**BAĞLANMA VE BAĞLANMA BİÇİMLERİ**

Bağlanma, bebek ve anne arasında kurulan, annenin bebeğe karşı tutumuyla şekillenip bebek için anlamlı hale gelen ilişkidir. Bağlanma kuramı, insanların kendileri için önemli olan diğer kişilerle güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır (Solmuş, 2002; Kesebir, vd., 2011, Morsünbül ve Çok, 2011). Bağlanma kuramı, insan üzerindeki en önemli perspektiflerden biridir. İnsanın arkasındaki mekanizmaları anlamayı amaçlayan bu kuram, gelişme, korunma ve güvende hissetmenin en temel ihtiyaçlar olduğunu ileri sürer. Çevredeki bilgilerin işlenmesi ve sistemin etkinleştirilmesi bazı bilişsel mekanizmalar kullanılarak yapılmaktadır ve bağlanma stilindeki bireysel farklılıklar da bu nedenle ortaya çıkmaktadır (Bowlby, 1973). Bağlanmanın biçimi de bu tanıma göre değişmektedir. Türe özgü olarak ele alınsa da tüm canlılar için geçerlidir. Anne-bebek (bakım veren) ilişkisinin temel bileşenlerindendir. Bu kişi her zaman biyolojik anne olmayabilir. En geniş tanımıyla bakım veren kişidir ve bebeğin bağ kurması için ihtiyaç duyduğunda onunla ilgilenen, bakan ya da ihmal eden kişidir. Bağlanma, bakım veren kişi (bağlanma kişisi) ile bebeğin kurduğu bağı ifade etmektedir. Bebeklerin ihtiyaç ve isteklerini annelerinin karşılama düzeyleri ile bağlantılı şekilde, anneleri ile ilişki kurma çabalarında aktif rol üstlenmeleri, bağlanma sisteminin temellerinin atılmasını sağlamaktadır. (Cassidy ve Shaver, 2008; Mikulincer ve Shaver, 2007). Ayrıca bağlanma, bakım veren ve çocuk arasında gelişmekte olan, çocukların kendilerine bakan kişileri aramaları ve yakınlık arayışlarıyla kendini göstermekte olan, özellikle de stres halinde ortaya çıkan, devamlılığı olan dayanıklı duygusal bağ biçiminde de ifade edilmektedir (Ainsworth, 1997). Yaşamın ilk yıllarında yeni doğan ile bakım veren kişi arasında kurulan ilişki yaşam boyunca kurulan bağın niteliğinin bağlamında gelecekteki ilişkilerde ve duygusal gelişimde belirleyici özelliktedir. Anne çocuk ilişkisindeki eksiklikler veya aksamalar bağlanmayı olumsuz yönde etkilemekte olup bu olumsuz etkinin telafisi pek mümkün değildir. Bu nedenle aksamaya uğramış bir bağlanma süreci ve etkenleri sonraki gelişim basamaklarını da olumsuz yönde etkilemektedir (Kesebir vd., 2011).

Bowlby (1969) bağlanma kavramını bakım verene dönük yakınlığın sürdürülmesine yarayan içgüdüsel bir süreç veya bireylerin kendileri için önemli insanlara karşı geliştirdikleri kuvvetli duygusal bağlar şeklinde ifade etmektedir. Bağlanma, hayatın ilk günlerinde başlayıp çevre ile iletişim sonucunda gelişen; duygusal durumu ifade etmektedir.

İnsan yavrusunun diğer canlıların yavrularına göre daha olgunlaşmamış doğması nedeniyle doğumda yetişkinlerin koruması ve hayatta kalmaya özen göstermeleri gerekir. Doğal bir sonuç olarak bebekler, koruma ve bakım sağlamak için istekli olan yetişkinlere yakınlık sağlayan bir dizi davranış geliştirir; gülümseme, gevezelik etme, ağlama ve takip etme. Bu davranışlar, yaşamın ilk haftasında belirir ve ikinci yılın sonuna kadar devam eder (Bowlby, 1973). Bowlby (1982) bu bağlamda davranışsal sistemde, birincil bakıcı olarak tanımlanan figürün bebeğin dönüşebileceği fiziksel ve duygusal güvenli bir cennet olarak hizmet ettiğini savundu. Sıkıntıların yaşandığı zamanlarda destek ve rahatlık sağlanması; ve güvenli bir temel oluşturulmasıyla bebek dünyayı keşfedebilir ve öğrenebilir ve kendi kişilik gelişimini geliştirebilir. Bağlanma davranış sistemi, bir fiziksel, fizyolojik veya psikolojik tehdit algılanıyor ise - bir avcı, açlık, hastalık, bağlanma figürü ile çok uzak mesafe vs.- bağlanma biçimi bu motivasyonel sistem kullanılarak bebeği yakınlığı aramaya teşvik etmektedir.

Bağlanma, gelişen bir ilişki kalıbıdır. Bebeklik döneminde başlar ve yetişkinlikte devam eder(Bowlby, 1973). Her bağlanmanın klinik bulguları farklıdır. Ebeveynlik kalitesi, tarzı ve aile hayatı önemlidir. Olaylar ve bağlanma biçimi arasında güçlü bir ilişki vardır. Olumsuz yaşam olaylarıyla güvenli bağlanma bozulabilir (Klonken ve Bera, 1998). Bu nedenle, bazı araştırmacılar bağlanma biçimlerinin hem çocuklukta hem de yetişkinlikte değerlendirilmesi gerektiğini savunur; Bununla birlikte, bağlanma teorisyenleri, bağlanma biçimlerinin bebek ve bakım veren arasındaki erken dönem ilişki modelini yansıttığını ve çocuğun kimlik oluşumunda önemli bir rol oynadığını bu nedenle önemli ölçüde değişime uğramayacağını savunur. Bebeklik dönemi, sağlıklı gelişim açısından çok önemlidir. Bağlanma davranışı, anne için bebek, bebek için anne ile arasındaki bağın bir işlevi olarak, birçok içgüdüsel faktörün karşılanmasıyla ortaya çıkar ve bu bağlanmanın etksi iki aylık bebeklerde açık bir şekilde görülmektedir. Bu içgüdüsel faktörlerin karşılanması (bebek ve anne arasındaki gülme ve ağlama gibi yanısıra emme, yapışma ve izleme davranışları), yaşamın ilk yılı sırasında subjektif olarak olgunlaşır ve ikinci altı ayda anne üzerinde artan bir şekilde odaklanmaya ve onunla birleşmeye başlar (Bretherton,1985). Bağlanma konusunda çeşitli araştırmalar ortaya koyan kuramcılar (Ainsworth ve Bell, 1970; Bowlby, 1969; Fonagy, 1991) bebeklerin 3 yaşa kadarki dönemde yakın çevrede olan kişiler ile kurdukları ilişkilerin, ileriki yaşlarda oldukça önemli sonuçları olduğunu ifade etmektedirler. Ainsworth ve Bell (1970), çocuktaki bağlanma biçimlerinin yetişkinlikteki etkisi ile ilgili yaptığı çalışmalarda, bağlanmanın bireyin hayatı boyunca devam ettiğini öne sürmektedirler. Erken çocukluk döneminde ayrılıklara verilen tepkilerin anlamlandırılması sayesinde bağlanma biçiminin nasıl olduğu konusunda fikir edinilebileceğini ifade etmişlerdir. Bebek bakım veren kişiden ayrılmaya başladığında yakınlığın sürdürülmesi için bazı davranışsal sistemleri harekete geçirmektedir. Bu bağlanma davranışı, bebeklikten itibaren oluşan ve hayat boyu şekillenerek ve çeşitlenerek süre giden bir yapıdır(Bowlby, 1980). Bağlanma kuramcılarına (Ainsworth, 1963,1976; Bowlby, 1982) göre çocuğun bakım veren ile kurduğu yakınlık ve bakım verenin çocuğa etkili bir şekilde duyarlılık göstermesi, çocuğun çevresini keşfetmesi için güvenli bir alan oluşturmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2007). Bowlby’nin (1969) bağlanma kavramı, bireylerin ait olma ve güven ihtiyacı nedeniyle yakın ilişkide oldukları kişilerle kurdukları derin duygusal bağı tanımlar. Bebeklik döneminde gelişen ve yetişkinlikte devam eden ilişki modelidir (Bowlby, 1973). Her bağlanma stilinin klinik belirtileri farklıdır ve kolayca gözlemlenebilir, ancak nesnel olarak ölçülmesi güçtür. Ebeveynlik tarzının kalitesi ve diğer önemli kişilerin kalitesi ve aile yaşamı olayları, bağlanma stili ile güçlü bir şekilde ilişkilidir. Erken gelişebilen güvenli bir bağlanma örneği olumsuz hayat olaylarına ve duygudurum bozukluklarına tepki olarak iyileşir (Klonken ve Bera, 1998). Bu nedenle, bazı araştırmacılar bağlanma stillerinin hem çocukluk hem de yetişkinlik döneminde değerlendirilmesi gerektiğini öne sürmüşlerdir (Main, 1985); Bununla birlikte, bağlanma teorisyenleri, bağlanma kalıplarının çocuğun bakıcıyla olan erken ilişki örüntüsünü yansıttığını, bunun da çocuğun kimlik oluşumunu ve önemli diğerleri hakkındaki inançlarını etkilediğini ve bu nedenle zamanla önemli ölçüde değişmediğini savunmaktadır (Ainsworth, 1989; Sund ve Wincstrom, 2002). Diğer bir deyişle, önemli kişilerle yakın ilişki kurma ve destekleyici bir ilişki kalıbı oluşturma kabiliyeti yaşam boyunca devam eder. Bir bireyin bağlanma biçimi, annenin ve çocuğun kişilik özelliklerine (örn., Mizaç) ve ana-çocuk ilişkisinin doğasından etkilenir. Mizaç özellikleri, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini etkileyerek güvenli bağlanmayı güvensiz bağlanmaya karşı ayırt etmektedir (Mangelsdorf ve Frosch, 1999). Ebeveyn ile bebek arasındaki ilişkinin en temel etmeni güvendir.

Uzun süredir, insanlar yalnızca bir 'bağlanma ilişkisinin' önemi olduğuna inanıyorlardı: çocuğun ve 'birincil' bakıcı arasındaki ilişkinin önemine... Ancak araştırmalar bebeklerin ve küçük çocukların, etkileşimde bulunduğu yetişkinler (ve çocuklar) ile eş zamanlı olarak ilişki yayılımı buldular (Bretherton, 2010; Easterbrooks ve Goldberg, 1990).

**TARİHSEL GELİŞİM**

Bağlanma teorisi John Bowlby (1907-1991) ve Mary Salter Ainsworth'un ortak çalışmaları üzerine kurulmuştur.(1913-). Gelişimsel geçmişi 1930'lu yıllarda Ainsworth'un güvenlik teorisine olan ilgisi Bowlby'nin maternal kayıp veya yoksun bırakma ile daha sonraki kişilik gelişimi arasındaki bağa artan ilgisi ile başlar. Bowlby'nin ve Ainsworth'un işbirliği 1950'de Bowlby ilk planını formüle ettikten sonra çok daha yaratıcı aşamasına girdi. Bağlanma teorisinin, etoloji üzerine çizim, kontrol sistemleri kuramı ve psikanalitik düşünce, ve Ainsworth Uganda’yı ziyaretinden sonra, bebek annesinin ilk ampirik bağlanma kalıpları çalışmasını gerçekleştirdi. Bu makale Bowlby’nin ve Ainsworth'un bağlanma kuramıyla ilgili ayrı ve ortak olan kısımlarına pek çok teorisyen ve araştırmacı da katkıda bulunmuştur.

Bağlanma kuramı, en etkili teorik çerçevelerden biridir. İnsan davranışını etkili bir biçimde açıklar ve tahmin etmek için geniş bir potansiyel sunar. Tüm bu açıklamaları bakım verenlerle geliştirilen erken tecrübelere dayandırır. John Bowlby (1973), bağlanma sisteminin doğuştan ve evrimsel olarak uyarlanmış olduğunu savundu çünkü bebeğin kurduğu bağ hayatta kalmasını sağlamaktadır.

Evrimleşmiş bir motivasyonel sistem olarak bağlanma John Bowlby'nin (1969,1982) öncülüğünde bağlanma teorisi, bugüne kadar çocuk bakıcı ilişkilerinin doğası ve gelişiminin en kapsamlı açıklamasıdır. Buna ek olarak, kişilik gelişiminin karmaşık bir teorisini içine alır ve toplumsal uyum, duygu düzenleme, çift ilişkiler ve psikopatoloji araştırması için birçok etkiye sahiptir (Cassidy ve Shaver 1999). Bağlanma teorisine göre, bebekler bakım verenlerle seçici duygusal bağlar kurmak için doğuştan motive edilir ve onlara yakınlık aramak ve sürdürmek için kendi davranışlarını organize eder. Bağlanma böylece doğuştan olarak kavramsallaştırılmıştır.

Davranışçı motive edici sistem, çocuğu tehlikeye karşı korumak için bakım veren kişiye çocuğu teşvik etmeyi motive eder. Bağlanma sistemi insanoğlunun evrensel bir özelliğiyken, gerçek bağlanma ilişkilerinin organizasyonunda çok fazla bireysel farklılık vardır. Bu varyasyonun sistematik çalışması, Ainsworth vd.'nin çalışmasıyla başlamıştır(1978). Erken tecrübeyi takiben, bebekler bakıcı bulma durumunu en üst düzeye çıkarmak için bakım uyandırma davranışlarını ayarlar; kaygılı, endişeli bakım arayışından görünüşte ayrılmış ve mesafeli davranışlara kadar uzanan nihai kalıplar kültürlerarası olarak bulunur (van IJzendoorn , Sagi 1999) ve anne-bebek ilişkilerini organize etmenin temel insani yollarını temsil eder gibi görünmektedir ( Suomi, 1999). Bağlanma ilişkilerindeki bireysel farklılıklar, çocuğun sosyal ve duygusal gelişiminde derin sonuçlar doğurur; bu farklılıkların nedenlerini, gelişimsel sonuçlarını ve değişim mekanizmalarını belirlemek için pek çok araştırma yapılmıştır.

Bowlby, anne ve çocuğu (günümüzde bu ilişkiye baba da dahil edilmiştir.) birbirine geçişken ve kendini düzenleyen bir sistemin katılımcıları olarak tanımlamıştır. Bu system içindeki anne ve çocuk arasında oluşan bağ karmaşık bir sistem olan ilişkinin yalnızca bir parçasıdır. Bağlanma kuramı etoloji ve gelişim psikolojisi perspektifi içeren sistemik ve psikanalitik yaklaşımları birbirine bağlar. Bağlanma kuramının temeli çocuğun duygusal gelişimindeki erken dönem etkilere odaklanmaktır. Bireyler arasında tüm yaşamları boyunca ortaya çıkan güçlü duygusal bağlanımların ortaya çıkışını ve değişimini açıklayabilmektir.

Bowlby’ye göre bağlanma kuramı; insan olarak bizlerin diğer insanlara güçlü duygusal bağlar geliştirme eğilimimizi bir konsept içine taşımayı amaçlar. Bağlanma, bir insanın başka bir insana kendini bağlantılandırdığı ve birbiriyle zaman ve mekan aşan bir bağ kurduğu duygu taşıyıcı bir banttır. Birden fazla kişiye bağlanılabilir ancak onlarcasına değil. Ruhsal ve bedensel acılar, bağlanmanın açık göstergeleridir. Bağlanma duygusal gelişimi zorunlu kılar. Ayrılık kaygısı ve genel olarak kaygı, bağlanma ihtiyacını aktive eder, güçlendirir. Bağlanma davranışı kendimizden daha güçlü ve daha akıllı olarak alımladığımız ve tercih edilmiş olan kişiyle yakınlık ve ilişkisellik üretme amacında olan her türdeki davranış formudur. Ağlamak ve çağırmak, aramak, peşinden koşmak, sürekli askıntı olmak, paçasına yapışmak ve protesto etmek gibi. Artan yaşla birlikte bağlanma davranışı türlerinin sıklığı ve yoğunluğunda azalma olur. Ama bağlanma ihtiyacı temel olarak varlığını sürdürür. Yetişkinlerde, bağlanma davranışı türleri, eğer kişi mutsuz, hasta ya da kaygılı/korkulu ise daha bir belirginleşir. Bu seçenekler kişinin çocukluk deneyimleriyle bağlantılıdır. Her yaştan insan için geçerli kural herhangi bir zorluk/ tehlike vs. ortya çıktığında sosyal desteğe sahip olan, hayatında aradığı güveni sunan insanlar bulunanlar hem mutlu hem de kendini gerçekleştirebilenlerdir. Arzuları engellenen bir çocukta öfke çıkar. Kaygısı, güvensiz ilişkilerle artar. Aradığı desteği ve güveni ardında bulduğunda dünyayı keşfe başlar.

**BAĞLANMA VE BAĞLANMA BİÇİMLERİ**

Bağlanma teorisinin temel özellikleri aşağıdaki gibi özetlenmiştir (Bowlby, 1987; Weiss, 1991).

(a) Lorenz'in kuşlar ile çalışmaları ve Harlow'un maymun çalışmaları ile

maymunların (Harlow, 1958) anne-bebek ilişkisi mutlaka besleyerek aracılık edilmez. Bowlby birincil bağlanma ana evrimsel işlevi olan yaklaşık yedi ay yırtıcılığa karşı koruma idi, insan yavrularında gelişme göz önüne alınarak.

(b) Bu bağlanma ilişkisi şu özelliklerle karakterize edilir:

yakınlık arayışı ', küçük çocuklarda bağlanmadan ayrılmak suretiyle ve

daha sonraki hayatı tehdit, hastalık ya da yorgunluk yüzünden.

aktive olmaktadır.

(c) Birey sıkıca bağlı hissediyor ve bebeklik döneminde ve erken çocukluk döneminde bağlanma şekli, kendisini güvende hissettiriyorsa ve keşfetme davranışı ortaya çıkıyor. Karşılıklı bir ilişki vardır. Bağlanma davranışında; arayan veya arama bir bağlanma figürüne tutunmak suretiyle gerçekleşir.

(d) Bir kişinin bağlanma nesnesinden ayrılması nesnel bir ayrıma yol açar - hangi çaba, genellikle kızgın ya da şiddetli olmak, yeniden birleşme yolunda götürür? Sürekli ayrılma, yani kaybetme, bir kişinin kendini güvende hissetme ve ortamı keşfetme kapasitesini düşürür.

(e) Birey kendisine bir harita belirler: nerede olduğunu ve muhtemel etkileşimli bağlanma şekilleri arasındaki kalmaya çalışır.

(f) Bağlanma dinamiği (Heard , Lake, 1986) çocukluk dönemiyle sınırlı değil, aynı zamanda dışarı yaşam ortamı ve yetişkinlikte de mevcuttur. Ayrılmaya kalkışma, ancak olgunlaşmışsa “olgunlaşmışlık "(Fairbairn, 1952) veya duygusal özerklik " devreye girer(Holmes ,Lindley, 1989).

Bağlanma, çocuk ile bakım veren kişi arasındaki ilişki kapsamında, çocuğun birincil bakım veren kişiye olan yakınlık arayışı ile kendini gösteren, stresli durumlarda önem kazanan, tutarlı ve sürekli duygusal bağdır(Thompson, 2002; Aktaran: Kesebir vd. , 2011). Bireylerde yakınlık aramaya ve yakın ilişkiler kurmaya yönelik evrensel bir eğilim vardır ve bu eğilim bebeklikle başlayarak devam eder (Bowlby, 1958; Aktaran: Kesebir vd., 2011). Evrimsel bağlamda ana işlevi korunma olan birincil bağlanma ilişkisi yedinci ay civarlarında gelişip yakınlık arayışı ile belirginleşir ve güvenli yer olgusu ile son bulur (Lamb vd., 2002; Aktaran: Kesebir vd., 2011). Bağlanma sisteminin amacı bakım ve yakınlığın devamlılığını sağlamaktır. Bağlanma ilişkilerinin niteliği bebeğin bağlanacağı kişiyi güvenli kaynak olarak görme derecesine bağlıdır (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978). Bowlby (1982), bağlanma davranışının altında etkili olanın temel kontrol mekanizmaları olduğunu ve bunların da iki mekanizma sisteminden oluştuğunu savunmuştur. Kontrol mekanizmasının birinci sistemi; bağlanma figürünün, çocuğun psikolojik ve de fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmasında uygun ve yeterli olabilmesidir. Aynı zamanda da bağlanma figürünün çocuğa gösterdiği değer ve çocuk için ulaşılabilirliğidir. Eğer bağlanma figürü çocuk için ulaşılabilir olursa, çocuk hissedilen güvenliği algılayarak güvenli davranabilir ve çevresini keşfetmeye odaklanabilir. Kontrol mekanizmasının ikinci bağlanma sistemi ise, çocuğun bağlanma figürünü ulaşılamaz ve uzak olarak algılaması ve kendisini ya da bağlanma figürü ile olan ilişkisini tehditkar algılamasıdır. Böyle bir durumla karşılaşmak çocuğun kaygılanmasına neden olur. Bunun sonucunda da çocuk üzüntü ve güvensizlik hissederek bağlanma figürüyle olan yakın ilişkisini tekrar kurabilmek için harekete geçer. Çocuk, bağlanma figürüyle olan yakın ilişkisini tekrar kurup güvenli alanını oluşturabilmesi için bağlanma davranışının dayandığı kontrol mekanizmalarını ve altındaki davranışsal örüntüleri kullanır(Bowlby,1982). Bağlanma ilişkisindeki yaşantılarda çocuk, bağlanma figürüne karşı aktif olarak yakınlık aramayı etkinleştirir veya bağlanma davranışını bastırır (Fraley ve Spieker, 2003). Bowlby, gereksinim duyduğu her an ulaşabileceği bir bağlanma figürüne sahip olan bireylerin, böyle bir figürden yoksun olan bireylere göre daha az korku ve endişe duyduklarını belirtmiştir. Sıcak ve sevgi dolu annelere sahip çocuklar kendilerini sevgiye layık görürler ve diğer insanları güvenilir insanlar olarak algılarlar. İlk bağlanmalarında bazı sıkıntılarla karşılaşan çocuklar daha karamsar ve çevredekileri düşmanca algılama eğilimindedirler (Erikson,1968). Ayrıca bu çocuklar kendilerini başkaları tarafından sevilme konusunda yetersiz olarak görürler. Güven duygusundan yoksun çocuklar endişeli, yalnız ve ilişkilerinde başkalarına bağımlı bireyler olarak yetişmektedirler(Skolnick, 1986).

Bağlanma kuramına göre bağlanma; gelişimsel olarak aşağıdaki süreçlerden geçer;

1. Çocukların genetik yapıları ve onların bakıcıları ile ilişkileri ilk beş

yıl içerisinde farklı bağlanma biçimlerinin gelişmesini ve kazanılmasını

sağlar.

2. Bakıcı ile çocuk arasındaki bağlanma etkileşimleri çocuklar

tarafından gelecekteki ilişkilere de yansıyacak şekilde içselleştirilir.

3. Bunlar, bebeklikten, çocukluğa, ergenliğe, yetişkinliğe ve yaşlılığa

aktarılır.

4. Ebeveynlerden çocuklara kuşaklar arası aktarılan bağlanma

stratejileri, kişinin kendi ebeveyn bağlanma temsilleri olarak, ebeveyn

davranışları içerisinde sıklıkla ortaya çıkabilir. (Ammaniti, Van Ijzendoorn, Speranza ve Tambelli, 2000)

Ainsworth ve Bell (1970)’e göre, bebeğin büyüdüğü çevrede gerçek bir dış tehdit veya bağlandığı nesnelerden uzun süreli ayrı kalma durumu gibi tehdit edici uyaranlar varsa bu bağlanma davranışının biçimini değiştirir. Bağlanma nesnesinden uzun süre ayrı kalınması durumu bebekte bağlanma davranışını oldukça azaltmakta hatta yok olma düzeyine indirmekte ama tekrar bir araya gelindiğinde bağlanma davranışlarının tekrar artmasına yol açmaktadır. Ainsworth ve Bell (1972), bebeklerin ağlaması üzerine annelerinin ne kadar ulaşılabilir olduğu ve annelerin bu ağlamaya nasıl tepki verdikleri üzerine yaptıkları çalışmalarında, bebeklerine ilk aylarında daha yumuşak davranan ve olumlu duygularını göstererek bebeğini tutan, annelerin ilk yılın sonunda bebeği ile daha az fiziksel etkileşimde bulunmalarına rağmen bebeğin bundan hoşnut olabildiği ve kendi başına keşiflerine devam edebildiğini gözlemlemişlerdir. Bunun aksine, erken dönemlerde, bebeklerini görece daha kısa sürelerle tutan, annelerin bebeklerinin, bir yaşına geldiğinde kucaktayken hoşnutsuzluklarını çok fazla belirtmemelerine karşın yere bırakıldıklarında keşif davranışlarını ve bağımsız eylemlerini sürdüremedikleri gözlenmiştir. Bu çalışmada huysuz, talepkâr ve kontrol etmesi güç olan bebeklerin annelerinin bu bebeklerin sinyallerine daha az duyarlı oldukları saptanmıştır. Bebeklerin sinyallerini daha dikkatli ve duyarlı okuyabilen annelerin bebeklerinin daha az ağladığı ve ağlama süresinin daha kısa olduğu bulunmuştur.

Bowlby (1980), ebeveynlerin çocuklarının bakım, korunma, keşfetme ve güven ihtiyaçlarını karşılamadıklarında çocukların bazı savunma davranışları geliştirdiğini ifade etmektedir. Bu durumlarda çocuklar yalnız hareket etmeyi tercih ederler ve hiçbir konu hakkında merak belirtisi göstermezler. Çocuğun bilinçli olarak tercih ettiği bu durum, çocuğun ihtiyaçları karşılanmadığı için kendini kötü olarak nitelendirmesine neden olur. Çocuğun bakımının üstlenen kişiler tarafından karşılanmaması çocuğun bağlanma figürüne ve kendisine karşı olumsuz değerlendirmeler yapmasına neden olur. Bu durum çocuğun başkalarının ve kendisinin davranışlarını değerlendirme yetisini de olumsuz etkiler (Easterbrooks ve Goldberg, 1990).

Bowlby, küçük çocukların süreklilik içeren bir yitirme/kaybetmeye dair acı ve yas deneyimlerini irdeler.bu deneyimlerin sonucu olarak üç tipik tepki gözlemler; protesto, çaresizlik ve ayrılık. Protesto, çocuk tehdit edici ayrılığın farkındadır. Ağlama, öfke, ebeveyni arama, başkalaryla bedensel temas kurmama davranışları sergiler. Çaresizlik, aktivitelerden geri çekilme, monoton ağlamalar, hüzün, diğer çocuklara ve sevdiği oyuncaklara agresif davranışlar sergileme. Ayrılık, toplumsallığa geri dönüş, ilişkisellik tekliflerini (artık) reddetmeme, temel ilişki nesnesine aşırı ve sapkın davranışlar sergileme.

Bebek bağlanma figürüne ihtiyaç duyduğu bir anda ulaşamadığında protesto davranışı gösterir. Bağlanma sistemi ve arama sistemi antagonistik olarak çalışır. Ne zaman bir çevre içinde tehdit algılanırsa, bağlanma sistemi etkinleştirilir ve bebek keşif davranışını durdurur ve yakınlık- güvenli bağ arayışına girer. Bağlanma şekli bebeğe destek ve konfor sağladıktan sonra, bağlanma sistemi aktif olmak için ele geçirir ve keşif sistemi aktif hale gelir bebeğin ortamı güvenli bir şekilde ve özgürce araştırıp etkileşime girmesini sağlar (Sroufe , Waters, 1977).

Anna Freud'un bebeklerin yas tutamayacağı konusundaki görüşleri

yetersiz ego gelişimi ve dolayısıyla tecrübe ile bakım veren olmadığında ayrılık anksiyetesinden bahsetmemektedir yedek bakım verenin yeterliliğinden bahseder. Buna karşılık Bowlby (Marris, 1958), yas ve yas süreçlerinin bağlanma davranışları her çocukta ve yetişkinde görülür, etkinleştirilir ancak bağlanma biçimi kullanılamaz olmaya devam eder. Ayrıca, derin ilişkiler kurmanın yetersiz olduğunu ileri sürdü. Başkaları ile birlikte, yedeklerin ardalanması çok sıktır. Bowlby (Bowlby ve Parkes, 1970) için de ayrılma evreleri Robertson'ın küçük çocuklar için tasvir ettiği yetişkinlik döneminde dört aşamalı üzüntü içerisine girmiştir: (a) hissizlik, (b) özlem ve protesto, (c) dağınıklık ve umutsuzluk, ve (d) yeniden örgütlenme

Ainsworth’e göre güvenli bağlanma biçimine sahip çocuklar annelerinin her zaman yanlarında olacaklarına ve stres durumlarında yardımcı olacaklarına emin olan çocuklardır. Anne çocuğun tepkilerine duyarlı, anında tepki veren ve teskin eden; çocuğun ilişki ihtiyacını kabul eden, ama çocuğun ilgisiçevredeki nesnelere yayıldığında da destekleyen sağlıklı bir bağlanmadır. Güvenli bağlanan çocuklar anneleri ayrıldığında tepki göstermelerine rağmen anneleri döndüğünde kolaylıkla yatışırlar. Keşfetme davranışlarına devam ederler. Ayrılık sonrası annelerini sıcak karşılayan veya yakınlık gösterildiği takdirde kolayca sakinleşen bebekler güvenli bağlanan gruptur. Kaygılı/ kararsız/ikircikli bağlanmada anneler kendilerine göre bir var olur bir yok olurlar. Bazen çok sıcak ve sevecen, anında ilgili, teskin edici ve bazen de reddedici, ilgisiz davranırlar. Bu çocuklar sürekli talepkar haldedirler ve askıntı olurlar. Yetişkinliklerinde genellikle çevrelerine ilgisiz ve duyarsızdırlar. Bağlanma davranışı sistemleri kronik olarak aktif haldedir. Deneylerde ve gözlemlerde yabancılara karşı çaresizlik davranışı içeren bir davranış örüntüleri vardır. Kaygı düzeyleri yüksektir. Bağlandıkları kişiden biraz uzak kaldıklarında çaresizlikleri, beceriksizlikleri ve güvensizlikleri ve öfkeleri(anneye karşı) ortaya çıkar ve sakinleştirilmeleri zordur. Bu çocuklar ve gelecekteki yetişkinlikleri güvensiz, ambivalanddır çünkü kişilik yapıları hem bir yakınlık arzusuyla dolu hem de kızgınlıkla doludur ve bu karışım onları ikircikli yapar. Anne ayrıldığında ağlamaya ve sıkıntı duymaya başlarlar. Bu çocuklar sıkıntı duyduklarında anne-babalarının karşılık vereceklerinden, yardımcı olacaklarından emin değildir. Bu belirsizlik yüzünden ayrılık anksiyetesi duymaya başlarlar. Keşfetme davranışını hemen durdururlar. Rahatlamakta zorlanan ve kararsızlık yaşayan bu bebekler kaygılı/kararsız bağlanan gruptur. Kaçıngan/güvensiz bağlanma çocuğa ilgi gösterilmeyen çocuğunda eğer annesini rahatsız etmezse kabul ve onay alacağını düşündüğü bu nedenle de yalnızlaşmalarının pekiştirildiği bağlanma türüdür. Yakınlık ihtiyaçlarına ebeveynlerce ket vurulmuştur. Kendilerini reddedilmiş hissederler. Reddedilmeye dair hiç göstermedikleri ve bir türlü ifade edemedikleri bir öfkeleri vardır. Genellikle bu öfkeyi gizleyen bir tavırları vardır. Çocuklar, annenin reddedici davranışını aynalamakta, kendisini korumak için anneden kopmaktadır. Fiziksel ve psikolojik yakınlıktan kaçınan bebekler ise kaçıngan bağlanan olarak tanımlanmıştır (Ainsworth, 1978). Hayatını, annesinin sevgisi ya da desteği olmadan sürdürmeye çalışır. Dezorganize gruptaki bebekler, genellikle çelişkili ve uyumsuz davranışlar sergilerler. Hareketleri ve ifadeleri yönelimsiz ve belirsizdir. Zamanlamasında problem olan ya da kuraldışı davranışlar sergileyen çocuklardır. İfadelerinde yavaşlama, ya da donma durumları gözlemlenebilir. Ebeveynlere yönelik net bir huzursuzluk gösterirler. Dezorganize bağlanmada ebeveynlerle travmatik yaşantılar söz konusudur. Ebeveynlerin kendilerinin henüz çözülememiş oldukları bir travma varken çocuk sahhibi olmaları ve bu travmayı çocuklarına aktarmaları söz konusudur. Bağlanma davranışında hiçbir güvenli zemin bulunmaz. Yetişkinlikte kendi içsel bağlanma ihtiyacına tamamen ket vurma, empati kuramama, çok yüzeysel, genel, tek yönlü, katı ve biçimsel ve içinde bulundukları yaş ve gelişim evresiyle örtüşmeyen bir bağ kurarlar. Çocukluklarında suistimal, taciz, tecavüz, ya da aşırı ihmal edilmiş çocuklar genellikle bu bağlanma biçimini geliştirmektedirler. Yönelimlerde bir karmaşa ve bozulma belirgindir (Hesse ve Main, 2000).

Ainsworth aynı zamanda bakım veren ve bebeğin karşılıklı ilişki ve etkileşiminde yüz yüze ilişkinin önemini vurgulamıştır. Bu etkileşimde bakım verenler bebeklere göre etkileşimi başlatmakta ve bitirmekte daha etkili rol almaktadır. Blehar ve arkadaşları (1977), 6-15 haftalık bebeklerle çalışmalarında duyarlı davranan annelerin bebeklerinin güvenli bağlanma geliştirdiklerini belirtmişlerdir. Erken bir dönemde güvenli bağlanan bebeklerin, kaygılı bağlanan bebeklere göre anneyle etkileşimde daha olumlu tepkiler verdikleri gözlemlemişlerdir. Duygularını daha az gösteren annelerin bebeklerinin ise daha az olumlu tepki verdiği, etkileşimlerinin kısa olduğu gözlenmiştir. Daha sonra kaygılı bağlanan bebeklerin erken dönem ilişkilerinde anneleriyle kısa süreli, annenin bebeğin sinyallerine duyarlı olamadığı bir tutum içinde oldukları belirtilmiştir (Blehar, 1977). Dahası bu bebeklerin erken dönemde tanıdık olmayan diğer kişilere annelerine davrandıklarından daha olumsuz davranmadıkları gözlenmiştir. Annenin duyarlı olmasının ve tutarlı bir şekilde cevap vermesinin, bebeğin anneye güvenli bağlanmasında belirleyici rol oynadığı tespit edilmiş ve bulgular birçok çalışma ile de desteklenmiştir (Belsky ve Fearon, 2008; Cassidy, 1999; De Wolff ve van IJzendoorn,1997;George, Cummings ve Davies, 2010).

Çalışmalar, güvenli bağlanma ile sağlıklı çocuk gelişimi arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir (Nakash-Eisikovits, 2002). Bowlby (1973), çocukluk döneminde gelişen güvensiz bağlılığın yetişkinlikte psikopatolojiyle ilişkili olduğunu bildirmiştir. Güvenli bağlanma , küçük çocuklarda üstün bir işleve sahiptir ve her iki ebeveyne de güvenli şekilde bağlanan çocuklar, yalnızca bir ebeveyne güvenli bir şekilde bağlanmış çocuklardan gelişim ve ilişki açısından daha iyi durumdadır (Diener, 2011). İhtiyaçlarının anlaşıldığı ve bir bakıcı tarafından karşılandığından emin olan bir bebek veya çocuk, bakıcıya "güvenli" bir bağlanma geliştirir. Bebeğin veya çocuğun bakım verenin desteğine güvenmediği zaman, bağlanma güvenliksizdir ve bu çocuğa sıkıntı yaratır. Böyle bir çocuk bakıcıyı reddedebilir ya da onlardan ayrı durabilir ya da çok "yapışkan" ve endişeli olabilir - ya da her ikisi olabilir(Duchesne , Ratelle, 2013; Al-Yagon, 2011).

**İÇSEL ÇALIŞAN MODELLER**

Bağlanma; bebek ile birincil bağlanma figürü arasındaki pek çok farklı dinamikten etkilenir ve bu da farklı bağlanma stillerinin ortaya çıkmasına yol açar. Bağlanma stillerini belirleyen temel yapılar, içsel çalışan modellerdir. İçsel çalışan modeller birbiriyle ilişkili iki farklı bilişsel şemadan oluşmaktadır. Bunlar; bireyin kendilik değeri ve başkaları tarafından sevilebilir olup olmamasına ilişkin algılarından oluşan “kendilik modeli” ve bireyin yakın çevresindeki insanların güvenilir ve sevilebilir, değer verilebilir olup olmadıklarına ilişkin algılarından oluşan “diğeri modelidir” (Lopez, Melendez, Sauer, Berger, Wyssmann, 1998). Bağlanma stillerinin gelişiminde büyük katkısı olan bu modeller ile bireyin kendi benliği ve başkalarına ilişkin beklentileri ve algısı belirlenir ve bununla ilişkili olarak hem çocuklukta hem de yetişkinlikte duygu, düşünce ve bilişlerin temel kaynağını oluşturur. Bu kaynağın daha sonra yetişkin bağlanma stillerinin ortaya çıkmasında temel rolü olduğu görülmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). İçsel işleyiş modelleri bireyin kendisini, diğer insanları nasıl değerlendirdiği ile ilgili düşünceler olarak bireyin zihninde bulunur ve bağlanma stillerinin ortaya çıkmasına neden olur.

Tebessüm, sesler çıkarmak, bağırmak, çığlık atmak, ağlanma davranışının ifade biçimleridir. İster olumlu ister olumsuz algılansın bunları duyan kişide bir cevap verme isteği ve tepkisi uyandırır. Tüm bunlar hayatta kalmak için gereklidir. Hem güvenlik ihtiyacının giderilmesini garantiler hem de temel ihtiyaçların giderilmesini güvenceye alır. Bağlanma davranışı yakınlık ihtiyacı kurduğumuz ve devamını sağlamlaştırdığımız psikolojik mekanizmaları içerir. Çocuk kendisine bakan kişinin ilgisini uyandırmak için sinyaller üretir. Ağlamak ve çığlık atmak gibi kaçınmacı davranışlarda bulunur. Çocuğun yönelim kişisine yaklaşmak için hareket etmesiyle kaslar aktif hale gelir. Çocuğun kendi içsel sisteminin yönettiği amaç başlangıçta fizikseldir. Bu fiziksel ihtiyaca olan yatkınlık sonrasında psikolojik bir ihtiyaç olan yakınlık duygusuyla yer değiştirir çünkü amaç nesnenin kendisi değil aksine bebeğin kendi varoluşsal ve duygusal, durumsal dengesidir. Bir psikolojik ihtiyacın çocukta sağlıklı bir devamlılık kazanması yönelim kişisinin bağlanma davranışı repertuarına bağlıdır. Bebek-çocuk ve ebeveyn arasındaki bağlanma türü, çocuğun daha sonraki yaşamına dair ilişkilerinde kullanacağı çalışma modellerini inşa eder.

Bowlby’e göre, erken çocukluk döneminde bağlanma figürü olan bakım verenin tekrarlayan davranışları çocukların zihinsel şemalarını şekillendirir. Bu şemalar yaşam boyu etkisini sürdürür. Bağlanma kuramına göre, ebeveyn davranışları sonucu oluşan bu şemalar daha sonraki yıllarda yakın ilişkilerdeki beklenti, inanç ve tutumları şekillendirir. Etkileşimi sürecindeki temel şema, birbirini doğrulayıcı ve tamamlayıcı şekildedir: ‘’Değerli ben’’ ve ‘’güvenilir o’’. Bu iki şema yakın ilişkilerdeki davranış ve tutumu belirler (Kesebir,S. vd., 2011).

Bağlanma stillerinin ergenlik ve yetişkinlik yaşamını etkileyen olumlu ve

olumsuz yönleri olduğu bilinmektedir. Özellikle kimlik ayrışımı sürecinde

bağlanma, önemli etkenlerin başında gelmektedir (Lopez, 2000). Ayrıca ergenlerin bağlanma stilleri ile genel uyumları arasında da ilişki vardır. Bağlanma kuramcıları arasındaki artan fikir birliği, bağlanma istikrarının bakım verici koşullardaki istikrara güçlü bir şekilde bağlı olmasıdır (Allen, Land 1999; Waters 2000). Sosyal stres yaratan kişiler ve olumsuz yaşam olayları (hastalık ya da akrabaların ölümü, yaşama düzenindeki değişiklikler, ebeveyn boşanma, istismar vb.), bebeklik döneminden erken erişkinliğe kadar bağlanma düzeninin istikrarsızlığı ile ilişkilidir; özellikle gelişme sırasında güvenli bağlanma stillerinden güvensiz bağlanma stillerine geçiş olasılığını arttırarak istikrarı düşürür (Hamilton, Lewis, Waters , Weinfield, 2000). Öte yandan, nispeten kararlı koşullardaki düşük riskli örnekler, bebek ve yetişkin ek güvenlik arasında yüksek derecede tutarlılık sağlayabilir (Waters, 2000).

Lopez ve Gormley (2002)’e göre bu dört içsel işleyiş modeli karşılaştırıldığında güvenli bireyler yakın ilişkilerde en temel düzeyde davranışı gösteren bireylerdir. Bu nedenle kendileri ve diğerleri için bağlanma figürleri ile negatif duyguları düzenleme yetenekleri vardır. Güvenli bireyler, yakın ilişkilerindeki gerilimi giderebilme becerisine sahiptirler. Saplantılı bireyler ise çatışma durumlarında güvenli bağlanma gösteren bireylerden daha negative davranışlar gösterme eğilimindedirler. Saplantılı bireyler zorluklara en fazla sığınan bireylerdir. Benliğin geçerliğini korumak için ilişkiyi sürdürmeye çabalayan bireyler olarak düşünüldüğünde, bu bireylerin bağlanma figürlerinin varlığına ilişkin sık sık temkinli oldukları görülmektedir. Bu ruh durumu bir ilişki içinde gerilimle karşılaşıldığında ilişkilerin geçmişine dayalı çatışmalı düşünceler ve duyguların harekete geçmesine ve yoğun bir düşmanlığa yol açabilir. Korkulu bireyler ise, kendileri ve diğerlerinin negatif içsel işleyiş modellerini birleştiren bireyler olarak varsayılmaktadırlar. Bunun sonucu olarak onlar reddedilme ve duygusal yakınlık korkulu yönleri ile, sosyal ilişkilerden en fazla kaçınan bireylerdir.

Bağlanma kalıpları bağlanma teorisindeki merkezi bir kavram, bakım verenlerle olan ilişkilerin, benlik, dünya ve ilişkiler hakkındaki inanç ve beklentiler dizisi olarak tanımlanan içsel çalışma modelleri olarak içselleşmesi ve bunun yönü davranış ve deneyim değerlemes ile ilgili kurallar olmasıdır. İçsel çalışma modelleri çocuğun kişilerarası davranışını yönlendirir ve bireysel bağlanma kalıplarının veya "stillerin" kökündedir (Ainsworth, 1978; Weinfield , 1999).

Bartholomew (1990)’e göre güvenli bağlanan kişiler, olumlu benlik algısına ve kendini sevilmeye değer görme duygusuna sahiptir; başkalarını güvenilir, destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna inanarak olumlu beklentilerle algılamaktadır. Kaygılı bağlanan kişiler, bireysel değersizlik duyguları ile başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğuna ilişkin beklentileri yansıtmaktadırlar. Kaçınıcı bağlanan kişiler ise özerkliğe aşırı derecede önem vermekte, başkalarına olan gereksinimi ve yakın ilişkilerin gerekliliğini savunmacı bir biçimde reddetmektedirler.

**DÖRTLÜ BAĞLANMA MODELİ**

Ainsworth (1989), çocukların ebeveynleriyle kurdukları ilişkinin yansıması olan bağlanma biçiminin yetişkinlikte de var olacağını ve ilişkilerine yansıyacağını belirtmiştir. Bu görüşe dayanarak Hazan ve Shaver, (1987) bu bağlanma biçimlerinin ergenlik dönemindeki ilişkilerinde ve de yetişkinlikteki duygusal ilişkilerinde ortaya çıkabileceğini ileri sürmüşlerdir. Bartholomew ve Horowitz (1991); Ainsworth ve arkadaşları(1978)’nın çocuklar üzerinde yapılan çalışmalarda tanımlanan, Hazan ve Shaver (1987) tarafından yetişkinlere uyarlanan 3’lü bağlanma biçiminin, dörtlü bağlanma şeklinde ifade edilebileceğini ortaya koymuştur. Bu dörtlü bağlanma biçimi diğer insanların davranışları hakkında öngörüye sahip olmak ve de ilişkisel amaçlar için bireyin kendi davranışlarını planlamasını sağlamaktadır(Feeney, Noller ve Roberts, 1999). Benlik modeli, bireyin kendisinin layık gördüğü değerlenmesini temsil eder. Dörtlü bağlanma modeli, bireyin kendi benliğini ve diğer bireyleri olumlu ya da olumsuz değerlendirmesine dayalı olarak ortaya konulmuştur. Bu bakımdan bireyin kendisine olumlu-diğerlerine olumlu(güvenli), kendine olumlu - diğerlerine olumsuz(kayıtsız),kendine olumsuz-diğerlerine olumlu(saplantılı) ve kendine olumsuz - diğerlerine olumsuz (korkulu) değerlendirmelerini içeren dört çeşit bağlanma stili vardır (Bartholomew, 1990; Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998).

Sevilmemek, desteklenmemek, başkaları tarafından reddedilmek veya terk edilmek bieyin endişesini arttırır, çevresindekileri güvenilmez bireyler olarak algılar, kaygı yaşar ya da birey güvenli bağlanmıştır ve çevresindekileri güvenilir bireyler olarak algılar ve bu yönde ilişkiler kurar(Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu ikisinin olası kombinasyonları boyutlar dört farklı bağlanma biçimini ortaya çıkarır: Olumlu kendilik modeli (kaygı azlığı) ve diğerlerinin pozitif modeli (diğer insanların genel olarak bir beklenti kabul etme ve cevap verme - kaçınmama) kavramsallaştırılmış güvenli bağlanma stili ve hem samimiyet hem de özerkliktir. Olumlu bir benlik modeline sahip insanlar (değerlilik duygusu ve sevebilirlik - endişe azlığı) ve diğerlerinin olumsuz bir modeli ile (beklenti diğer insanlar genellikle güvenilmez görme ve reddetme - kaçınma) küçümsenen bir bağlanma stiline sahip olarak kavramsallaştırılmış ve yakın ilişkilerden kaçınarak hayal kırıklığına karşı kendilerini korumaktadırlar. Negatif olan insanlar kendilik modeli (değersizlik ve hareket edilemezlik - kaygısı yüksek) ve diğerlerinin olumsuz modeli (diğer insanların genel olarak bir beklenti güvenilmezlik ve reddetme - kaçınma) diğerleriyle yakın ilişki kurmamak ile sonuçlanır(Bartholomew ve Horowitz, 1991). Negatif kendini modelleme, değersizlik duygusu, yüksek kaygı sonunda kaçınmayı getirmektedir. Kişi başkalarının kabulünü kazanmaya çalışır (Mikulincer ve Shaver, 2003; 2007). Bağlanma figürüne olan ihtiyacı reddetmek, sevgi götermeyi azaltmak desteği reddetmek gibi tepkiler ortaya çıkar reddetmektedir (Brennan, Clark, Shaver,1998; Mikulincer ve Shaver, 2003, 2007).

Kategorideki bağlanma stillerini kavramsallaştırmaya alternatif olarak, bazı araştırmacılar, boyutsal önlemlerin kullanılmasını savunuyorlar , bağlanma stillerini araştırmak hem kategori ve boyut bakımından, birbirini tamamlar ve bağlanma kalıpları ile ilgili daha zengin bilgiler sağlar.

Bağlanma ilişkisinde babanın rolü ve önemi de son zamanlardaki araştırılmada ön plana çıkmaktadır. Ebeveynlerin ikisiyle kurulan ilişkinin biçimi ve bağlanma biçimi çocuğun gelişimde etkilidir. Bağımsız ve uzak baba-çocuk etkileşimleri, hayatın üçüncü ayı gibi erken bir zamanda, çocukların yaşları büyükken davranış problemlerini öngörmektedir (Ramchandani, 2013).

Bakıcı ile geçirdiği süre ve bakım veren kişinin ebeveynlik davranışı kalitesi önemlidir. Bakıcı ve onunla birlikte geçirdiği süre bakım verenin ebeveynlik davranışının kalitesi, tümünde önemlidir.

Güvenli veya güvensiz bağlanmanın geliştirilmesi:

• Bir baba düşük kaliteli ebeveynlik davranışına girdiğinde, bebeği ile ne kadar çok zaman geçirirse, bağlanma olasılığı o kadar az olur (Brown et al, 2007). Tabii anneler için de aynı şey geçerli.

• Bir baba kaliteli ebeveynlik davranışına girdiğinde, güvenli

baba, çocukla nispeten az zaman geçirdiğinde bile bağlanma gelişebilir (Brown, 2007).

Geniş bir kültürel bağlam aralığı boyunca, anne-çocuk bağlarının yaklaşık üçte biri ve baba-çocuk bağlarının birte üçü, çocukları 15 aylıkken "güvensiz" olarak değerlendirilir (Ahnert , 2006), ancak bu aşamada çoğu anneler çocuğa bakmak için daha fazla zaman harcayacaklardır.

Çiftlerin kendileri gibi insanlarla bir araya gelme eğilimleri ve bakım vermeyi birbirlerine modelleme fırsatları, bebeklerin ve ebeveynlerinin her birinin bağlanma güvenliğindeki benzerliğini öngörür(Fox, 1991).

• Daha yakın bir zamanda, Umemura ve arkadaşları (2012), iki yaşındaki çocukların sadece% 57'sinde her iki ebeveyn için de aynı güvenlik sertifikası sınıflandırması bulunduğunu bulmuşlardır. Bu, ebeveynler arasında güvenlik sınıflandırmalarının farklı olduğu durumlarda sık sık yaptığı gibi, güvenli bağlanma mutlaka çocuğa en çok vakit geçiren kişi ile (genellikle anne) değildir anlamına gelir. Çoğunlukla baba ile çocuk arasında olacaktır.

Bir önemli güvenli bağlanma, çocuğu, diğer önemli bakıcılarla olan güvensiz bağlanmanın kötü etkilerine karşı tampon hale getirebilir. Örneğin, bir anne depresyondaysa, babaya önemli ölçüde güvenli bir bağlanma gelişebilir(Mezulis vd. 2004). En azından bir ebeveyni ile güvenli bir ilişki yaşamak, çocuklara kalıcı yarar sağlarken baştan beri hem anne hem de baba ile yakın bir ilişki kurmak, çocukların en az bir güvenli bağlanma geliştirme ihtimalini arttırır (Warshak, 2014)

Birden fazla güvenli bağlanma, her yaşta yardımcıdır:

• Her iki ebeveye de güvenli bir şekilde bağlanan küçük çocuklar daha fazla • Aynı örnekte, erken başlarda iki ebeveyle sıkı bir şekilde bağlanmış olan 5-6 yaşındaki çocuklar, olumsuz duygu (Easterbrooks ve Goldberg, 1990).

• Ana-çocuk ve gündüz bakımı-öğretmen-çocuk bağları ölçüldüğünde, her iki yetişkine güvenli bir şekilde bağlanmış küçük çocuklar daha sosyal açıdan etkili olmuşlardır (Howes, 1988).

• Her iki ebeveyle de güvenli bir şekilde bağlı olan ortaokuldaki çocuklar, yalnızca bir ebeveyne güvenli bir şekilde bağlı olan çocuklardan daha yetenekli olmaları için öğretmenler tarafından algılanır (Diener, 2007).

• Ortaokuldaki çocuklar arasında birden fazla bakıcıya (çoğunlukla babalarına) güvenli bir şekilde bağlanma, sosyal açıdan bakıcı davranış ve kendine güven duygusu ile ilişkilendirilmiştir (Carter ve Almarez, 2014).

• Her iki ebeveyle de güvenli bir ilişki içinde olan on yaşındakiler, yalnızca bir ebeveyne güvenli bir şekilde bağlandıklarından daha yetenekli hissediyorlar (Booth ve LaForce, 2006).

• 9-14 yaş aralığında, her iki ebeveydeki ilişkinin güvenliği, çeşitli olumlu dostluk niteliklerine işaret etmektedir (Lieberman., 1999).

• Her iki ebeveynin de güvenli bir şekilde bağlanması, çocuklara ergenlik çağında ek koruma sağlıyor (Duchesne ve Ratelle, 2014; Al-Yagon, 2011).

• Aynı şekilde, ergenler arasında, her iki ebeveynle de güvensiz bağlar depresif belirtileri öngörür (Kamkar, 2012).

• Ayrıca ergenlik çağında, suçlu davranış ve aynı cinsiyette olan ebeveyne güvensiz bağlılık arasında net bir ilişki vardır (Hoeve, 2012).

Bağlanma ilişkileri, tüm insan davranışı gibi, yalnız değil, birçok düzeyde faaliyet gösteren bir ağlar ağında ortaya çıkar (Egeland ve Erickson, 1999).

• Bebek bakımında ve diğer ev içi görevlerde daha büyük baba katılımı, annelerde daha düşük ebeveynlik stres ve depresyonuyla bağlantılıdır (Fisher, 2006) ve bu nedenle anne-bebek bağlanma güvenliğini artırmak olasıdır.

• İlişki memnuniyeti ve doğum sonrası destek (çoğunlukla babalar tarafından sağlanmaktadır), anne-çocuk bağını ve ana-babalar için pozitif ebeveynlik güvencesi sağlamaktadır (Evans, 2012).

• Bunun aksine, anne evde şiddet yaşarsa (Levendosky, 2011) veya bebeğinin babası şiddetli bir içici olduğunda anne-çocuk bağları daha az güvenlidir (Eiden ve Leonard, 1996).

• Böyle olumsuz koşullar altında, baba-bebek bağlantıları daha az güvenlidir (Eiden, 2002). Bu nedenle, ana-çocuk-baba-çocuk arasındaki güvenli ekleri desteklemek için her iki ebeveynin ihtiyaçları, deneyimleri ve davranışları ele alınmalıdır.

• Çevresel süreklilik, emniyetli ebeveyn-bebeğin bağlanmasının bir göstergesi olduğu için, aynı erkeğin birkaç yılda evde bulunmasının anne-bebek bağının güvenliği ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Easterbrooks ve Goldberg, 1990).

Bağlanma kuramında (Bowlby 1969; 1973) kişinin erken yaşlarda ilgi ve bakımını üstlenen kişiyle kurduğu ilişkinin, ileriki dönemlerde onun duygu, düşünce ve davranışlarında belirleyici rol oynadığı öne sürülmektedir. Hazan ve Shaver (1987), Bowlby'nin bağlanma yaklaşımı temel alınarak, yetişkinlikteki romantik ilişkilerin açıklanabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu araştırmacılara göre bireyler bebeklik ya da çocukluk döneminde ebeveyn ile kurulan bağlanmanın bir benzerini, yetişkinlikte romantic eşleriyle kurdukları ilişkide deneyimlerler. Araştırmacılar, temelde güvenli ve güvensiz olmak üzere iki bağlanma stilinden söz etmektedirler (Ainsworth, 1978). Güvenli bağlanma, çocuğun duygu ve ihtiyaçlarına duyarlı olan ve bu ihtiyaçlara yerinde ve zamanında cevap veren ebeveyne karşı geliştirilen bağlanma türü iken; güvensiz bağlanma bunun tam tersi özellikler taşıyan ebeveynlere karşı geliştirilen bağlanma türü olarak adlandırılmaktadır. Ergenler ve yetişkinlerle yapılan çalışmalar, güvenli bağlanan kişilerin olumsuz duygu ve davranışları daha az gösterdiklerini, diğer kişilerle daha güçlü ilişkiler kurduklarını ve diğer bireylerin duygusal sıkıntılarına daha duyarlı olduklarını göstermektedir (Rothbard ve Shaver 1994). Güvensiz bağlanan bireylerin ise daha az pozitif duygular deneyimledikleri; anksiyete ve depresyon gibi negatif duygulanımlarını dengelemekte daha başarısız oldukları bildirilmektedir. Bağlanma stili ile duyguları aktarabilme ve dengeleyebilme arasında yakın ilişki olduğu bildirilmektedir (Cassidy 1994).

Geç ergenlik dönemindeki bireylerle yapolan bir çalışmada, aile ve arkadaşlarına güvenli bağlanma geliştirmiş olanların duygusal farkındalıklarını daha yüksek olduğu, daha empatik ve daha sosyal davrandıklarını, ayrıca daha fazla olumlu duygu aktardıkları bildirilmektedir.

**BAĞLANMA VE NÖROBİYOLOJİK YAKLAŞIM**

Araştırmalar, yetişkinlerde bağ oluşumunun, ayrılmasının ve kaybetme dinamiklerinin bebeklerde gözlemlenen dinamiklerle çarpıcı şekilde benzer olduğunu göstermiştir (Feeney 1999; Hazan ve Zeifman 1999). Nörobiyolojik çalışmalar ayrıca, nörokimyasal / nöroanatomik substratların büyük oranda çakıştığını düşündürmektedir (Carter 1998; Insel 2000; Insel ve Young 2001; Leckman vd. 2005; Panksepp 1998; Pedersen vd., 2005).

Yetişkin bağlanmayı nispeten açık bir nevrobiyolojik temele bağlama ile ilgili Seltzer ve Pollack çalışmalar yapmıştır. İnsan romantik bağları pek çok açıdan benzersiz bir özellikse de, diğer türlerde incelenen sosyal davranışların fizyolojik mekanizmalarına görünüşte alakasız değildir. Örneğin, romantik bağlanma kaygısı artmış oksitosin (OT) düzeylerine (Marazziti vd., 2006) ve kortizol reaktivitesinde artış (Quirin vd., 2008) bağlanmanın karşılaştırmalı modelleriyle açıkça ilişkili olan iki değişkendir. Oksitosin kadınların bağlanma stillerinin gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Ayrıca, kaçıngan bağlanmanın muhtemelen düşük OT seviyelerine bağlı olduğunu ve seks hormonlarının OT düzeninin adrenarjın bağlanma davranışını etkilediği nedensel mekanizmalardan biri olabilir. Deneysel çalışmalarda gösterildiği gibi, OTAD yönetiminin yetişkin olmayanların sosyal algı ve davranış üzerine belirgin etkiler yaratabilir (Domes vd. 2007; Guastella vd. 2008; Kosfeld vd. 2005; Zak vd., 2005). Buna ek olarak, belirli bir beyin bölgesinde OT reseptörlerinin eksprese edilip edilmediğini kesin olarak bilmek de oldukça zordur (Gimpl ve Fahrenholz 2001).

**PATOLOJİ**

Bağlanma güvensizlikleri depresyon ile bağlantılıdır (Catanzaro ve Wei, 2010) ayrıca yaygın anksiyete bozukluğu (Marganska, Gallagher ve Miranda, 2013), obsesif kompulsif bozukluk (Ein-Dor, Doron, Solomon, Mikulincer ve Shaver, 2010), yeme bozuklukları (lling, Tasca, Balfour ve Bissada, 2010) ve intihar düşünceleri ile de bağlantılıdır(Davaji, Valizadeh, Nikamal, 2010). Güvensiz bağlanma ayrıca birçok kişilik bozukluğu ile ilişkilidir (Crawford vd., 2007; Meyer , Pilkonis, 2005). Örneğin, bağlanma kaygısı yüksek olan kişiler genellikle kimlik karışıklığı, kaygı, duygusal sorumluluk, bilişsel çarpıtmalar, itaatkarlık, kendine zarar verme ve şüphecilik (duygusal bozukluk bileşeni) içeren bağımlı, histriyonik ve sınırda kişilik bozukluklarının daha yüksek prevalansına sahiptir(Livesley, 1991). Kaçıngn bireylerde duyguların kısıtlı ifadesi, yakınlık sorunları ve toplumsal kaçınma (kişilik sorunlarının engellilik komponenti) olan şizoid ve kaçınılabilir kişilik bozuklukları prevalansları daha yüksektir(Livesley, 1991).

Bununla birlikte, bağlanma teorisi bağlanma güvensizliklerinin birden fazla düzensizliğe yol açan mekanizmaları (yani, çok yönlülüğün sorgusuna yol açan mekanizmaları, (Cicchetti, 1984; Egeland, Pianta ve Ogawa, 1996) ) açıklamakta zorlanır ve neden belirli bir bağlanma yönelimli bir kişi aynı bağlanma zayıflığına sahip başka bir semptom geliştirir (ör. farklı yollar sorunu; (Nolen-Hoeksema , Watkins, 2011) ). Ayrıca, bağlanma araştırması, psikopatolojiyi daha da kötüleştiren veya hafifleten bir rol oynayan iki aşamalı süreçleri henüz keşfetmemiştir. Bağlanma eğilimlerini psikopatolojinin iki temel boyutuyla ilişkilendiren klinik ve klinik olmayan örneklerde içselleştirme (majör depresyon, genel anksiyete bozukluğu, panik bozukluk ve sosyal kaygı bozukluğu [sosyal fobi] ruh hali ve anksiyete bozuklukları dahil) , (Krueger , Markon, 2006, 2011) ) ve dışsallaştırma (madde kullanımı ve antisosyal bozukluklar dahil, (Krueger ve Markon, 2006, 2011) ). Daha sonra, bağlanma güvensizlikleri ile çoklu bozukluklar arasında bağlantıya aracılık eden süreçler (proksimal risk faktörleri) ve farklı bağlamları (örn., Genetik yatkınlık, aile ortamı) belirterek farklı yollar sorunu üzerine spekülasyon yaparak çok yönlülük sorununu ve kültürel çevre ele alınabilir.

**Bağlanma ve İçselleştirici Bozukluklar**

İçselleştirme, olumsuz duygudurum ve anksiyete bozukluklarına karşı genel bir yükümlülüğü ifade eder. Bu, birbirinden ayrılabilir ama birbiriyle ilişkili iki ayrı yükümlülüğe - sıkıntı ve korkuya - çifte saptırılmış olabilir. Korku, panik bozukluk, fobiler ve TSSB gibi bozukluklara yükümlü iken, sıkıntı büyük depresyon, distimya (kronik depresyon olarak da bilinir) ve genelleşmiş kaygı bozukluğunun bir sorumluluğudur (Krueger , Markon, 2011).

Anksiyete Bozuklukları Bowlby (1973), bağlanma güvensizliklerinin belirli koşullar altında anksiyete bozukluklarına neden olabileceğini ileri süren ilk kişidir. Bakıcılar, ihtiyaç duyulduğunda erişilemez ve desteksiz olduğunda, bağlanma sistemi temel işlevini yerine getirmeyi başaramaz; bir kişiyi korumak, onun sıkıntı ve korkusu hafifletmek ve bir güvenlik hissi sağlamak için. Desteklenmeyen bireyler, dünyayı, algılamalarını, güvence ve güvenlik alanlarından yoksun beklenmeyen tehditler ve tehlikelerle dolu tehlikeli bir yer olarak içselleştirmeye başlarlar. Bu olumsuz dünya görüşlerinin içselleştirilmesinin yanı sıra, bu kişiler tehdit ve tehlikelere karşı baş etme konusunda ciddi şüpheler taşıyor. Bireyler bu nedenle olumlu değişiklikler yapmak için harekete geçmeksizin sorunlarını, endişelerini ve sıkıntı hissini göz ardı etmeye bırakılırlar (Mikulincer ve Florian, 1998). Bu maladaptif bilişsel eğilimler, korkulara yönelik korkulu tepkileri şiddetlendirmenin yanı sıra, kaygı kaygılarının arttığı potansiyel kaygılardan kurtulma eğilimini yükseltebilir - çoğu anksiyete bozukluğunun klinik olarak aşina olduğu korku ve kaçınma bileşenleri (American Psychiatric Association, 2013).

Birçok kesitsel araştırma, bağlanma eğilimi ve anksiyete belirtileri arasındaki bağlantıları incelemiştir. Sonuçlar, yakın ilişki içinde endişeli (kategorik) bir bağlanma stilinin onaylandığını gösteren Yetişkin Bağlanma Röportajında (Adam, Gunnar ve Tanaka, 2004) meşgul bir akıl halinin olduğunu göstermiştir (Marganska vd., 2013; Muris , Meesters, 2002) ya da öz bildirim ölçeklerinde ek kaygısının yüksek derecelendirmeleri (Esbjørn vd., 2013) anksiyete belirtilerinin artmış şiddeti ile ilişkilidir. Kaçıngan bağlanma ile ilgili resim daha tutarlı değildir: Çalışmaların yaklaşık yarısı, kaçıngan bağlanma konusunda yüksek değere sahip olan kişilerin daha fazla kaygı belirtilerinden zarar aldığı sonucuna varmışlardır (Muris , Meesters, 2002; Wei, Heppner, , Mallinckrodt, 2003), diğer çalışmalar bağlantının önlenmesinin kaygı ile anlamlı bir şekilde bağlantılı olmadığını tespit etmiştir (Costa ,Weems, 2005; Sheehan , Noller, 2002). Bu tutarsızlık, en azından ek tutma ve anksiyete ile ilişkili semptomlar arasındaki olumlu ilişkileri dikkatle inceleyerek çözülebilir: Bağlanma stillerinin tipoloji sınıflandırmasını kullanan araştırmalar, anksiyete belirtilerinin, işten çıkarmadan ziyade korkulu yönüyle bağlantılı olduğunu göstermiştir. Bu nedenle, bağlanma kaygısı yüksek kişiler tarafından da paylaşılan korkulu kaçınma endişeli yüzü, kaçınma kaçınılmanın uzak yönünden ziyade, kaygı ile ilişkili semptomların hassasiyetiyle ilişkilendirilmiştir.

Bununla birlikte, böyle bir sonuç taraflı olabilir. Epidemiyolojik araştırmalar, kesitsel enstantanelerin, tek epizodlu ve bir defalık vakaları, durumlarının ciddiyet ve etyolojisinde farklı olduğu bilinen tekrarlayan ve kronik vakalarla karıştırdıklarını ortaya koymuştur. Kesitsel bir tasarım, kişilik ayrımları ve psikopatoloji arasındaki bağda nedenselliğin yönü ile ilgili kesin sonuçlara izin vermemektedir. Bu nedenle, bağlanma eğilimleri ve anksiyete bozuklukları arasındaki bağların doğasını belirlemek için uzunlamasına araştırmalara ihtiyaç vardır. Erken bağlanma oryantasyonlarının gelişimsel yörüngelerini keşfetmek için başlatılan Minnesota Çalışması ( Sroufe vd., 2005), endişeli dirençli olarak sınıflandırılan bebeklerin, anksiyete bozukluklarını desteklemek için kendi güvenli meslektaşlarından daha olası olduğunu ortaya koymuştur(Warren, Huston, Egeland, Sroufe, 1997). Bu prospektif tahmini endişeli-kaçıngan olan bebekler arasında belirgin değildi. Farklı bir çalışmada, kaygıyı göz ardı etmekten kaçınmamakla birlikte anksiyete ile ilgili bozukluk öyküsü, 3.5 yaşındaki duygusal düzensizlikten çocukluk kaygısı sorunlarına, ergenlik döneminde anksiyete bozukluklarına kadar farklı bir çalışmada da ortaya çıkmıştır (Bosquet ve Egeland, 2006).

Bowlby (1980) bağlanma güvensizliğinin kaygı bozukluğunun yanı sıra anksiyete gelişimiyle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Kendisi, başkası ve dünya için kötümser, umutsuz temsillerin oluşumunu teşvik eden, birincil bağlanma figürünün kaybedilmesi veya bir bakıcı ile güvenli bir ilişki kurmak için tekrarlanan bir başarısızlık olduğuna dikkat çekti. Güvensiz bir kişi daha sonraki kayıplar, travmatik olaylar ya da zorluklarla karşılaştığında, terk etmesine ilişkin biliş ve duygular depresyon belirtilerini tetikleyebilir. Bugüne kadar, 100'ün üzerinde araştırma, bağlanma eğilimleri ile depresif belirtilerin şiddeti arasındaki bağlantıları incelemiştir. Örneğin, depresyon riskinin arttığı özel popülasyonlarda (yani düşük sosyoekonomik statü, stresli yaşam öyküsü ve zayıf sağlık) yapılan çalışmalar, kaygılı ya da kaçıngan bağlanan kişilerin daha depresif belirtilere sahip olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle, işten atılan ve meşgul olan akıl durumları ve bağlanma kaçınılması veya kaygının kendi kendine bildirme önlemlerine ilişkin daha yüksek puanlar, psikiyatrik yatan hastaların örneklerinde (Fowler, Allen, Oldham ve Frueh, 2005) daha şiddetli depresyon belirtileri ile ilişkilendirilmiştir ; kronik ağrı olan hastalar (Ciechanowski, Sullivan, Jensen, Romano ve Summers, 2003); diyabetli hastalar (Ciechanowski, Katon, Russo, 2005); HIV pozitif olan hastalar ( Hinnen vd., 2012); ve yeme bozuklukları, madde bağımlılığı veya majör depresyondan muzdarip ayakta tedavi gören hastalar (Eng, Heimberg, Hart, Schneier ve Liebowitz, 2001; Visioli, Senatore, Lepri, Tondo, 2012).

Klinik dışı örneklem araştırmaları, yakın ilişki içinde kaygı uyandırıcı (kategorik) bir bağlanma stilinin onaylandığını gösteren (Cole-Detke ,Kobak, 1996) hakkındaki meşgul bir zihniyetin (Muris, Meesters, van Melick ve Zwambag, 2001), ya da kendi kendine bildirme ölçeğindeki bağlanma kaygısının yüksek dereceleri (Brenning, Soenens, Braet, Bosmans, 2012; Wei, Mallinckrodt, Larson, Zakalik, 2005) depresif belirtilerin şiddetiyle ilişkilidir. Anksiyete bozukluklarına ilişkin bulgulara uygun olarak, bağlanma kaçınılması ile depresyon arasındaki bağlantıya ilişkin kanıtlar çelişkili: Çalışmaların yaklaşık yarısı, bağlanmadan kaçınma (çoğunlukla korkulu kaçınma) bakımından yüksek olan kişilerin daha depresif belirtilerden mustarip olduğu sonucuna varmışlardır. Diğer çalışmalarda bağlanmadan kaçınma (çoğunlukla bağlanmanın kaçınılması) ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı saptanmıştır (Shaver, Schachner vd., Simpson, Rholes, Campbell, Tran, Wilson, 2003; Mikulincer, 2005). Depresyonun çok yönlü araştırması, kaçınma-depresyon bağlantısının niteliği hakkında daha fazla bilgi vermiştir (Batgos , Leadbeater, 1994; Davila, 2001; Murphy , Bates, 1997; Zuroff , Fitzpatrick, 1995). Bağlanmanın önlenmesinin, mükemmeliyetçilik, kendini cezalandırma ve kendi kendine eleştiri (introjective depresyon olarak da bilinir; Blatt, 1974) gibi depresyonun kazanımla ilişkili yönleriyle ilişkili olduğu ancak depresyonun kişilerarası yönleriyle değil, örn. aşırı bağımlılık, özerklik eksikliği ve muhtaçlık (anakitik depresyon olarak da bilinir (Blatt, 1974).

Minnesota Çalışması'nda değerlendirilen depresyonun gelişimsel yörüngesi, kaygı uyandıran ve kaygıya dirençli bağlanma stillerinin ergenlik dönemindeki depresyon ile ilişkili olduğunu belirterek, bağlanma ile depresyon arasındaki bağlantıdaki kesitsel bulguların sonuçlarını doğrulanmıştır (Duggal, Carlson, Sroufe, Egeland, 2001). Diğer prospektif çalışmalar yetişkinler arasında bağlanma güvensizliğinin (kaygı ve kaçınma) 1 aydan 2 yıla kadar uzanan zaman aralıklarında depresyonda artışı öngördüğünü bulmuştur (Hankin, Kassel ve Abela, 2005; Maunder, Lancee, Hunter, Greenberg , Steinhart, 2005; Whiffen, 2005).

Kişilerin tehdit ve tehditlere tepkileri, yüksek sıkıntı ve heyecan duyguları içerir. Bu tür deneyimlerden bazıları kişileri travmatize edebilir ve onları kısa süreli ve uzun süreli zihinsel sağlık ve uyum sorunları için risk altına sokabilir (Horowitz, 1982). Genel olarak, travmatik bir olay sona erdiğinde duygusal denge kısa bir süre sonra düzelir. Bununla birlikte, bazı durumlarda, derin ve uzun süreli zihinsel sağlık sekeli, travmatik olayın tekrarlanması (istenmeyen ve korku veren zihinsel imgeler ve rüyalar gibi müdahaleci semptomlar), dış dünyayla olan ilişkinin azalması (travma ile ilgili kaçınma) ve bilişsel-duyuşsal hiperarousal (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

TSSB semptomlarının ciddiyetindeki bağlanma stilindeki farklılıkları belgeleyen ilk sistematik girişim, 1991'deki Körfez Savaşı sırasında genç yetişkinlerin İsrail'e yönelik İsrail Scud füze saldırılarına tepkileriyle ilgiliydi (Mikulincer, Florian, Weller, 1993). Kaygı verici (kategorik) bir stile sahip katılımcılar, güvenli muadilleriyle karşılaştırıldığında daha şiddetli TSSB girme ve kaçınma belirtilerine sahipti ve kaçınılması gereken bağlanma stiline sahip katılımcılar, travma sonrası daha fazla kaçınma belirtileri bildirdiler. Bağlanma eğilimlerinin savaş sonrası ve terör sonrası TSSB semptom şiddetine olan etkileri, diğer bazı araştırmalarda da tekrarlandı: Eski tutuklular arasında İsrail askeri gazileri (Dekel, Solomon, Ginzburg ve Neria, 2004) arasında bağlanma kaygısı ve kaçınmanın artmış TSSB belirtileri arttı (Dieperink, Leskela, Thuras ve Engdahl, 2001; Ein-Dor, Doron ve diğerleri, 2010; Mikulincer, Ein-Dor, Solomon, Shaver, 2011, Fraley, Fazzari, Bonanno, Dekel, 2006), ABD'de 9/11 terörist saldırıların hayatta kalanları arasında, (Solomon, Ginzburg, Mikulincer, Neria ve Ohry, 1998; Zakin, Solomon, Neria, 2003) ve eski politik tutsaklar olan Filistinliler arasında (Kanninen, Punamaki, Qouta, 2003). Güvensiz bağlanma ve TSSB semptom şiddeti arasındaki ilişki, kardiyak cerrahi sonrası hastalar arasında cinsel ya da fiziksel olarak çocukken istismar edilen yetişkinler arasında da gözlenmiştir (Ortigo, Westen, DeFife ve Bradley, 2013; Twaite , RodriguezSrednicki, 2004, Parmigiani vd., 2013), HIV / AIDS'le yaşayan yetişkinler arasında (Gore-Felton vd., 2013) ve psikoz tanısı alan kişiler arasında (Picken, Berry, Tarrier, Barrowclough, 2010).

Son zamanlarda, TSSB gelişiminde bağlanma ile ilişkili süreçlerin nedensel rolü prospektif bir tasarım kullanarak araştırmada incelenmiştir (Mikulincer, Shaver, Horesh, 2006). Bu araştırma, 2003 ABD-Irak savaşı sırasında İsraillilerin psikolojik tepkilerine odaklanmış ve savaş öncesi ölçülen eğilim bağlanma oryantasyonlarının, savaş sırasında TSSB ile ilgili saldırı ve kaçınma belirtileri şiddeti üzerine etkilerini incelemiştir. Bulgular, zihinsel bağlanmayla ilişkili süreçlerin savaşın travmasına verdiği günlük tepkileri şekillendirdiğini gösteriyor. Spesifik olarak, endişe uyandıran insanlar daha fazla savaşla ilgili saldırı belirtileri sergileyen ve kaçınılması gereken insanlardan savaşla ilgili daha fazla kaçınma tepkisi çeken kaygı veya kaçınma konusunda yüksek düzeyde savaşa bağlı TSSB'ye maruz kaldıkları tespit edildi.

Ayrıca, bağlanma eğilimleri ve TSSB ile ilgili semptomlar arasındaki bağlantı üzerine yapılan araştırmalar, hafif stresli koşullar altında bile alevlenen TSSB belirtileri ile ilişkili kaygı kaygısının aksine, bağlanma kaçınmasının çoğunlukla uzamış veya aşırı stresli durumlarda (Berant, Mikulincer ve Florian, 2001; Ein-Dor, Doron vd., 2010, Reizer, Ein-Dor, Possick), hayatını tehdit eden bir hastalığı olan, esaret altında yaşayan ya da uzun süren politik şiddet yaşayan bir çocuğa bakmak , (Reizer, Possick ve Ein-Dor, 2010; Wijngaardsde Meij vd., 2007). Örneğin, savaş gazileri arasında ataşman eğilimi ve TSSB arasındaki bağlantıların incelendiği bir çalışmada, bulgular insan kaynaklı, uzun süren ve aşırı travmatik koşullara dayanan eski savaşan emanetçiler için daha şiddetli saldırı ile ilişkili kaçınılması gereken bağ olduğunu ve TSSB'nin kaçınma belirtileri. Tutsaklık altında tutulmayan savaş gazileri arasında kaçınılması gereken bağlanma semptomların ciddiyeti ile ilişkili değildi (Ein-Dor, Doron vd., 2010). Bireylere tutsaklık gibi aşırı koşullar altında uzun süre meydan okunduğunda bağlanma ihtiyaçlarını ve sıkıntıyı bastırmaya yönelik nispeten etkili kaçınma stratejileri eklentiyle ilişkili kaçınılmanın duygusal sorunlarla ilişkili olmasına neden olarak bozulma eğiliminde olabilir ve psikopatoloji

Davranış Sorunlarının Bowlby'nin bağlanma süreçlerine olan orijinal ilgisi, çocuk suçluluğunu takip ederek çocuk hırsızlarını izlediğinde yapılan bir incelemeyle başladı ve "44 hırsızın ondörtünün, başkalarına duygu sevgisi ya da duygusunun olağanüstü eksikliği nedeniyle diğerlerinden ayrıldığını" belirtti. ( Bowlby,1944, s.23). Anne-babalarla yapılan sinir bozucu ve acı verici deneyimin bir anneden ayrılması ve / veya erkenden uzatılması veya kalıcı olarak ayrılması, ebeveynlere karşı güvensizlik ve düşmanlık ve diğerlerine karşı duygusallık ve merhamet eksikliği ile kendini gösteren "sevecen" bir karaktere neden olabilir sonucuna varmıştır. Ebeveynlere yönelik aşırı düşmanlık ve düşmanlık kötü adapte olabileceğinden, işlevsiz duygular ve hayal kırıklıkları, suçluluk, hüzün veya pişmanlığa neden olmaksızın diğer sosyalizasyon acentelerine, kişilere veya kurumlara yönlendirilir. Bu şekilde, güvensiz bağlanma davranış sorunlarına ve toplumsal olarak sapkın veya cezai davranışa neden olabilir.

Bağlanma araştırması, ergenlerin ebeveynlere veya akranlarına güvensiz bağlılık (hem endişe, hem de kaçınma) ve hırsızlık ve saldırı gibi suç davranışlarına karıştığını gösteren raporlar arasındaki ilişkileri belgelemiştir (McElhaney, Immele, Smith, Allen, 2006; Wade, Brannigan, 1998 ;Silverberg, Vazsonyi, Schlegel ve Schmidt, 1998), cezaevinde zorbalık davranışları (Power, 2004) ve antisosyal eğilimler (Gwadz, Clatts, Leonard ve Goldsamt, 2004) . Diğer çalışmalar yalnızca bağlanma önlemeyi davranış sorunları ile ilişkilendirmiştir ( Vungkhanching, Sher, Jackson, Parra, 2004) veya yalnızca bu sorunlarla birlikte kaygıyı eklemiştir (McNally, Palfai, Levine, Moore, 2003). Bu tutarsızlıklar önlemler, örnekler ve ölçülmemiş değişkenler arasındaki farklılıklarla ilişkili olabilir. Çalışmalar aynı tutarsızlığı göstermektedir: Bazı çalışmalar, davranış sorunlarının kaygılı bir (akıl dolu) zihniyet durumuyla ilişkili olduğunu bulmuşken (Caspers, Cadoret, Langbehn, Yucuis, Troutman, 2005; McElhaney vd. 2006), diğerleri bu sorunları zihin önleme (göz ardı etme) durumuyla ilişkilendirmektedir (Allen, Hauser, Borman-Spurrell, 1996). Erken bağlanma eğilimine ilişkin davranış problemlerinin gelişimsel yörüngesi henüz doğrudan incelenmemiştir. Sökülecek olursak, anneye bağlı kaçınma ve yabancılaşmadan kaynaklanan (Sroufe vd., 2005) bebeklik çağındaki yetersiz ebeveynlik yaşı (42 aylık yaş), Minnesota Çalışmasında yetişkinlikte ortaya çıkan sorunları dışsallaştırmada bir risk faktörü olarak bulundu (Lorber, Egeland, 2009, 2011).