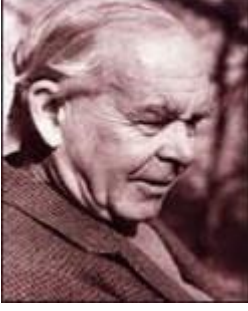


BAĞLANMA KURAMI NEDİR?



Bağlanma kuramının kurucusu olan Bowlby, psikoanaliz, etoloji, deneysel psikoloji ve öğrenme kuramlarından yararlanarak çocuk gelişimine temel olacak ve psikiyatrinin pek çok alanı için temel oluşturacak bir kuram geliştirecek çalışmaları başlatmıştır (Stevenson–Hinde, 2007).

Bağlanma bebeklikten başlayarak hayatının sonuna kadar bireyin akıl sağlığı ile ona duygusal destek ve koruma sağlayan bağlanma figürleriyle olan ilişkisi arasında kuvvetli bir bağdan oluşmaktadır (Hazan ve Shaver, 1990). Bağlanmanın başlangıcı, anne ile doğum sonrası ilk temas olarak kabul edilmektedir (Allen, 2000). Bowlby'ye göre bağlanma, kişinin yaşamındaki özel insanlarla etkileşim içine girdiğinde zevk almasını, sıkıntı veya mutsuzluk yaşadığında yakınları ile beraber olup rahatlığa kavuşmasını sağlayan duygusal bir bağ olarak görülmektedir. Bu bağ ebeveyn ve bebek arasında ya da bebeğe bakım veren birinci kişi arasında oluşmaktadır (Bowlby, 2005). Böylelikle bağlanma kuramı, bebek ve bakıcı arasında, çocuğun benlik kavramının oluşumuna ve sosyal dünya hakkındaki görüşlerinin gelişimine katkı sağlayan duygusal zincir olarak tanımlanabilmektedir (Bowlby, 1988).

Yetişkinlerin aldıkları kararlarda ve hayatı yaşayış şekillerinde çıkan sorunların, bebek ve bakım veren kişi arasındaki duygusal bağın eksikliğinden oluştuğu vurgulanmaktadır.

Ainsworth'a göre de bağlanmanın erken yaşlarda oluşan özellikleri, yetişkinlikteki yakın ilişkilere de yansımaktadır. Birçok insan, hayatının ilk döneminde bakım vereniyile oluşturduğu bağlanma stiline benzerini, yetişkin hayatındaki romantik ilişkisinde de aramaktadır ve romantik ilişkiye girdiği kişiyle kurduğu ilişki benzer özellikler göstermektedir (Blehar, Lieberman ve Ainsworth, 1977).

Bağlanma kuramının savunucularına göre, bağlanma stili, bireyin tüm yaşamını etkilemekte ve biçimlendirmektedir. Kişinin, romantik yaşamını, iş yaşamını, akademik/egitimsel yaşamını etkilemektedir. Bağlanmanın görülen etkileri, kişilerde birer kişilik özelliği olarak ortaya çıkmaktadır (Allen, 2000). Erikson ve Sullivan (1968), bağlanmanın önemi ile ilgili özellikle ergenlik ve erken yetişkinlikte derin ve anlamlı ilişkiler kurmanın, yerine getirilmesi gereken en önemli görevlerden biri olduğunu ifade etmektedir (Akt., Burger, 2006).



Bağlanma sisteminin işlevlerinden birisi fiziksel yakınlığın yanısıra bebeğin, güvenli bir sığınağının olduğunu bilmesi ve güven duygusunu yaşamasını sağlamaktır. Bebek ancak bu yolla, diğerleri hakkında olumlu bir model geliştirebilir ve çevresini tanıma sırasında kendine zarar verici eylemlerden kaçınabilecektir. Böylelikle de kendisini iyi hissedebilecektir (Bowlby, 2005). Bu bağ, bebeğin anneye hissettiği bağ veya ileride romantik partnere hissedilen yakınlıkta olan bağdır. Bu bağın sonucu olarak birey kendini güvende hissetmektedir. Pistole'a göre bağlanmada güvenlik duygusunu oluşturan şey, bir bağlanma figürüne duyulan

UZ.PSK.DN.NERMİN ARSLANGİRAY

Referanslar:

Allen, B.P. (2000). *Personality theories development, growth, and diversity* (3rd ed.). United States of America.

Blehar, M. C.; Lieberman, A.F. & Ainsworth, M. D. S. (1977). Early face to face interaction and its relation to later infant–mother attachment. *Child Development*, 48 (1), 182–194.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: parent–child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (2005). *The making and breaking of affectional bonds*. London, New York: Routledge.

Burger, J.M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: an attachment–theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (2), 270–280.

Sheperis, C. J., Hope, K. J., & Ferraez, A. (2004). Attachment and adult romantic relationships: An interview with M. Carole Pistole. *The Family Journal*, 12, 423–431.

Stevenson–Hinde, J. (2007). Attachment theory and John Bowlby: Some reflections. *Attachment & Human Development*, 9 (4), 337 – 342.