bireyler olarak görülmekte ve erkeklere kadınlardan daha çok değer verilmektedir. Bu nedenle kadınların kendilerini seilmeye layık olarak görmemesi, kendilerini değersiz hissetmesi, olumsuz benlik ve olumsuz başkaları algısı ile korkulu bağlanma stili geliştirmeleri beklenebilir bir durumdur.

Cinsiyet ve Stresle Başa Çıkma Tarzları

Araştırmada, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma tarzlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu ve erkeklerin iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt puanlarının kadınların puanlarına göre; kadınların çaresiz yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma alt puanlarının erkeklerin puanlarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Stresle başa çıkma tarzlarından iyimser yaklaşımın erkek öğrencilerde kadın öğrencilere oranla anlamlı düzeyde yüksek çıkmasının nedeni olarak toplumsal cinsiyet rolleri gösterilebilir. Toplumsal bir beklenti ve atfedilen roller açısından düşünüldüğünde, erkeklerin, var olan problemi çözme, ortadan kaldırma veya onun etkisini azaltmaya odaklandığı, stresli durum faktörlerini değiştirmeye yönelik davranış kalıpları geliştirmek için uğraştığını söylemek mümkündür. Oral (1994), yaptığı çalışmada, stresli bir sorunun varlığında, erkeklerin iyimser yaklaşım gösterme, kadere ve doğüstü güçlere inanma gibi boyun eğici yaklaşım tarzlarını kullandıklarını saptamıştır. Güler ve Çınar (2010)'ın, erkek öğrencilerin boyun eğici yaklaşım puanlarının kadın öğrencilerden daha yüksek olduğunu bildirdikleri çalışmalarının sonuçları da araştırmamızdaki bulgularla paralellik göstermektedir. Sosyal desteğe başvurma alt boyutunda ise kadın öğrencilerin puan ortalamaları erkeklere oranla anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yapılan literatür taramasında öğrencilerin stresle başa çıkmada kullandıkları tarzlardan sosyal desteğe başvurma alt boyutunun kadın öğrencilerde erkeklere oranla daha yüksek çıktığı gözlemlenmektedir (Baum ve Grunberg, 1991; Çiftçi, 2002; Deisinger ve ark., 1996; Flynn ve ark., 2009; Kara, 2016; Oral, 1994; Özer, 2001; Scheier ve Carver, 1992; Topal, 2011; Türküm, 2002; Yamaç, 2009). Kız çocukları stresli bir sorunun varlığında aile ya da yakın arkadaş ilişkilerine başvurmayı daha sık kullanabilmektedirler (Topal, 2011). Bu sonuçların, kız çocuklarının aile ilişkilerine ve kişiler arası ilişkilere daha fazla önem vermesi gerektiği yönündeki yetiştirme tarzı ile ilgili olabileceği yönünde yorum yapılabilir. Buna karşın erkeklerin sosyal destek arama puanlarının düşük olmasının nedeni, geleneksel toplum yapısı ve ataerkil düzen düşünüldüğünde (Kara, 2022), erkeklere daha güçlü ve dayanıklı olmaları, sorunları kendi başlarına çözmeleri ve bağımsızlıklarını kazanmalarına yönelik birçok fırsat verilmesi olarak görülebilir.

Cinsiyet ve Çatışma Eylem Stilleri

Araştırmada, kolaylaştırıcı çatışma eylem stiline göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu ve kadınların kolaylaştırıcı eylem stili alt puanının erkeklerin puanına göre daha yüksek olduğunu gözlemlenmiştir. Kenneth ve Thomas (2008) tarafından yapılan bir araştırmada, kadın öğrencilerin genellikle çatışmalara neden olabilecek durumlardan kaçındığı, dolayısıyla ilişkilere zarar vermeme tutumu içerisinde oldukları bulgulanmıştır. Kimberly ve ark., (2014) ise yaptıkları çalışmada, erkeklerin kadınlara göre daha fazla öfke gösterdiklerini ve tartıştıklarını belirtmiş, kadınların ilişkileri koruma eylemi sergilediklerini gözlemlemiştir. Yasin ve Khalid (2015), kadınların erkeklerden daha fazla çatışma ortamından ayrılma eğilimi gösterdiklerini saptamışlardır. Öte yandan, erkek öğrenciler, çatışma sırasında rekabet, egemenlik, zorlayıcı gibi tutum ve davranışları tercih ederken, kadın öğrenciler ise amaçlardan taviz ve ödün vermeyi, kaçınmayı tercih etmektedir (Waithaka, 2015). Bu sonuçlar, araştırma bulgularımızla paralel olmakla birlikte, bireylerin sosyalleşme süreçleri açısından düşünüldüğünde, erkeklerin güç ve rekabet odaklı yetiştirilerek, şiddet, öfke gibi durumlarla ilişkilendirilmeleri, kadınların daha çok sevgi, samimiyet, sıcakkanlık gibi duygularla ilişkilendirilmeleri ve bunun sonucunda da kadınların, çatışmaların varlığında alttan almaları gerektiğine dair bir algının varlığından söz etmek mümkündür.

Bağlanma Stillerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Çatışma Eylem Stillerine Etkisi

Bu araştırmada, güvenli bağlanma stili ile iyimser yaklaşım, sosyal desteğe başvurma tarzları ve kolaylaştırıcı ve zorlayıcı çatışma eylem stilleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Başka bir deyişle, güvenli bağlanma stiline sahip olan üniversite öğrencileri, stresle başa çıkma tarzı olarak iyimser yaklaşım, sosyal desteğe başvurma tarzını; çatışma eylem stilleri olarak kolaylaştırıcı ve zorlayıcı çatışma eylem stillerini kullanmaktadır. İlgili literatürde bu bulguyla tutarlı araştırma sonuçları bulunmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, yaşamda karşılaştıkları stres verici olaylarla başa çıkmada sosyal desteğe başvurma gibi başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları görülmektedir (Altundağ, 2011; David ve ark., 1998; Emir, 2014; Grossmann ve Grossman, 1991; Kobak ve Sceery, 1988; Ognibene ve Collins, 1998; Schottenbauer ve ark., 2006). Wilkinson ve Walford'un (2001) araştırmasında ebeveyniyle güvenli bağlanma ilişkisi geliştiren ergenlerin psikolojik sağlık durumlarının pozitif yönde olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre güvenli bağlanma stiline sahip ergenlerin stresle başa çıkma konusunda daha iyimser ve olumlu yaklaşım sergiledikleri söylenebilir. Perrine'in (1999) araştırmasında ise güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilerin diğer bağlanma stillerine sahip olan öğrencilere kıyasla stresi daha düşük seviyede algıladıkları saptanmıştır. Güvenli bağlanan bireyler, anlaşmazlıklar sırasında çatışmaları daha az tehdit edici görmekte ve ilişkiyi keşif için güvenli bir yer olarak algıladıkları için anlaşmazlıklar sırasında ilişkileri koruma eğilimi göstermektedirler (Schudlich ve ark., 2013). Corcoran ve Mallinckrodt (2000) tarafından yapılan araştırma, bütünleştirici ve taviz veren davranışların, olumlu benlik olumlu öteki modellerini içeren güvenli bağlanma tarzı ile pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Shi (2003) da güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, çatışmalarda bütüncül, interaktif ve problemi çözmek için uğraşan bir tutum sergilemelerinin daha yüksek olduğu yönündeki benzer sonuçları bulmuştur. Bu çalışmaların, araştırma bulgularında elde edilen güvenli bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin, çatışma sırasında ilişkileri korumak amacıyla çatışma ortamından ayrılma olarak kolaylaştırıcı eylem stilini ve çatışma sırasında ulaşmak istenilen amaçları daha çok önemseyip karşı tarafa aşırı yüklenme olarak zorlayıcı eylem stilini sergilemelerini destekler nitelikte olduğunu öne sürmek mümkündür.

Yapılan araştırmada, saplantılı bağlanma stili ile çaresiz yaklaşım, sosyal desteğe başvurma tarzları ve kaçınmacı çatışma eylem stili arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Başka bir deyişle, saplantılı bağlanma stiline sahip olan üniversite öğrencileri, stresle başa çıkma tarzı olarak çaresiz yaklaşımı ve sosyal desteğe başvurmayı, çatışma eylem stili olarak da kaçınmacı stili kullanmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler kontrolün kendi ellerinde olduğunu düşünerek strese daha dayanıklı davranış ve tutum örüntüleri gösterirken saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler, stres durumlarında baş etme stratejileri olarak olumsuz bir yaklaşım sergilemektedirler. Çünkü saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireyler olumsuz 'ben' algısına sahipken, olumlu 'öteki' algısına sahiptir. Bu nedenle saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireyler kendilerini 'değersiz' buldukları için sürekli olarak başkalarından (ötekinden) destek aramakta, ötekinin onayına, desteğine ve sevgisine ihtiyaç

duymaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Bu bilgiler, araştırma bulgularında sözü edilen saplantılı bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzı olarak çaresiz yaklaşımı göstermelerini destekler niteliktedir. Ayrıca saplantılı bağlanma stiline sahip kişiler, olumsuz benlik olumlu başkaları algısı nedeniyle dış dünyaya fazlasıyla güvenebilen bir yapıya sahiptir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Buna paralel olarak, araştırma bulgularında da saplantılı bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin stresli bir durumla karşılaştıklarında sosyal desteğe başvurdukları gözlemlenmiştir. Saplantılı ve korkulu bağlanma stiline sahip olan kişiler çatışmayı olumsuz olarak algırlarlar (Pistole ve Arricale, 2003). Ayrıca yine bu bağlanma stillerine sahip kişilerin, yüksek düzeyde kararsızlığa sahip olup çatışma çözme aracı olarak sözel saldırganlık kullandıkları bulunmuştur (Clymer vd., 2006). Pancaroğlu (2007) ise araştırmasında, güvenli ve saplantılı bağlanma stilleri olan katılımcıların taviz verme davranışını daha çok kullandıklarını saptamıştır. Bu çalışmanın, araştırma bulgularında elde edilen saplantılı bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin çatışma sırasında kaçınmacı davranış sergileyerek hem amaçlardan hem ilişkilerden ödün vermesini destekler nitelikte olduğunu söylemek olasıdır.

Bu çalışmada, korkulu bağlanma stili ile çaresiz yaklaşım tarzı ve kaçınmacı çatışma eylem stili arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Başka bir deyişle, korkulu bağlanma stiline sahip olan üniversite öğrencileri, stresle başa çıkma tarzı olarak çaresiz yaklaşımı, çatışma eylem stili olarak kaçınmacı stili kullanmaktadır. Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler, stresli durumlar karşısında hem kendilerine hem de diğerlerine güven duymayıp var olan sorunu inkar etme, kaçınma ya da bu soruna yönelik çaresiz bir yaklaşım sergileme gibi yollara yönelmektedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004; Ognibene ve Collins, 1998). Emir (2014), araştırmasında korkulu bağlanma stili ile stresle başa çıkma biçimlerinden sorunla uğraşmaktan kaçınma arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bu çalışmayla tutarlı olarak, Terzi ve Çankaya (2009) da yaptıkları çalışmada korkulu bağlanma stili ile kaçma/soyutlama başa çıkma tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Araştırma bulgularında da korkulu bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin, stresli bir durum karşısında kendisini kapana kısılmış gibi hissedip çaresiz bir yaklaşım gösterme eğiliminde olduğu sonucuna varılmıştır. Shi (2003) ise korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin, çatışma sırasında ve sonrasında bütüncül olmayan ve çözüm getiremeyen bir bakış açısı ve tutumu içerisinde olma olasılığının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Monteoliva ve Garcia-Martinez (2005) ve Pancaroğlu (2007) tarafından yapılan çalışmalarda, korkulu bağlanma stiline sahip katılımcıların, ilişkilerinde en düşük memnuniyet düzeyine sahip olduklarını ve hem ilişkilerde hem de çatışma durumunda istikrar göstermeyi samimi olmadıkları gözlemlenmiştir. Yine Pancaroğlu (2007)'nin çalışmasında, bağlanma stilleri ile çatışma davranışları arasındaki ilişkiye bakıldığında, korkulu bağlanma stili ile kaçınmacı çatışma tarzı anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur. Bununla beraber Shi (2003) tarafından yapılan çalışmada ise kaçınmacı davranışı sergileyen bireylerin, korkulu bağlanma stiline sahip olduğu gözlemlenmiştir. Bu çalışmalar ışığında ve elde edilen araştırma bulgularından hareketle, korkulu bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini ve dış dünyayı 'değersiz' bulmaktadırlar ve bu nedenle çatışma sırasında bir eylemde bulunmayarak, ilişkilerden ve ulaşmak istedikleri amaçlardan vazgeçme, umutsuz olduğuna inanma olarak bilinen kaçınmacı eylem stilini sergilemektedirler. Aynı zamanda korkulu bağlanma stiline sahip bireyler terkedilmekten korktukları için ilişki kurmayı isteseler bile bundan kaçınabilmektedirler. Sorunları çözüp ilişkilerini güçlendirmek yerine pasif kalmayı tercih ettikleri söylenebilir. Çaresiz yaklaşım tarzları da bu doğrultuda açıklanabilir.

Araştırmada, kayıtsız bağlanma stili ile çaresiz yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma tarzı arasında negatif yönde; zorlayıcı çatışma eylem stili arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Başka bir deyişle, kayıtsız bağlanma stiline sahip olan üniversite öğrencileri, stresle başa çıkma tarzı olarak çaresiz yaklaşımı ve sosyal desteğe başvurma tarzını kullanmazken, çatışma eylem stili olarak zorlayıcı stili kullanmaktadır. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler olumlu benlik olumsuz başkaları algısı içinde olmaları nedeniyle çevrelerindeki kişilerle duygu ve düşüncelerini paylaşmama eğilimi göstermektedirler (Soygüt, 2004). Bu nedenle stres verici herhangi bir durumla baş etmek için, başkalarından yardım almak yerine kendi çabaları ile sorunu çözümlenmeyi tercih ettikleri

düşünülmektedir (Altundağ, 2011; Emir, 2014). Ancak bu bireylerin stresli durumlar karşısında çaresiz yaklaşım gösterebildikleri, stresli bir durumla baş etmede oldukça zayıf olabildikleri ve böyle durumlarda kaygılanıp sinirlenebildikleri de bilinmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Howard ve Medway, 2004). Araştırma sonuçlarında, bu bilgilere paralel olarak, kayıtsız bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin stresli bir durumun varlığında sorunu sürekli düşünüp çaresiz davranarak sosyal desteğe başvurmadıkları bulgulanmıştır. Pancaroğlu (2007), araştırmasında, kayıtsız bağlanma stiline sahip kişilerin, ilişkilerinde, yüksek düzeyde düşmanlık ve soğukluk gösterip duygusal ilişkiye girme ve kişisel ilişkilerde sıcaklık ve samimiyet gösterebilmelerinin düşük olduğunu, çatışma sırasında daha az taviz verme eğiliminde olduklarını gözlemlemiştir. Bu çalışmaların, araştırma bulgularında elde edilen kayıtsız bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin çatışma sırasında zorlayıcı davranış sergileyerek amaçlarını ilişkilerden daha fazla önemsedikleri, iş birliğine yanaşmadıkları, rekabetçi bir anlayışla problemi çözmeye çalıştıkları sonucuyla örtüştüğü söylenebilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Elde edilen bulgular ışığında; üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin, yaşadıkları stresli durumlarda ya da çatışmalarda etkili olabileceği dikkate alınmalıdır. Bu kapsamda psikolojik danışmanlar, psikologlar ve sosyal hizmet uzmanları öğrencilerin psikososyal sağlıkları için bu etkenleri araştırıp kendi ve başkaları modelleri için bir çerçeve oluşturarak doğru müdahale ve teknikleri oluşturabilirler. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin, yaşadıkları stresli durumlarda ya da çatışmalarda etkili olabileceği dikkate alınmalı, bu kapsamda psikolojik danışmanlar, psikologlar ve sosyal hizmet uzmanları öğrencilerin psikososyal iyilik halleri için bu etkenleri araştırarak doğru müdahale ve teknikler geliştirmelidirler.

Öğrencilerin aldıkları eğitim içeriğinin stresle başa çıkma ve çatışma çerçevesinde güncellenerek kişilerarası ilişkilere, insan haklarına, sosyal adalete önem veren bir yapıda olmasına özen gösterilebilir. Öğrencilere etki eden biyopsikososyal faktörler üzerine odaklanılması, öğrencilerin sosyal işlevlerinin geliştirilmesi ve gereksinim duyulan hizmetlerden yararlanmaları, okula düzenli devamlarının sağlanması, akademik başarısızlık risklerinin azaltılması, erken dönemde bazı nedenlerle eğitimlerinin yarıda bırakılmasının önlenmesi gibi süreçlerin daha işlevli hale getirilmesi için okul sosyal hizmetinin uygulamaya geçirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bundan hareketle ve araştırma bulguları ışığında, uygulama sürecinde okul sosyal hizmet uzmanlarının, kapsamlı ve bütünleştirici bir bakış açısıyla eğitim programlarını ve müfredatı değerlendirmesi, kişilik gelişimi, davranış problemleri için terapötik müdahale ve çatışma çözme konularında öğrencilere danışmanlık vermesi ve bu konularda politika geliştirmesine zemin hazırlanmalıdır.

KAYNAKLAR

- Ainsworth, M. D. S., Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49–67.
- Altundağ, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tutumları ve stresi algılama düzeyinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Azman, F. (2016). *Sayısal ve sözel bölümlerde lisans eğitimini tercih etmiş öğrencilerin bağlanma stili farklılıkları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Baum, A., Grunberg, N. E. (1991). Gender, stress and health. *Health Psychology*, 10(2), 80-85.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-373.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (25. baskı). Ankara: Pegem Akademi.

- Büyükşahin, A. (2001). *Yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cassidy, J., Jones, J. D., & Shaver, P. R. (2013). Contributions of attachment theory and research: A framework for future research, translation, and policy. *Development and Psychopathology*, 25(4pt2), 1415–1434.
- Chen, A. (2019). *The attachment theory workbook: Powerful tools to promote understanding, increase stability & build lasting relationships*. Althea Press.
- Clymer, S., Ray, R., Trepper, T., Pierce, K. (2006). The relationship among romantic attachment style, conflict resolution style and sexual satisfaction. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 5(1), 71-89.
- Corcoran, K. O., Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling and Development*, 78, 473-483.
- Çakmak-Tolan, Ö. (2021). Predictive role of attachment styles and personality traits in marital adjustment. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(43), 6091-6118. DOI: 10.26466/opus.926516
- Çelik, Ş. (2004). *Bağlantı yönelimli psikoeğitim grup programının saplantılı bağlanma biçimine sahip üniversite öğrencilerinin bağlanma biçimleri üzerindeki etkisi* (Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çetin, N. (2015). *Üniversite I. sınıf öğrencilerinin anne-baba ve arkadaşlarına bağlanma biçimleri ile romantik ilişkilerinde sorun çözmeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çiftçi, P. M. (2002). *Bir grup lise öğrencisinin stresle başa çıkma yolları ile strese karşı dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- David, M. H., Morris, M. M., Kraus, L. A. (1998). Relationship specific and global perceptions of social support: Associations with well-being and attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 468-481.
- Deisinger, J. A., Casisi, J. E., Whitaker, S. L. (1996). Relationships between coping style and PAI profiles in a community sample. *Journal of Clinical Psychology*, 52(3), 303-310.
- Demir, S. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile kaygı düzeyleri ve yetersizlik duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Emir, S. H. (2014). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile stresle başa çıkma biçimleri, kendilik algıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60-74.
- Flynn, S. M., Schipper, J. L., Roach, A. R., Segerstrom, S. C. (2009). Gender differences in delayed-type hypersensitivity response: Effects of stress and coping in first-year law students. *Brain, Behavior and Immunity*, 23, 672-676.
- Folkman, S., Lazarus R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Gibson, T. (2020). *Attachment theory: A guide to strengthening the relationships in your life*. Rockridge Press.
- Grossman, K. E., Grossman, K. (1991). *Attachment quality as an organizer of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective*. London: Tavistock/Routledge.
- Howard, M. S., Medway, F. J. (2004). Adolescents' attachment and coping with stress. *Psychology in Schools*, 41(3), 391-402.
- Josselson, R. (1988). The embedded self. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (188-210). New York: Wiley.
- Kaplan, A. G., Klein, R., Gleason, N. (1985). *Women's self-development in late adolescence*. Wellesley, MA: Stone Center for Developmental Services and Studies, Wellesley College.

- Kara, Y. (2022). Kadınlara yönelik şiddetin karşılaştırmalı bir analizi: Cadı avlarından Türkiye’deki kadın cinayetlerine. *International Journal of Social Inquiry*, 15(1), 69-84. DOI: 10.37093/ijisi.937007
- Kara, Y. (2020). Pandemi sürecindeki öğrenci deneyimleri: Bakırköy ilçesi örneği. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(7), 165-176.
- Kara, D. (2016). *Psikoloji öğrencilerinde stresle başa çıkma stratejileri, olumsuz otomatik düşünceler ve depresyon belirtileri ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karadağ, E., Tosun, Ü. (2014). Çatışma eylem stilleri ölçeği [ÇESÖ]: Türkçe’ye uyarlanması dil geçerliği ve ön psikometrik incelemesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 34(1), 45-69.
- Kararımak, Ö., Duran, N. O. (2008). Gender differences in attachment styles regarding conflict handling behaviors among Turkish late adolescents. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 30(4), 220-234.
- Kenneth, W., Thomas, G. (2008). Conflict styles of men and women at six-organization level. *International Journal of Conflict Management*, 14(2), 1–38.
- Keskin, G., Çam, O. (2008). Ergenlerin ruhsal durumları ve anne baba tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9, 139-147.
- Kimberly, F., Mark, B., Emmeline de, P., Kerrilynn, H., Hannah, F. (2014). Differences between male and female communications and conflict management styles in virtual teams. *Journal of Management and Marketing Research*, 17, 1–6.
- Kobak, R. R., Sceery, A. (1988) Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation and representations of self and others. *Child Development*, 59(1), 135-146.
- Konyalıoğlu, A. P. (2000). *Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki, bağlanma tarzları ve kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Leondari, A., Kiosseoglou, G. (2000). The relationship of parental attachment and psychological separation to the psychological functioning of young adults. *Journal of Social Psychology*, 140, 451-466.
- Monteoliva, A., Garcia-Martinez, J. M. A. (2005). Adult attachment style and its effect on the quality of romantic relationships in Spanish students. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 745-747.
- Ognibene, T. C., Collins, N. L. (1998). Adult attachment styles perceived social support and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 323-345.
- Oral, A. (1994). *Ergenlikte stres kaynakları ve baş etme yolları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özer, İ. (2001). *Ergenlerin stres yaşantılarında kullandıkları başa çıkma stratejilerinin benlik imajı ile ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Pancaroğlu, S. (2007). *The relationships of attachment styles and conflict behaviors among male and female university students* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Perrine, R. (1999). Stress and college persistence as a function of attachment style. *Journal of The First Year Experience and Students in Transition*, 11(1), 25-38.
- Pistole, M. C., Arricale, F. (2003). Understanding attachment: Beliefs about conflict. *Journal of Counseling and Development*, 81, 318-328. doi:10.1002/j.1556-6678.2003.tb00259.x
- Rapoza, A., Yalçınkaya, A. (1998). Do attachment styles change culturally? *Science News*, 9, 136-142.
- Scharfe, E., Bartholomew, K. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationship*, 1(1), 23-43.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201-228.
- Schottenbauer, M. A., Klimes-Dougan, B., Rodriguez, B. F., Arnkoff, D. B., Glass, C. R., Lasalle, V. H. (2006). Attachment and affective resolution following a stressful event: General and religious coping as possible mediators. *Mental Health, Religion and Culture*, 9(5), 448-471.
- Schudlich, T., Stettler, N., Stouder, K., Harrington, C. (2013). Adult romantic attachment and couple conflict behaviors: Intimacy as a multi-dimensional mediator. *Interpersona*, 7(1), 26-43. doi:10.5964/ijpr.v7i1.107

- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157.
- Softa, H. K., Karaahmetoğlu, G. U., & Çabuk, F. (2015). Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(4), 1481-1494.
- Soygüt, G. (2004). Bir düzeltici bağlanma ilişkisi olarak psikoterapi: Psikoterapi süreçlerinde bağlanma ve terapötik ittifak. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(7), 63-77.
- Sümer, N., Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şahin, N. H., Durak, A. (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.
- Şanlı-Kula, K., Saraç, T. (2016). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(33), 227-242.
- Şeker, G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stillerinin ve yaşam doyumlarının incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Terzi, Ş., Çankaya, Z. C. (2009). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1-11.
- Topal, M. (2011). *Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stilleri ile pozitif ve negatif duygu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Türküm, A. S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(18), 25-34.
- Waithaka, A. G. (2015). Influence of conflict resolution training on conflict handling styles of college students. *Journal of Higher Education*, 28, 1-17.
- Wilkinson, R. B., Walford, W. A. (2001). Attachment and personality in the psychological health of adolescents. *Personality and Individual Differences*, 31, 473-484.
- Yamaç, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yasin, M., Khalid, S. (2015). Conflict management styles: A study of organizational politics among professionals. *Journal of Political Studies*, 22(2), 697-710.
- Yılmaz, B. (2007). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Young, M., Riggs, S., & Kaminski, P. (2017). Role of marital adjustment in associations between romantic attachment and coparenting. *Family Relations*, 66(2), 331-345.

Extended Abstract

The aim of this research study is to examine the effects of university students' attachment styles on their ways of coping with stress and conflict activity styles. The study consisted of a sample of 847 students from the Departments of Medicine, Physiotherapy and Rehabilitation, Social Work, Psychology, Law, Sociology, History, Turkish Language and Literature, Theology, Architecture and Engineering at 83 universities throughout Turkey. Regression analysis was used to test correlations between attachment styles, coping styles, and conflict activity styles. During the data collection period, 847 university students were reached. The average age of university students participating in the research is 22.0. 50.9% (n=431) of the participants were female and 49.1% (n=416) were male. The results of the study indicated that positive relationship was found between fearful attachment and the helpless coping with stress style and the avoiding activity style. A positive correlation was found between preoccupied attachment style and the helpless approach and seeking of social support. A negative link was found between dismissing attachment styles and a helpless approach, seeking of social support, and a significant positive correlation was found between dismissing attachment styles and the forcing conflict activity style. In this study, a positive and significant relationship was found

between secure attachment style and optimistic approach, seeking social support coping with stress styles, and smoothing and forcing conflict activity styles. It is seen that individuals with secure attachment style use coping styles such as seeking social support more in coping with stressful events they encounter in life. Securely attached individuals view conflicts as less threatening during conflicts and tend to protect relationships during conflicts, as they perceive the relationship as a safe place for exploration. In this study, a positive and significant relationship was found between the preoccupied attachment style and the helpless approach, seeking social support and the avoidant conflict action style. Individuals with an obsessive attachment style have a negative approach to coping strategies in stressful situations. Because individuals with an obsessive attachment style have a negative 'me' perception while they have a positive 'other' perception. For this reason, individuals with an obsessive attachment style constantly seek support from others (the other) because they find themselves 'worthless', and they need the other's approval, support and love. This information supports university students with the preoccupied attachment style mentioned in the research findings to show the helpless approach as a way of coping with stress. In addition, people with an obsessive attachment style have a structure that can rely heavily on the outside world due to their negative self-positive perception of others. In this study, a positive and significant relationship was found between fearful attachment style and helpless approach style and avoidant conflict action style. Individuals with a fearful attachment style do not trust themselves and others in the face of stressful situations, and they tend to deny the problem, avoid it, or show a helpless approach to this problem. In another research found a significant relationship between fearful attachment style and avoidance of dealing with problems, one of the ways of coping with stress. Consistent with this research, also found a significant relationship between fearful attachment style and escape/abstraction coping attitude in their study. In the research findings, it was concluded that university students with fearful attachment style tend to feel trapped and show a helpless approach in the face of a stressful situation. In this research, there was a negative correlation between dismissive attachment style and helpless approach and seeking social support. On the other hand, a significant positive correlation was found between the compulsive conflict activity style. Individuals with a dismissive attachment style tend not to share their feelings and thoughts with the people around them because they have a positive self-negative perception of others. For this reason, it is thought that in order to cope with any stressful situation, they prefer to solve the problem with their own efforts instead of getting help from others. However, it is also known that these individuals can show a helpless approach in the face of stressful situations, they can be quite weak in coping with a stressful situation, and they can become anxious and angry in such situations. Care can be taken to ensure that the educational content of the students is updated within the framework of coping with stress and conflict, and that it gives importance to interpersonal relations, human rights and social justice. It is of great importance to implement school social work in order to focus on the biopsychosocial factors affecting students, to improve the social functions of students and to benefit from the services they need, to ensure their regular attendance at school, to reduce the risks of academic failure, to prevent the interruption of their education due to some reasons in the early period, and to make school social work more functional. Based on this and in the light of research findings, during the implementation process, school social workers should evaluate the education programs and curriculum with a comprehensive and integrative perspective, provide counseling to students on personality development, therapeutic intervention for behavioral problems and conflict resolution, and develop policies on these issues.

