



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİ, DUYGU
DÜZENLEME BECERİLERİ VE NARSİSİZM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Cansel YÖNET DEMİRHAN

Danışman
Doç. Dr. H. İrem ÖZTEKE KOZAN

Konya 2021

ÖN SÖZ (TEŞEKKÜR)

Bu araştırmada, ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri, duygu düzenleme becerileri ve narsisizm düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Lisans eğitimimden itibaren bana her zaman yol gösteren, anlayışlı ve özverili tavırlarıyla bana hep örnek olan, fikirleriyle yolumu aydınlatan ve desteğini her zaman hissettiğim çok saygıdeğer danışmanım Doç Dr. Hatice İrem Özteke Kozan'a teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans sürecimde bana katkı sağlayan, bugünlere gelmemde büyük rol oynayan, akademik hayatımdaki gelişimime destek olan Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü kıymetli hocalarına teşekkürü bir borç bilirim.

Araştırma sürecinde gerekli motivasyon, destek ve dayanışmasını hep hissettiğim sevgili arkadaşım Özgür Kır'a, araştırma verilerinin analizi sürecinde bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım değerli meslektaşım Osman Oğulcan Türkmen'e ve yoğun çalışma temposu içerisine girdiğim dönemlerde, çalışmalarımı ertelediğim zamanlarda desteğini hep hissettiğim kıymetli zümrem Hilal Aköz'e teşekkür ederim.

Bugünlere gelmemin baş mimarları olan, sevgilerini ve desteklerini hayatımın her döneminde hissettiğim, her zaman yanımda olan, her koşulda bana güç veren canım babam Cengiz Yönet ve canım annem Nazmiye Yönet emekleriniz için sonsuz teşekkürler. Bana hem dost, hem arkadaş olan, hayatıma eğlence katan, bu süreçte bana her türlü toleransı gösteren sevgili kardeşlerime teşekkür ederim.

Son olarak yaşamıma girerek beni dünyanın en mutlu insanı haline getiren, her tökezlediğimde elimden tutan ve bana güç veren, umudumu kaybetmememi sağlayan, anlayışı, fedakârlığı, sevgisi ve verdiği motivasyonla her zaman destekçim olan sevgili eşim İstemihan Demirhan'a teşekkür ederim.

Cansel YÖNET DEMİRHAN

KONYA- 2021

İÇİNDEKİLER

| | |
|--|------|
| ÖN SÖZ (TEŞEKKÜR)..... | ii |
| İÇİNDEKİLER | iii |
| TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU | v |
| BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ..... | vi |
| SİMGELER VE KISALTMALAR | vii |
| ÖZET | viii |
| ABSTRACT..... | ix |
| 1 GİRİŞ | 1 |
| 1.1 Problem Durumu | 1 |
| 1.2 Araştırmanın Amacı..... | 5 |
| 1.3 Araştırmanın Önemi..... | 5 |
| 1.4 Sayıtlar | 6 |
| 1.5 Sınırlılıklar | 6 |
| 1.6 Tanımlar | 7 |
| 2. İLGİLİ ALAN YAZIN | 8 |
| 2.1 Bağlanma | 8 |
| 2.1.1. İçsel Çalışma Modelleri | 11 |
| 2.1.2. Bağlanma Stilleri | 12 |
| 2.1.3. Ergenlik Döneminde Bağlanma | 18 |
| 2.2. Duygu Düzenleme | 20 |
| 2.2.1 Duygunun Tanımı | 20 |
| 2.2.2. Duygu Düzenleme Nedir?..... | 21 |
| 2.2.3. Duygu Düzenlemenin Gelişimi..... | 23 |
| 2.2.4. Ergenlerde Duygu Düzenleme | 24 |
| 2.2.5. Duygu Düzenlemenin Bireyin Yaşamındaki Etkileri | 25 |
| 2.2.6 Duygu Düzenleme ve Bağlanma | 26 |
| 2.4. Narsisizm | 27 |
| 2.4.1. Narsisizmin Tarihçesi | 27 |
| 2.4.2. Narsisizm Nedir? | 29 |
| 2.4.3. Kuramsal Açıdan Narsisizm | 31 |
| 2.4.4. Narsisizm Türleri | 34 |
| 2.4.5. Narsistik Kişilik Bozukluğu..... | 37 |
| 2.4.6. Narsistik Kişilerin Özellikleri | 39 |
| 2.4.7. Çocukluk Çağı Narsisizmi | 39 |

| | |
|--|----|
| 2.5. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar | 40 |
| 2.6. Duygu Düzenleme İlgili Yapılmış Araştırmalar | 42 |
| 2.7. Narsisizm İle İlgili Yapılmış Araştırmalar | 43 |
| 3 YÖNTEM | 46 |
| 3.1 Araştırmanın Modeli | 46 |
| 3.2 Araştırmanın Çalışma Grubu | 46 |
| 3.3 Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri | 46 |
| 3.3.1 Kişisel Bilgi Formu | 47 |
| 3.3.2 Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği | 47 |
| 3.3.3 Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği | 47 |
| 3.3.4 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği | 48 |
| 3.4 Verilerin Toplanması | 49 |
| 3.5 Verilerin Analizi | 49 |
| 4 BULGULAR | 50 |
| 4.1. Narsisizm, Bağlanma Stilleri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkiler | 50 |
| 4.2. Bağlanma Stilleri ve Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolüne İlişkin Bulgular | 52 |
| 4.2.1. Bağlanma Stillerinden Kaygı Alt Boyutu ile Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolü | 52 |
| 4.2.2. Bağlanma Stillerinden Kaçınma Alt Boyutu ile Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolü | 54 |
| 5 TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER | 56 |
| 5.1 Tartışma | 56 |
| 5.1.1 Narsisizm, Bağlanma Stilleri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkilerin Tartışılması | 56 |
| 5.1.2 Bağlanma Stilleri ve Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması | 61 |
| 5.2 Sonuç | 65 |
| 5.3 Öneriler | 66 |
| KAYNAKÇA | 67 |

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Ortaokul Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri, Duygu Düzenleme Becerileri Ve Narsisizm Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi başlıklı tez çalışmamın İç Kapak, Özetler, Ekler ve Ana Bölümlerden (Giriş, Alan Yazın, Yöntem, Bulgular, Tartışma, Sonuçlar ve Öneriler) oluşan toplam **56** sayfalık kısmına ilişkin, 21/05/2021 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **%18** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez kabul sayfası hariç,
2. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç,
3. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç,
4. Önsöz hariç,
5. İçindekiler hariç,
6. Simgeler ve kısaltmalar hariç,
7. Kaynakça hariç
8. Özgeçmiş hariç,
9. Alıntılar dâhil,
10. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına göre intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

25/06/2021

Cansel YÖNET DEMİRHAN

Doç. Dr. H. İrem ÖZTEKE KOZAN

BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynakça listesine eklendiğini beyan ederim.

25/06/2021

Cansel YÖNET DEMİRHAN

SİMGELER VE KISALTMALAR

Kısaltmalar

Akt: Aktaran

Vd: Ve diğlerleri

İİDD: İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme

DİDD: Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme

İİODD: İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme

DİODD: Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme

ÖZET

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİ, DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE NARSİSİZM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Cansel YÖNET DEMİRHAN

Bu araştırmanın temel amacı ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve narsisizm düzeyleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerilerinin aracı rolünü incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 8. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya 233 erkek, 268 kız olmak üzere toplam 501 öğrenci katılmıştır. Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini öğrenmek için ‘Kişisel Bilgi Formu’, narsisizm düzeylerini ölçmek için ‘Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği’, duygu düzenleme becerilerini ölçmek için ‘Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği’ ve son olarak da bağlanma stillerini belirlemek için ‘Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği’ kullanılmıştır. Elde edilen veriler IBM SPSS Statics Programı aracılığıyla PROCESS Makrosu kullanılarak yapılmıştır. Veri analiz yöntemi olarak Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı ve bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre narsisizm ile duygu düzenleme becerilerinin ve bağlanma stillerinin alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bunun yanı sıra yapılan aracılık analizi sonuçlarına göre bağlanma stilinin kaygı alt boyutu ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerilerinin içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarının tam aracı role sahip olduğu görülmüştür. Bağlanma stilinin kaçınan alt boyutu ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme boyutlarının tam aracı role sahip olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Narsisizm, bağlanma stilleri, duygu düzenleme becerileri

ABSTRACT

Department of Educational Sciences
Psychological Counseling and Guidance Program
Master Thesis

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SECONDARY SCHOOL STUDENTS' ATTACHMENT STYLES, EMOTION REGULATION SKILLS AND NARCISSISM LEVELS Cansel YÖNET DEMİRHAN

The main purpose of this study is to examine the mediating role of emotion regulation skills in the relationship between secondary school students' attachment styles and narcissism levels. The study group of the research consists of 8th grade students studying in the 2019-2020 academic year. A total of 501 students, 233 boys and 268 girls, participated in the study. In the study, the 'Personal Information Form' to learn the personal information of the participants, the 'Childhood Narcissism Scale' to measure their level of narcissism, the 'Emotion Regulation Scale for Adolescents' to measure emotion regulation skills, and finally the 'Experiences in Close Relationships Inventory-II Middle Childhood Scale' to determine attachment styles were used. The data obtained were analyzed with the SPSS 25.0 package program. Pearson's moments multiplication correlation coefficient and bootstrap method were used as data analysis methods. In addition, according to the results of the mediation analysis, it was found that the internal functional emotion regulation and external functional emotion regulation sub-dimensions of emotion regulation skills had a full mediating role in the relationship between the anxiety sub-dimension of attachment style and narcissism. In the relationship between the avoidant sub-dimension of attachment style and narcissism, it was found that the internal functional emotion regulation, external functional emotion regulation, and external dysfunctional emotion regulation dimensions of emotion regulation had full mediator roles.

Keywords: Narcissism, attachment styles, emotion regulation skills.

BÖLÜM 1

1 GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde problem durumuna, araştırmanın amacına ve araştırma sorularına, araştırmanın önemine, sayıltılarına ve sınırlılıklarına yer verilecektir.

1.1 Problem Durumu

İnsan, doğumdan itibaren başkaları ile ilişki içerisinde olan, topluluk halinde yaşayan, sosyal yönü ağır basan bir organizmadır. Kişinin doğumdan itibaren yaşamını devam ettirebilmesi için bakım vereniyile kurduğu ilişki ve yakınlık diğer türlere oranla daha uzun sürelidir. Bu ilişki neticesinde ortaya çıkan bağlanma ihtiyacı kaçınılmaz bir gerçektir.

Bağlanma, yavru ile kültürleşmiş ve sosyalleşme amili olan bir anne veya annelik yapan kişi veya kişiler arasında oluşmuş bulunan, sevgiye ve ilgiye dayalı bir bağ kurma olayıdır (Yörükkan, 2020). Bowlby'e göre (1969) bebekler bakım verenleriyle kurduğu ilişkiler ve deneyimler neticesinde beklentilerini bilir ve bu yönde davranışlar sergilemeye başlarlar. Bowlby (1969) bu beklentilere içsel çalışan modeller adını vermiştir ve bu modellerin, bakım verenin davranışları ile şekil aldığını, çocuğun bakım verenle geçirdiği zaman arttıkça da bu modellerin çocuk tarafından benimsendiğini savunmuştur. Bağlanma ilişkileri sonucu oluşan içsel çalışan modelleri yaşam süresince değişmezler ve sabit kalırlar. İçsel çalışan modeller, karşılıklı olarak birbirlerini destekleyici ve tamamlayıcı iki boyut barındırmaktadırlar. Bu boyutlardan ilki, ulaşılabilir ve ihtiyaçları karşılayan bir bağlanma figürünün olup olmadığıdır. İkinci boyut ise bireyin kendisini bakım vereniy veya diğerleri tarafından sevmeye ve değer vermeye layık biri olarak görüp görmediğidir (Bowlby, 1969).

Bağlanma figürleri, bireyi dışarıdan gelecek tehditlere karşı, tehlikelere karşı koruma gereksinimi hisseden kimselerdir. Aynı zamanda bireyin olumsuz, acı veren deneyimler edinmesine engel olan, kişinin korkularını, çatışmalarını gidermeye çalışan bireylerdir. Tüm bunlarla beraber bireyin riskler alabilmesi için, çevreyi keşfedebilmesi için, yükselmeye, gelişmeye yönelik faaliyetlerle meşgul olabilmesi için güvenli bir zemin ihtiyacını karşılayan kimselerdir (Yörükkan, 2020). Bağlanma figürü, çocuğa karşı tutarlı davranışlarda bulunursa, çocuğun ihtiyaçlarını zamanında giderirse ve ulaşılabilir

bir konumda olursa çocuk sevgiye değer ve güvenilir olduğuna yönelik içsel çalışan modeller geliştirecektir ve güvenli bağlanma modeli oluşacaktır. Bunun aksi olan durumlarda ise çocuk kendini değersiz, reddedici olarak algılar ve böylece güvensiz bağlanma modelleri ortaya çıkar (Bowlby, 1969). Bir çocuk, kendi zihinsel süreçlerini düzenlemek için bakıcının ruh halini kullanır (Siegel, 1999). Çocuğun duyguları düzenleme ve tutarlı bir benlik duygusu geliştirme kapasitesi duyarlı bir ebeveynlik gerektirir. Bir çocuğun bağlanma sınıflandırmasının en iyi yordayıcısı, kendi annesinin bağlanmasına ilişkin zihin durumudur (Lyons-Ruth ve Jacobvitz, 1999). Bowlby'e (1980) göre duygusal bağların gelişimindeki en önemli özelliklerden birisi bağlanma davranışının sağlıklı bir şekilde gelişmesidir. Oluşan bu duygusal bağlar ilk başlarda çocuk ve aileler arasında olan bir bağ iken ilerleyen dönemlerde yetişkinler arasında olan bir bağ olarak devam etmektedir.

Bağlanma kuramı, insan yaşamının hem karanlık ve kasvetli hem de aydınlık ve ümit veren tarafıyla ilgilidir; sadece olumlu yönleriyle ilgili değildir. Bağlanma sistemi korkularla, kırılğanlıklarla, çatışma ve savunmalarla meşgul olduğu kadar, mutlulukla, sevgiyle ve kendini geliştirme gibi doğal yeteneklerin geliştirilmesiyle de ilgilidir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Ergenlik dönemini temel alan çalışmalar sonucunda bağlanma kaygısı yüksek olan bireylerin psikopatolojik olarak depresyona daha çok yatkın oldukları (Spruit, vd., 2020; Sümer vd., 2009; Şahin Baltacı ve Altan, 2016) ve yalnızlık duygularını (Bhatia, Dhal, Gupta, ve Sharma, 2007) yaşamaya daha eğilimli oldukları görülmüştür. Bağlanma kuramı ile ilgili yapılan araştırmalar sonucunda bireylerin yaşamlarının ilk dönemlerindeki olumlu duygusal gelişimleri ile güvenli bağlanma stillerine sahip olmaları yaşamları boyunca psikolojik sağlıklarını korumaları için önemli bir temel oluşturmaktadır. (Sümer, 2006). Psikolojik olarak sağlıklı olmanın temel etkenlerinden biri, kişinin sahip olduğu duygularının kalitesi ve karşılaştığı durumlar ve olaylar karşısında duygularını nasıl düzenlediğidir (Yıldız, 2014).

Duygu düzenleme, Gross'a (1998) göre kişilerin var olan duygularının ne zaman oluştuğunu, bu duyguları nasıl yaşadıklarını ve bu duyguların ifade ediliş tarzlarını etkileyen süreçlerdir. Thompson'a (1994) göre, "Duygu düzenleme, kişinin amacına ulaşması için, duygusal tepkileri, özellikle de onların yoğun ve geçici özelliklerini gözlemek, değerlendirmek ve düzenlemekten sorumlu dışsal ve içsel süreçleri kapsar". Duygu düzenleme kavramı, genel olarak bireylerin duygusal tepkilerindeki farklılıkları

ve değişimleri içermektedir. Bireylerin yaşadıkları duyguların türlerinde, duyguların yaşanma zamanında, bu duyguların nasıl ifade edildiği ve nasıl yaşandığı noktasında bu değişiklikler gözlenebilir (Yıldız, 2014).

İnsanlar günlük yaşamlarında karşılaştıkları olaylara verdikleri duygusal tepkilerle var olan durumlara uyum sağlamaya çalışırlar ve duygu düzenlemeleri için çeşitli stratejiler geliştirirler. Bu stratejilerin bir kısmı olumlu ve işlevsel olacağı gibi, bir kısmı da bunun tam tersi olabilir. Tam tersi durumlarda, yani tepkilerin işlevsiz olduğu durumlarda kişinin uyumunun bozulduğu görülebilir (Yıldız, 2014).

Duygular süreç içerisinde ortaya çıkan çok boyutlu bir yapıya sahip oldukları için duygu dinamiklerindeki değişiklikleri (Thompson, 1990) ya da fizyolojik alanlardaki yanıtların gecikmesini, yükselme zamanını, büyüklüğünü, süresini ve bunlar arasındaki dengeleri içermektedir. Duygu düzenleme sonucu bireyler yaşamlarındaki hedeflerine göre duygularını yok edebilir, devam ettirebilir ya da var olan duyguları daha da güçlendirebilir (Gross, 1998; Gross, 2002).

Duyguları tanımak, anlamak, öğrenmek ve bunlara uygun tepkiler vermek, duyguların geçmişini irdelemek, kişilerin problemleri duygusal örüntülerini deneyimleyerek değiştirmek birçok terapinin hedefleri arasındadır. Psikanalitik görüşe göre, kişiden kişiye değişen duygu düzenleme stratejileri kişiliği ve patalojiyi etkilemektedir. Erken çocukluk dönemi duygularından olan hayal kırıklığı, kaygı ve umutsuzluk duyguları, birey tarafından düzenlenir. Eğer kişinin duygu düzenlemeye yönelik girişimleri süreç içerisinde değişmezse ve esnek bir yapıya sahip değilse bu durum kişiyi kısıtlar ve psikolojik belirtiler göstermeye başlar (Cole, Michel ve Teti, 1994; Dodge ve Garber, 1991). Bu psikolojik belirtilerden biri olan narsisizm ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çok araştırma bulunmaktadır (Madeddu, Pierro ve Sarno, 2017; Derntl, Habel, Huebben, Loeffler ve Radke, 2020; Luo, Lü, You, Zhang ve Wang, 2015).

Narsisizm, birçok uyarlanabilir özelliğin yanı sıra duygu düzenlemedeki zorluklarla da karakterize edilmiştir. Narsisizm kavramı yüksek başarı, karizma ve yenilikçi olma gibi olumlu unsurların yanı sıra çevredeki diğer bireylere karşı ilgisiz davranma, risk alma gibi olumsuz faktörlerle ilişkilendirilmektedir (Loeffler, Huebben, Radke, Habel ve Derntl, 2020). Raskin ve Terry'e (1988) göre narsisizm bireyin

benliğine yönelik duyduğu aşk, hayran olma duygusu ve kendini üstün görme gibi bir dizi tutumu içinde barındıran kendini savunma yönelimidir. Narsisizm kavramının temelinde kişinin davranışlarında gözlenen kibir, beğenilme gereksinimi ve empati duygusunun yoksunluğu yatmaktadır. Narsistik özellikler taşıyan bireyler görünüş olarak kendilerini çok beğenen, kibirli kişilerdir. Kendilerinin diğer bireylerden üstün olduklarının kabullenilmesini isterler. Bu bireyler gözle görülebilir davranış bozukluklarına sahip olmamakla beraber kimileri sosyal ve mesleki anlamda önemli başarılar elde etmişlerdir. Narsistlerin sahip olduğu büyüklenmeci tavırların özgüven ile bir ilgisi yoktur, aksine bu kişiler sahip oldukları büyüklenmeci tavırlarından dolayı daima onaylanma beklentisi içerisindeyler (Kırpınar, 2009).

Kernberg'e (1967, 1970, 1975, 1992) göre narsisizm, anne babaların çocuğu reddettiği, tutarsız tutum ve davranışlarda bulunduğu ve anne babaların kendi gereksinimlerini gidermek için çocuklarını kullandıkları aile ortamlarında belirgin bir şekilde oluşmaktadır. Bazı anne babalar çocuklarını küçümseyip ihmal edebilirken, kendi ihtiyaçlarına göre bazen de aşırı ilgi gösterebilmektedirler (Akt., Levy, Ellison ve Reynoso, 2011). Yapılan çoğu araştırma anne babanın çocuğa karşı olan bu tutumları ile bağlanma arasındaki ilişkiyi incelemektedir (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 2015; Büyükşahin, 2006; Bowlby, 1969; Egeland ve Farber, 1984). Kaygılı/kaçınan bağlanma stiline sahip olan çocukların ebeveynlerinin huzursuz, gergin ve öfke gibi olumsuz duygulara sahip olduğu görülmüştür (Egeland ve Farber, 1984). Buna karşılık çocuğun da soğuk, ilgisiz ve reddedici olan bu ebeveyne karşı savunmaya geçerek kendi benliğini yüceltmeye çalıştığı gözlenmiştir. Burada narsisizmin telafi edici bir işleve sahip olduğu görülmektedir (Akt., Levy, Ellison ve Reynoso, 2011).

Sonuç olarak narsisizm, bireyin çevresi ile kurduğu iletişimi etkilemesi açısından önemli bir kavramdır. Ergenlik dönemindeki yaşantılar itibariyle bireylerin narsistik özellikler sergilemesine neden olan unsurların incelenmesinin alana özgün katkılar sunacağı düşünülmektedir. Özellikle bebeklik ve çocukluk dönemi deneyimleri sonucu oluşan bağlanma stilleri ve duygu düzenleme becerilerinin bireyin narsisizm düzeyini etkileyen önemli yordayıcılar olduğu düşünülmektedir.

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ortaokulda öğrenim gören öğrencilerin narsisizm ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolünü incelemektir.

Araştırmanın değişkenlerine bakıldığında öğrencilerin narsisizm düzeyleri bağımlı değişkeni oluştururken, bağlanma stilleri ve duygu düzenleme stratejileri bağımsız değişkenleri oluşturmaktadır.

Bu amaca dayanarak aşağıda yer alan sorulara yanıt aranacaktır.

1. Ortaokul öğrencilerinin narsisizm düzeyleri, duygu düzenleme becerileri ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Ortaokul öğrencilerinin narsisizm düzeyleri ile kaygılı bağlanma stili arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerileri aracı değişken olarak rol almakta mıdır?
3. Ortaokul öğrencilerinin narsisizm düzeyleri ile kaçınan bağlanma stili arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerileri aracı değişken olarak rol almakta mıdır?

1.3 Araştırmanın Önemi

Kişinin çocukluk geçmişinde ebeveynlerine yönelik geliştirdiği bağlanmanın ve duyguları düzenleme becerilerinin, kişilik oluşumunda ve örgütlenmesinde önemli olduğunu kabul edersek, narsistik kişilik özelliğinin bu değişkenlerle ilişkili olup olmaması merak uyandıran bir konu olmaktadır.

Narsisizm ile ilgili yapılmış çalışmalar genel olarak yetişkin örneklem (Ekşi, 2012; Smolewska ve Dion, 2005) üzerinde gerçekleştirilmiştir. Fakat günümüzde orta çocukluk dönemi ve ergenlik dönemlerini kapsayan çalışmaların da yapıldığı ve konuyla ilgili birikimin arttığı görülmektedir. Yapılmış çalışmalarda görülmüştür ki orta çocukluk dönemindeki ve ergenlikteki erken dönem kişilik bozuklukları yetişkinlikte de kişilik bozukluklarının temelini oluşturmaktadır (Ang ve Raine, 2009). Bundan dolayı yapılan bu çalışmanın bireylerin kişilik gelişimine yönelik edinilecek bilgilere katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Özellikle çocuklarda ve ergen bireylerde narsisizmin akran reddi, içe yönelim bozuklukları gibi duygusal sorunlara neden olmasının yanı sıra dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, davranım bozuklukları ve karşı gelme gibi dışa yönelim

bozuklukları ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Barry, Frick ve Killian, 2003; Frick, Bodin ve Barry, 2000). Bu çalışmanın ortaokul öğrencilerinde görülen narsisizm ile bağlanma ve duyguları düzenleme arasındaki ilişkiyi ortaya koyarak çocuklarda var olan dışa yönelim bozukluklarının altında yatan nedenlerin tespit edilmesi için yol gösterici nitelikte olması beklenmektedir.

Narsisizm ile ilgili yapılmış çalışmalara bakıldığında Türkiye’de oldukça kısıtlı sayıda oldukları görülmektedir (Ekşi, 2012; Güven, 2019; Karaaziz ve Erdem Atak, 2013; Kırpınar, 2009). Ayrıca konuyla ilgili yapılan çalışmalarda narsisizm kavramı genel olarak bir kişilik bozukluğu olarak ele alınmıştır. Bağlanma ve duygu düzenleme ile aralarındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada narsisizm kavramı bir kişilik bozukluğu olarak değil de bir kişilik özelliği olarak ele alınmıştır.

Bağlanma stillerinin ve duygu düzenleme becerilerinin narsisizm ile olan ilişkisi ayrı ayrı farklı çalışmalarda ele alınmış olsa da bu üç kavramın birlikte ele alındığı çalışmaya rastlanmamıştır. Bundan dolayı yapılan çalışma sonucu elde edilen verilerin alana özgün katkılar sunacağı düşünülmektedir.

1.4 Sayıtlar

Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin ‘Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği’, ‘Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği’, ‘Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği’ ve ‘Kişisel Bilgi Formu’ na içtenlikle ve gerçek yaşantılarına uygun yanıtlar verdikleri varsayılacaktır.

1.5 Sınırlılıklar

1. Araştırmada incelenen narsisizm düzeyi “Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği’nin” ölçeği özelliklerle sınırlı olacaktır.
2. Araştırmada incelenen bilişsel duygu düzenleme stratejileri “Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği’nin” ölçeği özellikler ile sınırlı olacaktır.
3. Araştırmada incelenen bağlanma stilleri “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği’nin” ölçeği özellikler ile sınırlı olacaktır.
4. Araştırmanın çalışma grubu 2019-2020 eğitim öğretim yılında çeşitli okullarda öğrenim gören ortaokul öğrencileri ile sınırlı olacaktır.

1.6 Tanımlar

Narsisizm: Kişinin ruhsal ve bedensel benliğine yönelik duyduğu hayranlık ve bağlılıktır (TDK, 2019).

Duygu düzenleme: Bireyin yaşantıları sonucu oluşan gereksinimlerine dayanarak oluşan duygusal tepkilerini, davranışlarını gözleme, değerlendirme ve gerekirse değiştirmeyi esas alan içsel ve dışsal süreçleri kapsayan bir yapıdır (Thompson, 1994).

Bağlanma: Bir çocuğun birine bağlanması onun belli durumlarda özellikle korktuğu, hasta ya da yorgun olduğunda belli bir figürle yakınlık araması ve iletişim kurmasıdır (Bowlby, 1982).

BÖLÜM 2

2. İLGİLİ ALAN YAZIN

Bu bölümde problem durumuna konu olan bağımlı ve bağımsız değişkenlerle ilgili kuramsal çerçeveye ve yapılmış bazı çalışmalara yer verilmiştir. Araştırmanın değişkenleri olan bağlanma, duygu düzenleme ve narsisizm konuları bu kapsamda sırasıyla ele alınmıştır.

2.1 Bağlanma

Bağlanma, bir bireyin başka birisinde yakınlık arama ve bu yakınlığı sürdürme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Bowlby,2020). Yeni doğan bireylerin duygusal bağ kurmaya meyilli olmaları, buna ihtiyaç duymaları yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli olan ve gelişimsel yönden fonksiyonel olan bağlanmayı ifade etmektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Bağlanma, bir bebeğin asli bakıcısı ile kuvvetli bir heyecansal bağ kurmasına ve bunun sonucu olarak da bu bağlılığını sürdürme arzusuna işaret etmektedir. Aynı zamanda bağlanma anne veya annelik yapan kişi veya kişiler arasında oluşmuş bulunan, sevgiye ve ilgiye dayalı bir bağ kurma olayıdır (Yörükan, 2020). Bağlanmaya yönelik birçok tanımın (Bowlby, 1969, 1980; Yörükan, 2020) yapılmasına karşın en geniş çaplı ve kabul edilebilir şekilde yapılmış tanım John Bowlby'e ait olan tanımdır. Bowlby'e (1969) göre bağlanma, çocuğun başkasına bağlanması ve bu çocuğun ihtiyaç duyduğu hallerde -korkma, hasta olma, yorgunluk- bir başkasına yakınlık duyması ve iletişime geçmeye çalışmasıdır. Bağlanma davranışı ise bir kişinin başka bir bireye yakınlık kazanmasına veya bu yakınlığı korumasına neden olan herhangi bir davranış biçimi olarak düşünülmektedir (Bowlby, 1980). Kişi bir tehdit durumunu algılamazsa veya bağlanma figüründen ayrı kalmak durumunda olmazsa bağlanma davranışı aktive olmaz (Hamarta, 2004).

Nesne ilişkileri kuramı, bağlanma kuramının temelini oluşturmaktadır. Nesne ilişkileri kuramcıları, yeni-Freudcular gibi erken dönem yaşantılarına önem vermektedirler. Fakat nesne ilişkileri kuramcıları içsel çatışma ve dürtülerden çok bireyin hayatında etkin yere sahip kişilerle olan bağlantılarına odaklanırlar. Bu kişiler genellikle bireyin annesi olmaktadır. Nesne ilişkileri kuramcıları, bireyin bilinçaltının, etrafındaki önemli gördükleri nesnelerin birer yansımasından oluştuğunu belirtirler. Çocuğun ebeveynlerinin bilinçaltındaki yansımaları, ebeveynler yanında olmadığı

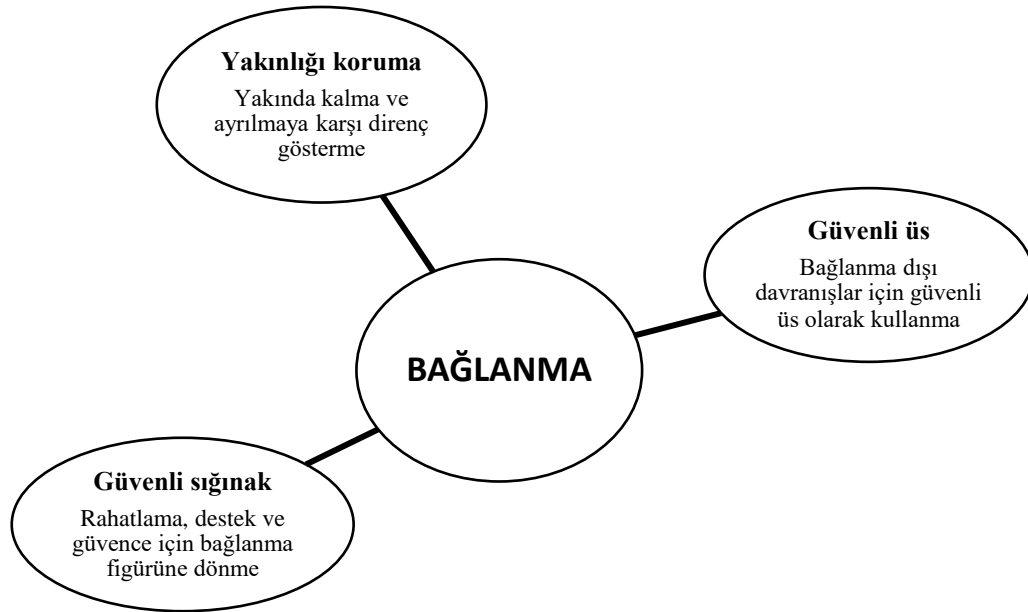
anlarda da çocuğun onlarla ilişkilendirdiği bir nesne görevi görür. Çocuğun ebeveyn imajlarını özümseme tarzı, ileride içinde bulunduğu ilişkilerinde karşısındaki bireylere hangi gözle bakacağını temellerini oluşturur. Kısacası bir çocuğun anne ve babasına karşı hissettiği bağlılık duygusu, yetişkin olduğunda başka bireylerle anlamlı ilişkiler kurma becerilerini etkiler (Burger, 2006). Sağlıklı gelişim süreci boyunca bağlanma davranışı, başlangıçta çocuk ile ebeveyn arasında ve daha sonra yetişkin ile yetişkin arasında şefkatli bağların veya bağlanmaların gelişmesine yol açar. Davranış biçimleri ve bunların yol açtığı bağlar yaşam döngüsü boyunca mevcuttur ve aktiftir. Hiçbir şekilde diğer teorilerin varsaydığı gibi çocukluk ile sınırlı değildir (Bowlby, 1980).

Bağlanma kuramının temel önermesi yeni doğanın, bir bakıcı tarafından korunması ve bakımı olmadan hayatta kalamayacağıdır. Bundan dolayı bebek ile bakıcı arasında duygusal bağın ve ilişkininin daimiliği, bebeklerin davranışlarının güvenli bir şekilde gelişimini sağlar (Hamarta, 2004). Bağlanma kuramı, bebek ile bakım vereni arasında oluşan bağlanma bağının ya da duygusal bağın doğasına odaklanır. Bebek ile bakıcısı arasında oluşan bu bağın en kritik özelliği bebeğin bakıcıya erişebilir olması ve bakıcının ona yanıt verebiliyor olmasıdır. Aralarındaki bu etkileşimler ilerledikçe bebeğin bakıcıya karşı olan duyarlılığına ve ona ulaşabilirliğine dair istikrarlı beklenti ve inançları gelişir. Ayrıca bu süre içerisinde bebek, kendisinin bakıcısı tarafından sevgiye layık olup olmadığına yönelik inançlar geliştirir (Bylsma, Cozarelli ve Sümer, 1997). Bakıcının fiziksel ulaşılabilirliğinin etkilerinin yanı sıra psikolojik uygunluğunun etkilerinin de önemi büyüktür ve bu etkiler birbirlerine benzer özellikleri içermektedir. Tutarlı tepkisellik fonksiyonel olarak kısa vadeli ayrılıklara denktir ve buna karşılık gelen bağlanma örüntüsü aynı protesto davranışlarıyla –kaygılı/kararsız- karakterize edilir. Tutarlı bakıcı tepkisizlikleri, uzun süreli ayrı kalma durumları gibi duygusal kopmalar ve kaçınma ile sonuçlanır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma kuramının temel noktası, bir annenin bebeğine güvenilir bir ortam oluşturmaya çalışmasıdır. Bu ortam dış dünyayı keşfedip inceleyerek ve gerekli durumlarda güven duygusu eşliğinde geri dönüşler yaparak oluşturulmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006). Bebeğin anneye yakın olduğu durumlarda, bebek dünyayı daha cesaretli ve güvenilir bir şekilde keşfeder. Bebek anneye ulaşamadığında kaygıya kapılıp anneyi aramaya başlar. Bundan dolayı da stres yaşar ve yabancı olduğu her durum karşısında alarm durumuna geçer (Bowlby, 1973). Bu noktada bağlanma

davranışının en önemli avantajının bebeğin hayatta kalması için gereken çeşitli aktiviteleri anneden öğrenme fırsatı elde ettiği düşüncesi olduğu söylenebilir (Bowlby, 2020).

Bowlby (1982) bağlanmanın işlevlerini üç ana noktada ifade ederken bunlardan ilki bebeğin bakım verene yakın olmasıdır. Bağlanma figürüne yakınlık, özellikle bebek herhangi bir nedenden dolayı korktuğunda ya da sıkıntılı olduğunda aranacaktır. Bu tür durumlarda bakıcı, bebeğin rahatlık ve güven içerisinde sığınacağı bir figür olarak hizmet eder (Hazan ve Shaver, 1994). İkincisi bebeğin etrafı keşfederken ve yeni davranışları edinirken annesini “güvenli üs” olarak görüp kullanmasıdır. Üçüncüsü ise bebeğin çevresel tehlikelerden korunmak, birinden destek görme gereksinimini karşılamak amaçlı bakıcıya güvenmesi anlamında güvenli bir sığınak olmasıdır (Bowlby, 1982).



Şekil 2.1: Bağlanmanın özellikleri

(Hazan ve Shaver, 1994'den aktarılmıştır.)

Bowlby'a göre bağlanma davranış sistemi, bağlanma figürünün, benliğin, çevrenin ve kişinin deneyimlerine dayalı birtakım zihinsel temsiller içermektedir. Bowlby bunlara “temsili modeller” veya “içsel çalışma modelleri” adını vermektedir (Yörükan, 2020).

2.1.1. İçsel Çalışma Modelleri

İçsel çalışma modelleri, bağlanma kuramının temelini oluşturmaktadır (Güngör, 2000). Bowlby geliştirmekte olan çocuğun iç alemine odaklanarak içsel çalışma modellerinin oluşumu üzerine fikirler öne sürmüştür. Birey, çevrenin kendinden ne tarz beklentiler içinde olacağına, anne ya da anne figürünü üstlenen kişinin ondan nasıl davranışlar beklediğine ve diğerlerinin, kendinden nasıl davranışlar beklediğine ilişkin çalışma modelleri geliştirir (Bowlby, 1969). İçsel çalışma modelleri, bireyin kendisini ve dünyayı anlamasını sağlayarak kişinin davranışlarının biçimlendirilmesinde rol oynar ve kişinin davranışlarına yön verir (Hamarta, 2004). Aynı zamanda bu modeller kişinin gelecekte olabilecekleri yordamasına, buna yönelik plan ve programlar yapmasına ve uygun davranışlarda bulunmasına hizmet etmektedir (Yörükkan, 2020). Kısacası kişinin geçmişini ve bugününü etkileyerek gelecekteki eylemlerini şekillendirir (Siegel, 1999).

Bowlby'e göre (1969,1973,1980) bağlanma figürlerinin temsilleri erken çocukluk döneminde oluşur. Çocuk ilk doğduğu andan itibaren bakım vereni ile iletişim ve etkileşim halindedir. Bu şekilde bebeğin benliği, bağlanma figürü ile yaşadığı ilişkiye bağlı olarak çeşitli deneyimler elde eder. Bebek elde ettiği bu deneyimlerinden yola çıkarak, bağlanmaya dair gereksinimlerini karşılamak adına hangi davranış stratejilerinin faydalı olduğu konusunda çıkarımlarda bulunur. Sonrasında bu çıkarımlarını bağlanmayla ilgili kural olarak tanımlayabilmesi için içsel çalışan bağlanma modelinde düzenler (Main, Kaplan ve Cassidy, 1985). İçsel çalışma modeli ile bağlanma davranış düzeneği arasında önemli bir bağ bulunmaktadır. Aynı zamanda içsel çalışma modeli bireylerin tecrübe ve davranışlarının değerlendirilmesinde öncülük olup rehberlik yapmaktadır. Tüm bunların yanı sıra içsel çalışma modeli bağlanma ile alakalı olduğundan dilin organizasyonu ve yönü, dikkat, bellek ve düşünce süreçleri ile ilgili kurallar sağlamaktadır (Nur, 2020).

Esnek ve uyarlanabilir olan içsel çalışma modelleri, bağlanma figürleriyle tekrarlanan günlük deneyimlerden türemiştir. Bu bağlanma figürleri genellikle ebeveynler olmaktadır. Ebeveynlerin geçmişi algılayış tarzları çalışma modellerinin kalitesini ve özünü oluşturmaktadır (Cassidy, 1988). Çocuk gerekli gördüğü ya da kaygıya kapıldığı durumlarda bağlanma figüründen destek görürse, ona kolay ulaşabilirse, ondan olumlu tepkiler alırsa; bağlanma figürünün güvenilir ve inandırıcı olduğuna ilişkin zihinsel temsiller geliştirir. Aynı zamanda kendisinin de değer görülen

ve sevilmeye layık bir birey olduğuna dair zihinsel temsiller geliştirir. Bunun tam tersi olan durumlarda, yani çocuk bağlanma figürüne ihtiyaç duyduğunda, ondan destek göremez ya da olumsuz tepkilerle karşılaşırsa çocuk, bağlanma figürünü zihninde reddedici olarak kodlar. Kendisinin ise sevilmeye layık olmayan ve değersiz bir kişi olduğuna dair zihinsel temsilleri gelişir (Güngör, 2000).

Bağlanma kuramına göre, bir bireyin bebeklik, çocukluk ve ergenlik döneminde sahip olduğu ilişkiler, başkalarına ve kendine dair geliştirdiği “zihinsel modeller” yetişkinlik dönemindeki yakınlık ve destek arayışını etkiler (Simpson, Rholes ve Nelligan, 1992). Main, Kaplan ve Cassidy (1985), kişinin yaşamı boyunca girdiği çeşitli bağlanma ilişkilerine rağmen zihinsel modellerin değişime karşı dayanıklı olduğunu savunurken Bretherton (1985) da bu zihinsel modellerin zamanla sabit bir hale geldiğini düşünmektedir. Tüm bunlardan dolayı erken çocukluk dönemindeki ilişkiler, bu zihinsel modellerin doğasını ve gelişimini etkileyerek ilerleyen yıllarda kurulacak ilişkiler üzerinde uzun vadeli bir etkiye sahiptir (Simpson, Rholes ve Nelligan, 1992). Bireyin çocukluğunda bağlanma figürü ile olan iletişim ve etkileşimleri neticesinde oluşan içsel çalışma modelleri, sahip olacağı bağlanma stillerinin belirlenmesinde etkili olacaktır (Özteke, 2015).

2.1.2. Bağlanma Stilleri

İçsel çalışma modellerinin olumlu veya olumsuz olması, kişinin hayatında önemli yer edinmiş bireylere yönelik hissettiği güvenlik duygusunu korumasına etki ederken aynı zamanda onların tutum ve davranışlarının ne kadar güvenilir ve tutarlı olarak algıladığını, bireyin kendisini ne düzeyde sevilmeye layık bulduğunu doğrudan etkilemektedir. Durağan bir kişilik özelliği olan bağlanma stillerinin belirlenmesinde bu değişen algılar etkin rol almaktadır (Bowlby, 1973; Main, Kaplan ve Cassidy, 1985).

Bowlby'nin bağlanma kuramının temel varsayımlarını ilk defa sınıflandıran ve bağlanma davranışına dair bireysel farklılıkları inceleyen ilk çalışmalardan birini Mary Ainsworth (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978) yapmıştır. Ainsworth ve diğerleri bağlanma davranışındaki bireysel farklılıkları tespit etmek için 12-24 aylık bebekleri incelemişlerdir. “Yabancı Oda Deneyi” adını verdikleri bu çalışmanın amacı bebeklik döneminde, annenin çocuğun ihtiyaçlarını karşılamadaki hassasiyetinin bağlanma davranışını etkileyip etkilemediğini ortaya koymaktır. Bu deneyle çocukların yabancı olan bir ortamı keşfederken annelerini ne düzeyde güvenli bir üs olarak gördükleri,

buldukları ortamda yabancı bireylerin yakın tutum ve davranışlarına karşı nasıl karşılık verdikleri ve böyle bir ortamda annenin olmamasından dolayı oluşan kaygıyla nasıl baş ettiklerini incelemeye çalışmışlardır. Yapılan bu çalışmada çocukların öncelikle annelerinden bir süre ayrı kalmaları sağlanır. Daha sonra bu çocuklar belli bir süre bir yabancı ile aynı ortamda kalır ve ardından tekrar anneleri ile bir araya getirilirler. Bu şekilde çocukların bağlanma fonksiyonlarının aktif hale gelmesi sağlanmıştır. Yapılan bu deney sonucunda çocukların davranışları gözlenmiş olup çeşitli farklılıklar tespit edilmiştir. Ainsworth ve diğerleri bu deneyle beraber çocukların bağlanma davranışlarını üç başlık altında sınıflandırmışlardır. Bu sınıflandırma şu şekildedir: güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma. Güvenli bağlanma stiline sahip bebekler anneleri ile birlikte iken oldukça rahat bir şekilde çevreyi keşfetmek için çeşitli davranışlarda bulunmuşlardır. Annelerinin yokluğunda doğal olarak bir huzursuzluk haline sahip olsalar da çok fazla stres belirtileri göstermemişlerdir. Anneleri döndüğünde onlara karşı sıcak davranmışlar, hemen yakınlık kurmuşlar, herhangi bir olumsuz tepki göstermeden çevreyi keşfetmeye devam etmişlerdir. Kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip bebeklerin ise annelerinin, buldukları ortamda olmadığı durumlarda çok fazla kaygılandıkları, çevreyi ve oyuncaklarını keşfetme girişiminde bulunmadıkları, ortamda bulunan yabancı ile herhangi bir iletişim ve etkileşime girmedikleri görülmüştür. Anne ortama girdiğinde ise çelişkili tepkiler vermişlerdir. Yani annesine sarılma gibi yakın temas kurma davranışlarını sergilemelerine rağmen, ağlama gibi kızgınlık belirtilerini içeren protesto davranışları sergilemiştir. Son sınıflandırma olan kaçınan bağlanma stiline sahip bebeklerin ise, annelerinin ortamdaki ayrıldığı anlarda çok fazla tepki gösterdikleri ardından annenin yokluğunu aramadıkları, stres yaptıklarını belli edecek çok az davranışlarda buldukları tespit edilmiştir. Anne ortama girdiğinde ise ona karşı son derece ilgisiz davranmışlar, yakınlık kurmayı reddedici davranışlar sergilemişlerdir (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978).

Ainsworth ve diğerlerinin (1978) yaptığı deneyde çocukların farklı tepkiler vermesinin nedenini onların duyarlılık dereceleri ve içsel çalışma modelleri kapsamında açıklamışlardır. Ebeveynlerin duyarlı davranış kalıplarına sahip olması ile çocukların sahip oldukları bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelendiğinde birbirlerini destekler durumda olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma sınıflandırılmasına dâhil edilen çocukların annelerinin çocuğun ihtiyaçlarını karşılayan, duyarlı, çocuğa karşı daha

ilgili, çocuğun çevreyi keşfetmesi esnasında onu destekleyici ve özgür bırakan davranış kalıplarına sahip oldukları görülmüştür. Kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip çocukların annelerinin ise çocuklarını yönlendiren tavırlar sergiledikleri, ilgisini ve sevgisini gösterirken tutarsızlıklar sergiledikleri ve çocuklarının çevreyi keşfetmeleri esnasında müdahale edici tutum ve davranışlarda buldukları görülmüştür. Sonuncu bağlanma stili olan kaçınan çocukların annelerinin ise çocuğun sevgi ihtiyacını karşılamayan, çocuğu ile yakınlık temasını kurmayan, ihtiyaçları karşılamada ihmalkâr davranan ve reddedici tutumlar sergileyen bireyler olduğu ortaya konulmuştur (Güngör, 2000; Sümer ve Güngör, 1999).

Main ve diğerleri (1985), yetişkinlik dönemindeki bağlanma stillerinin tespit edilmesine ilişkin geliştirdikleri Yetişkin Bağlanma Görüşmesi tekniğini kullanmışlardır. Bu teknikle anne babaların, kendi çocukluklarında ebeveynleriyle olan ilişkileri ve şu an mevcut durumda olan ilişkileri betimlenmeye çalışılarak bağlanma stilleri analiz edilmektedir. Aynı zamanda bireylerin geçmişte ebeveynleri ile olan ilişkilerinin şimdiki kişiliklerini ne düzeyde etkilediği öğrenilmeye çalışılır. Yapılan bu çalışma sonrası Main ve diğerleri (1985), Yabancı Oda Deneyi sonucu sınıflandırılan bağlanma stillerine benzer şekilde bir sınıflandırma oluşturmuşlardır. Üç tür bağlanma stili belirlemişlerdir: Güvenli, saplantılı ve kayıtsız. Güvenli sınıflamaya dâhil olan bireyler, geçmiş yaşantıları sonucu oluşan bağlanma stilleri ile şimdiki kişilikleri arasında bir tutarlılık olduğunu kabul eden bireylerdir. Saplantılı bireyler, geçmişte anne babaları arasındaki ilişkileri ifade ederken kızgın bir hal alırlar ve bu bireylerin çocukluk bağlanma stilleri ile şimdi beklenen kişilik özellikleri arasında tutarsızlıklar bulunur. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireyler ise geçmişte yaşadıkları olumlu ya da olumsuz durumların geleceklerini hiçbir şekilde etkilemediklerini ifade ederler. Aynı zamanda anıları hatırlamakta çok güçlük çeker ve bağımsızlıklarına oldukça düşkün olurlar. Ainsworth ve diğerlerinin (1978) yaptığı deneyde anne baba tutum ve davranışlarının bağlanma stillerinin belirlenmesinde etkisi olduğu tespit edildiği gibi Main ve diğerlerinin (1985) oluşturduğu yöntemde de aynı durum söz konusu olmuştur. Main ve diğerleri (1985) yaptıkları çalışmaya göre güvenli bağlanan çocukları anne babalarının duyarlı, ilgili, sevgilerini ifade eden bireyler olduğu görülmüştür. Saplantılı bağlanma stiline sahip çocukların anne babalarının daha çok yönlendirici, hâkimiyet kuran olduğu ve son olarak da kayıtsız bağlanma stiline sahip çocukların anne

babalarının iletişim kurmayan, çocuklarına karşı ilgisiz olan bireyler olduğu belirlenmiştir.

Bowlby (1973) bireylerin, çocukluk dönemlerinde ortaya çıkan ya da yaşamları boyunca gizlenmiş veya önemsenmemiş çeşitli yargılara sahip olduğunu, var olan bu yargıların bireylerin bağlanma sistemlerinin oluşumunda büyük bir öneme sahip olduğunu savunmuştur. Aynı zamanda bu yargıların bağlanma sisteminin beşikten mezara kadar insan doğasının bir parçası olduğunu öne sürmüştür (Bowlby, 1973). Bowlby'nin bu görüşüne dayanarak bir çok araştırmacı yetişkinlik dönemindeki bağlanma stilleri üzerine araştırmalar yapmıştır. Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) anne baba ilişkileri çerçevesinde oluşturdukları çocukluk dönemi bağlanma sınıflandırmasının yetişkinliğe uyarlamasını yapmışlardır. Bireylerin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerinde takındıkları tutum, davranış ve duyguların yansımalarının sonuçları etkilediği görülmüştür. Bu kapsamda yetişkinlikteki bağlanmayı üç sınıf altında incelemişlerdir. Yapılan çalışma sonucunda Hazan ve Shaver, bireylerin %56'sının güvenli, %24'ünü kaçınan ve %20'sini kaygılı/kararsız olduğunu tespit etmiştir. Güvenli bağlanan sınıfa dahil olanlar, çevresindeki bireylerin seilmeye değer olduklarını, güvenilir olduklarını düşünürler ve onlara karşı iyi niyetlidirler. Sümer ve Güngör'e (1999) göre kaygılı/kararsız bağlanma sınıfında olan katılımcılar, diğer insanlarla iletişim kurmanın kolay ve rahat olduğunu savundukları halde terk edileceklerinde korkarlar, seilmeyeceklerini düşünürler. Bu bireyler duygusal olarak dengesizlikler yaşarlar, yakın ilişkilerinde çok fazla kıskanç ve takıntılı bir tavra sahip olurlar (Sümer ve Güngör, 1999). Kaçınan bağlanma stiline sahip olan bireyler ise soğuk bir yapıya sahip olup, ilişkilerinde daha çok yalnız kalmayı tercih eden bireylerdir. Bu gruptaki bireyler, annelerinin reddedici olduklarını ve sevecen bir yapıya sahip olmadıklarını, babalarının ise tutarsız davranışlar sergilediklerini ve doğruları söylemediklerini düşünmektedirler (Hazan ve Shaver, 1987).

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma stillerinin araştırılmasına yönelik yapılan önemli çalışmalardan birisi de Bartholomew ve Horowitz'e (1991) ait olan çalışmadır. Bu model Bowlby tarafından kavramsallaştırılan zihinsel modellerin, benlik ve başkalarına yönelik inançları kapsadığı fikrinden yola çıkılarak oluşturulmuştur. Kişinin benlik imgesinin ve başkalarına yönelik inançlarının, olumlu ve olumsuz olması

durumları çaprazlandığında farklı kombinasyonlar oluşmaktadır. Olumlu benlik modeli, kişinin kendisini sevmesini, saygı duymasını ve değer vermesini; olumsuz benlik algısı ise başkalarının onayına ihtiyaç duymayı güvenilmez ve reddedici olmayı, kapsamaktadır (Bartholomew, 1990). Bireyin kendine ve başkalarına yönelik olan bu olumlu ve olumsuz inançları gruplandırılınca dört bileşimden oluşan bir bağlanma stili modeli oluşmaktadır. Aşağıdaki şekilde bu model yer almaktadır.

BENLİK MODELİ

(Bağımlılık)

| | | Olumlu (Düşük) | Olumsuz (Yüksek) |
|----------------------------------|---------------------|---|--|
| DİĞERLERİ MODELİ (Kaçınma) | Olumlu (Düşük) | Hücre 1 GÜVENLİ Yakınlık kurmada rahat ve özerk | Hücre 2 SAPLANTILI İlişkilere yönelik saplantılı |
| | Olumsuz (Yüksek) | Hücre 4 KAYITSIZ Yakınlığa yönelik kayıtsızlık ve karşıt bağımlılık | Hücre 3 KORKULU Yakınlıktan korkmak sosyal ilişkilerden kaçınmak |

Şekil 2.2: Bağlanma sınıflaması

(Bartholomew ve Horowitz, 1991'den aktarılmıştır)

Dörtlü bağlanma modeline göre bireylerin ilişkilerindeki bağımlılık ve yakınlıktan kaçma durumlarına göre bağlanma stilleri farklılık göstermektedir. Bireylerin ilişkilerindeki bağımlılık düzeyleri şeklin yatay ekseninde gösterilmektedir. Yüksek miktarda bağımlılık, diğerlerinin onayına ihtiyaç duymayı ve başkalarından takdir görülmeye dayanan bir benlik algısını temsil etmektedir. Düşük düzeyde bağımlılıksa, benimsenmiş ve diğerlerinin onayından kısmen bağımsız olarak tanımlanan benlik algısına denk gelmektedir. Şeklin dikey ekseninde bulunan

yakınlıktan kaçınma boyutu yakın ilişkiler kurmaya dair olan isteklilik miktarını ve diğerlerine ilişkin beklentilerin kapsamını yansıtır (Sümer ve Güngör, 1999).

Bağlanma sınıflamasının ele alındığı Şekil 2.2’de Hücre 1’de yazılan özellik ile karakterize olan insanların benliğine ve diğer insanlara karşı olumlu inançları (Griffin ve Bartholomew, 1994). “Güvenli bağlanma” sınıfına dâhil olan bireyler kendilerini başkaları tarafından sevmeye layık gören, değerli olduklarını düşünen, başkalarını koşulsuz olarak kabul eden ve destekleyen bireyler olarak tanımlanabilirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Simpson, Rholes ve Nelligan, 1992). Başkaları ile kolay bir şekilde yakınlık kuran bireylerin güvenli bağlanma stiline sahip oldukları söylenebilir (Sümer ve Güngör, 1999). Aynı zamanda güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin zihinsel modellerini geliştirme eğilimindedirler. Sonuç olarak güvenli bağlanan kişiler kendilerini değerli görürlerken başkalarını güvenilir olarak görürler ve bu zihinsel modellerini destekleyecek şekilde ilişkilerini kurma eğilimindedirler (Simpson, Rholes, ve Nelligan, 1992).

Hücre 2’de yer alan “Saplantılı bağlanma” stiline sahip bireyler başkaları tarafından olumlu değerlendirilirlerken kendilerine yönelik değersizlik duygularını içeren bir inanca sahiptirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu stile sahip bireyler korkulu bağlanma stiline sahip bireyler gibi derin bir değersizlik duygusu yaşamaktadırlar. Ancak bu kişilerin başkalarına karşı olumlu benlikleri, kişiler arası ilişkilerinde aşırı yakınlık kurma yoluyla kendilerine yönelik değersiz benlik inançlarını onaylatmaya motive eder. Eğer bu yakınlık ihtiyaçları yeterli düzeyde karşılanmazsa bireyler karşılaşacakları sıkıntılara karşı savunmasız kalırlar ve ileri düzeyde depresyon yaşarlar (Griffin ve Bartholomew, 1994). Yani karşısındaki insanlar onlara sevgi gösterirse, saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler de kendilerinin sevmeye layık olduklarını kanıtlamış olacaklardır (Burger, 2006).

Hücre 3’te bulunan “Korkulu bağlanma” stili, bireyin kendine ve başkalarına karşı olan olumsuz benlik inançları ile oluşur (Griffin ve Bartholomew, 1994). Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler başkalarının güvenilmez ve reddedici olduklarını düşündüklerinden dolayı kendilerini sevmeye layık olmayan, değersiz bireyler olarak görürler (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Başkaları ile kuracakları ilişkinin, gereksinim duydukları samimiyet duygusunu kendilerine vereceğinden emin değildirler. Bundan dolayı diğer insanlardan uzak durmaya çalışırlar, onlara yaklaşımdan

korkarlar. İçlerinde var olan reddedilme korkularını bu şekilde bastırarak kendilerini koruma altına alıyorlar denilebilir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Burger, 2006).

Son olarak Hücre 4 “Kayıtsız bağlanma” stilini ifade etmektedir. Kayıtsız bağlanma stili bireyin kendisine ve başkalarına karşı olan olumsuz benlik algısıyla ilişkilidir (Griffin ve Bartholomew, 1994). Bazı bireylerin terk edilme korkusu olmasa bile başkalarına karşı derin bir güvensizlik duyguları olabilir. Bu bireyler kayıtsız bağlanma stiline sahiptirler. Yakın ilişki kurmaktan çekinirler. Aynı zamanda acı çekmekten korktukları için başkalarına güvenmek ya da duygusal olarak bağlanmak konusunda isteksizdirler (Burger, 2006). Kendilerini hayal kırıklıklarına karşı koruyabilmek adına olay ve durumlar karşısında incinmemeye çalışıp bağımsızlık duygularını geliştirmeye çalışırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bağlanma stillerinin tam olarak ne zaman geliştiği bilinmese de ergenlik döneminin başlarından itibaren bireylerin sosyal davranışlarını tahmin etmek ve değerlendirmek için kullanılabilir birer etken oldukları söylenebilir (Simpson, Rholes ve Nelligan, 1992). Ergenlik dönemindeki bağlanmayı inceleyebilmek için ergenlik dönemi özelliklerini bilmek önemlidir.

2.1.3. Ergenlik Döneminde Bağlanma

Ergenlik dönemi, çocukluk döneminden farklı olarak kişinin duygu, düşünce ve davranışları açısından birçok farklılıkları beraberinde getiren bir dönemdir. Bireyin özellikle bu dönemde soyut işlemler evresine geçiş yapması ve mantık çerçevesinde düşünmeye başlamış olması var olan somut durumların ötesine gitmesine, hipotetik düşünmesine, uzak hedefli planlar yapmasına, kendisine yönelik ve çevresine yönelik düşüncelerini gözden geçirmesine olanak tanır (Piaget, 1954). Erikson ergenlik döneminin en önemli krizinin genişleyen sosyal dünyada farklı seyirciler için farklı roller oynamanın sonucunda ortaya çıkan karışıklığın ortasında bireyin gerçek kimliğini keşfetmesi olduğuna inanır. Bu krizin üstesinden gelmek bireyin tutarlı bir öz olma duygusu geliştirmesini sağlar; bunu yeterli ölçüde başaramamak ise merkezi, sabit bir özü olmayan öz-imağ ile sonuçlanabilir (Gerrig ve Zimbardo, 2013). Erikson’a (1968) göre birey çocukluk döneminde ebeveynlerinden yeterli sevgi ve yakınlığı görürse çevresine ve benliğine yönelik güven duygusu geliştirir ve özerklik kazanır, girişken bir birey olur. Bu özelliklere sahip bireyler ile güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin özellikleri aynı şekilde karakterizedir (Güngör, 2000). Eğer çocukluk döneminde

ebeveynler tarafından yeterli destek, sevgi ve ilgi karşılanmazsa; birey, ergenlik dönemine güvensiz ve yetersizlik duyguları ile birlikte girer (Erikson, 1968). Bu süreçte ergen sağlıklı bir kimlik gelişimi gerçekleştirirse sonrasında çevresindeki diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmaya meyilli olur (Güngör, 2000).

Ergenlik dönemindeki bireylerin ilgileri, ebeveynlerinden çok akranlarına kaydığı için bağlanma stillerinde değişiklikler meydana gelmektedir (Bowlby,1980). Aynı zamanda bu dönemdeki bağlanma, daha çok ergen olan bireyin duyguları, yakın ilişki içerisinde bulunduğu arkadaşlıkları ve inançları çerçevesinde şekillenmektedir (Çam ve Keskin, 2007). Çocukluk dönemindeki bağlanma stiline belirleyicisi olan annenin, kişi üzerindeki etki gücünün gittikçe azaldığı görülmektedir (Çam ve Keskin, 2007; Kara, 2020). Birey çocukluğunda güvenli bir bağlanma stiline sahip olmuşsa ergenlik döneminde bu bağlanmayı arkadaşlarına yönlendirir. Kişi ebeveyninden her ne kadar uzaklaşsa da ebeveynini sığınılacak bir güven üssü olarak algılar. Aynı zamanda bu dönemde bağımsız olma duygusu oldukça baskın bir hal alır. Fakat buna rağmen ergen birey ihtiyaç duyması halinde ebeveyninin ulaşılabilir olmasını ister (Kara, 2020). Yapılan çeşitli araştırmalara göre ergen bireylerin sağlıklı bir kimlik gelişimine sahip olmaları ve bağımsız bireyler olmaları, ailevi ilişkilerinden koştukları ya da aile bağlarından uzaklaştıkları anlamını taşımamalıdır. Aksine bağımsız bir kişiliğe sahip olmak için aile ile güvenli bir bağlanma temelini olması temel bir ön koşuldur (Kobak ve Sceery, 1988; Levy, Blatt ve Shaver, 1998). Ergenlerin kimlik arayışları sürecinde ebeveynlerinden destek görmeleri, yakınlık ve kabul edici bir tavırla karşılaşmaları güvenli bir bağlanmaya sahip olmalarına neden olmaktadır. Bunun tam tersi bir şekilde ilgiden yoksun ve destek görmeyen ergenlerin ise güvensiz bir bağlanma örüntüsü sergilemelerine neden olmaktadır (Güngör, 2000). Genel olarak ergenlik dönemi bireylerin bağlanma örüntülerinin ve bağlanma gereksinimlerinin terk edildiği bir aşama olarak görülür. Fakat bunun aksine bağlanma düzeyinin etkisi artarak akranlara yönlendirilmektedir. Süreç içerisinde akranlara yönelik geliştirilen bağlanma, anne babalara karşı oluşan hiyerarşik bağlanma ilişkisine dönüşür (Çam ve Keskin, 2007).

Elicker, Englund ve Sroufe (1992), 12 ve 18 aylık bebeklerin bağlanma stillerini belirledikten sonra 4 yaşlarındayken ve ilk ergenlik yıllarına geldiklerinde bir ölçüm almışlardır. Yaptıkları bu boylamsal araştırma sonucunda önemli sonuçlar elde etmişlerdir. Araştırma sonucuna göre erken dönemde kazanılan bağlanma stillerinin

gelecekteki kişiler arası ilişkilerinin ve sosyal becerilerinin birer yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır. Çocukluk döneminde güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin derin arkadaşlıklar kurduğu, özgüvenleri yüksek oldukları, yardımsever, becerikli, sosyal, rekabeti seven, arkadaşlarının olumlu yanlarını görmeye daha çok meyilli olan, psikolojik sağlımlıkları yüksek olan, diğer güvenli bağlanma stiline sahip ergenler tarafından arkadaş olarak seçilen ve olumlu duygu düzenleme becerilerine sahip bireyler oldukları tespit edilmiştir. Bunun aksine güvensiz bağlanma stili geçmişine sahip ergenlerin ise karşıdaki kişiyi değerlendirirken daha çok olumsuz özelliklerine odaklandıkları ve durumlar karşısında daha anlayışsız davrandıkları görülmüştür. Bundan dolayı da güvensiz bağlanma sınıfında olan ergenler suç işlemeye ve anti-sosyal davranış bozukluklarına sahip olmaya daha eğilimlidirler (Cooper, Shaver ve Collins, 1998; Elicker, Englund ve Sroufe, 1992). Bu bireyler başkalarının niyetleri ile ilgili endişe yaşadıklarından dolayı yakınlık kurmaktan çok duygu düzenleme stratejileri geliştirirler.

2.2. Duygu Düzenleme

2.2.1 Duygunun Tanımı

Duygu düzenlemeyi kavrayabilmek için öncelikle duyguların ne demek olduğunun anlaşılması gerekir. Duyguların ne olduğu hususunda kesin bir tanım yapmak pek mümkün görülmemekle birlikte bilimsel olarak bir tanımın olması gerekli görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde duygu kavramı üzerine çok çeşitli tanımlamalar yapıldığı görülmüştür.

Türk Dil Kurumuna (2020) göre duygu, “Belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim” olarak tanımlanmıştır. Günümüzde duygu tanımının en geçerli olduğu hali Goleman tarafından yapılmıştır. Goleman’a (2001) göre duygular kişinin hisleridir ve bu hislerin oluşturduğu biyolojik ve psikolojik haller, düşünceler ve harekete geçme eğilimleridir. Duygu yaşamın devam edebilmesi için ihtiyaç duyulan biyolojik donanımlardır. Var olan durumların ani bir şekilde değerlendirilmesi, olumsuz olan duygularla baş edebilme, olumlu olan duyguların devam edebilmesi için duygu insana verilen biyolojik bir süreçtir (Cole, Martin ve Dennis, 2004). Campos, Campos ve Barrett’e (1989) göre ise duygu bireylerin çevreleri ile arasındaki ilişkinin oluşturulmasında, bu ilişkinin devam etmesinde ya da bozulmasında etkili olan bir faktördür. Genel olarak duyguların farklı olay ve durumlar

karşısında bireyi birçok yönden etkileyen ve aynı zamanda bireyin bu olay ve durumlar karşısında değerlendirmelerde bulunmasını, harekete geçmesini sağlayan süreçler olduğu söylenebilir (İnce, 2020). Duygular insanların hayatlarını devam ettirebilmeleri için gerekli olan davranış kalıplarının oluşturulmasında, bireyler için önem arz eden olayları hatırlamak için zihni güçlendirmede, karar mekanizmalarının çalışmasında ve kişilerarası ilişkilerin kurulmasında etkin bir yere sahiptir (Gross ve Thompson, 2007). Duyguların yapıcı bir işleve sahip olup olmaması duygusal uyarılmanın birey tarafından ne düzeyde değerlendirildiğine, analiz edildiğine, denetlendiğine ve kontrol edildiğine bağlıdır. Buna bağlı olarak duygular çocukluk döneminden itibaren kişilerarası iletişim ve ilişkileri, kişiliğin oluşum aşamalarını ve bireyin bilişsel süreçlerini etkilemektedir. Yeni doğan bir bebeğin ihtiyaçları karşılanmadığında kontrolsüz bir şekilde ağlarken, henüz ilk adımlarını atan çocuk sıkıntılı anlarında yardım isteyebilir, okul öncesi dönemindeki çocuk duyguları üzerine düşünebilir ve duyguları hakkında konuşabilir, okul çağına gelmiş çocuk dikkatini yönlendirebilir ve başkalarının duygularını anlayabilirler. Son olarak ergen olan bireyler ise kendilerine özgü öz düzenleme stratejilerini belirlemek için öz anlayışa sahip olurlar (Thomson, 1991). Duyguların bu şekilde işlevsel kullanılmaması durumunda ve doğru bir şekilde ifade edilmediklerinde kişilerin yaşamlarını zorlaştırabilmektedirler (Gross ve Thompson, 2007). Kring ve Sloan'a (2010) göre duygular uygun olmayan bir biçimde ortaya çıkarsa, çok yoğun şekilde yaşanır ve uzun süreli ortaya çıkarlarsa zarar verici boyuta ulaşabilirler. Birey bu gibi anlarda aşırı olan duygusal tepkilerini kontrol altına almaya ya da bu tepkileri değiştirmeye çalışabilir (Akt. Sarıtaş Atalar, 2014). Duygu düzenleme becerilerinin bu noktada önemi ortaya çıkmaktadır.

2.2.2. Duygu Düzenleme Nedir?

Gelişimsel bir süreç olarak duygu düzenleme kavramı farklı kitaplarda ve makalelerde açıkça tartışılmış ve tanımlanmıştır (Thompson, 1990; Kopp, 1989). Duygu düzenlemeyle ilgili alan yazın incelendiğinde birçok farklı tanım yapıldığı görülmektedir. Bu tanımlar genellikle duygu düzenlemenin iki farklı yönüne vurgu yapar. Bu yönlerden biri, kişinin anlık olaylara karşı hızlı bir şekilde tepki vermesini içeren bellek, dikkat, hazır olma gibi içsel süreçleri ve kişiler arası iletişimi düzenlemede duyguların düzenleyici işlevine odaklanır. Diğer araştırmacılar ise kişilerin tepkilerini ayarlamasına, izlemesine ve geciktirmesine izin veren duygunun düzenleme yollarını (örneğin, bilişsel kontrol, sosyal beklentilerin içselleştirilmesi)

vurgulamaktadır (Plutchik, 1980). Cole, Michel ve Teti' ye (1994) göre duygu düzenleme sosyal olarak kabul edilen günlük yaşantılara esnek ve toleranslı bir biçimde çeşitli duygularla cevap verme yeteneği ve bununla beraber gereken durumlarda kendiliğinden oluşan reaksiyonları erteleme, geciktirme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Duygu düzenleme, kişinin hayatında hedeflerine ulaşması için sosyal, duygusal ve bilişsel olarak duygu, düşünce ve davranışlarını ayarlama yetisidir (Premo ve Kiel 2014). Gross (2002) duygu düzenleme kavramını, kişinin amaçlarına dayanarak duygusal tepkilerini azaltmak, arttırmak veya mevcut durumuna göre aynı şekilde devam etmesini sağlayan çok boyutlu bir parametre olarak tanımlamıştır. Thompson'a (1994) göre duygu düzenleme ise kişinin yaşamdaki hedeflerine ulaşabilmesi için anlık ve yoğun olarak yaşadığı duygusal tepkilerini izleyip değerlendirmesi ve gerektiğinde değiştirmesi için ihtiyaç duyulan içsel ve dışsal süreçlerdir. Duygusal tepkilerin yoğunluk ve zamanını ayarlamak ve duyguları hedeflere yönelik olarak yönetmek bireyin kendisi ve çevresi ile ilgilidir (İnce, 2020). Duygu düzenleme kişilerin var olan duygularını, içinde buldukları zaman diliminde nasıl tecrübe ettiklerini ifade ve kontrol ederek bu duygularını etkileme sürecidir (Gross, 1998). Bir diğer tanıma göre duygu düzenleme, düzenleyici süreçlerin eylemi yoluyla yeni veya devam eden duygusal tepkilerin değiştirilmesini içerir (Ochsner ve Gross'a 2005).

Walden ve Smith (1997)'e göre duygu düzenleme, bireylerin duygu ve düşüncelerini açıklamak amacıyla yaptıkları, gözlemlenebilen jest ve mimiklerini değiştirebildikleri ya da adapte edebildikleri sürece ortaya çıkar. Duyguların dışa vurumu tek bir şekilde değil, birçok süreci veya sistemi (dikkat, bilişsel, davranışsal, sosyal, biyolojik vs.) içinde barındıran karmaşık görevlerden oluşur. Bu görevlerin ilki, kişilerin çevrelerinin isteklerini karşılmasına yardımcı olmak için duyguların farkına varmayı ve duyguları anlamayı; ikinci görev duygusal uyarınları yönetmeyi ve üçüncü görev ise duruma uygun duygusal tepkiyi vermeyi içerir. Bireyin hissettiği bu duygular olumlu (ör: mutlu, gururlu) veya olumsuz (ör: üzgün, endişeli) olabilir. Çevreden gelen aynı uyaran bireylerin duygu düzenleme süreçlerinin farklı bir şekilde işlenmesine bağlı olarak farklı tepkilerin oluşmasına neden olabilir. Aynı zamanda duygu yoğunluklarında da değişiklikler meydana gelebilir. Örneğin bir köpek resmi, köpek seven biri için neşe kaynağı olabilirken, köpeklerden korkan biri için korku uyandırabilir. Aynı kişi bile bağlama göre farklı duygular yaşayabilir. Örneğin, birinin köpeği ölmüşse, bir köpeğin

resmini görmek üzüntü ve özlem uyandırabilir (Hilt, Hanson ve Pollak'a 2011). Tüm bu bilgilere dayanarak kişinin duygularını düzenleyebilmesi için öncelikle duygularının farkında olması ve bunları anlaması, anladıktan sonra bu duyguları kabullenmesi, sınıflandırması, mevcut olumsuz duygularını kontrol etmesi ve onlarla baş etmesi, tüm bu duyguları karşısında uygun duygusal tepkileri vermesi gibi çok çeşitli becerilere sahip olması gerekmektedir (İnce, 2020).

Duygu düzenleme, kişinin yaşam boyunca kendi gereksinimlerini giderebilmesi için bebeklikten itibaren başlayan ve yaşam boyu süren sosyo-duygusal bir bütünleşme sürecidir (Cole, Martin ve Dennis, 2004). Yaşamın ilk 7 yılında çocuğun başarması gereken duygu temelli birçok gelişimsel görevi vardır: hayal kırıklığı hoşgörü, başkalarını meşgul etme ve onlardan zevk alma, tehlikeyi tanıma ve korku ve kaygı ile başa çıkma, kendini ve mülkiyeti kabul edilebilir davranış sınırları içinde savunma, hoşgörü makul süreler boyunca yalnız kalmak, öğrenmeye ilgi ve motivasyon ve arkadaşlıkların geliştirilmesi. Tüm bu gelişimsel görevler duyguların düzenlenmesini içerir (Cole, Michel ve Teti, 1994).

2.2.3. Duygu Düzenlemenin Gelişimi

Duyguların düzenlenmesi genellikle gelişimsel bir başarıdır. Doğumda olmamasıyla birlikte yaşamın erken dönemlerinde edinilmeye başlanır (Dodge ve Garber, 1991). Duygu düzenleme bebeklikten başlayıp yaşam boyu devam eden bir özelliktir (Sarıtaş Atalar, 2014). Duygu düzenlemenin yaşam boyu devam etmesinden de anlaşılacağı gibi duygu düzenleme becerisi yaş arttıkça artan ve birey bilişsel olarak geliştikçe artan bir beceridir (Dodge ve Garber, 1991; Gross, 1998; D'Zurilla, Maydeu-Olivares ve Kant, 1998). Bebek olgunlaştıkça gelişen bu bilişsel yetenekler (ayrımcılık, planlama ve seçici dikkat gibi) duyguları düzenlemek için yeni olanaklar sunar (Dodge ve Garber, 1991). Bebeklik dönemi, çocukların dışarıdan ve içten yönetilen duygu düzenlemeleri arasında geçiş yapması için önemli bir gelişim dönemidir (Kiel ve Premo, 2014).

Bebeklik döneminde bireyler kendi duygularını ifade edemediklerinden dolayı olumsuz anlarında ağlayarak tepkide bulunurlarken, olumlu durumlarda memnuniyetlerini belli edecek tepkilerle kendilerini ifade ederler (Cole, Michel ve Teti, 1994). Bu dönemdeki duygu düzenleme davranışları çok çeşitli değildir. Dikkati belli bir alana yönlendirme, parmak emme, belli bir noktaya odaklanma bu davranışlara

örnek olarak verilebilir (Rothbart, Ziaie, ve O"Boyle, 1992). Tüm bu duyguları düzenleme faaliyetleri birincil bakım veren tarafından teşvik edilir ve izlenir (Dodge ve Garber, 1991; Thompson, 1994). Doğrudan müdahale etme, model olma ve seçici pekiştireç kullanma; bakım verenlerin, bebeklerinin duygularını düzenlemek için kullandıkları çeşitli yöntemlerdendir. Bakım verenler bu yöntemleri kullanırken sosyo-kültürel değerlerini göz önünde bulundurarak hangi duyguların kabul edilebilir olduğunu ya da yok sayılması gerektiğini çocuklarına aktarmaları, duygu kültürünü oluşturur (Gordon, 1989). Bakım verenlerin bu yöntemleri uygulamaları yaş düzeylerine şekil alır. Özellikle bebeklerin dil gelişimi arttıkça duygu düzenleme becerilerinde de artış görülür (Thompson, 1991). Üçüncü yıl itibariyle, çocuklar oldukça gelişmiş dil repertuarlarına sahip olurlar ve duygular hakkında düşünebilir ve konuşabilirler. Genelde 5 ve 6 yaşlarında çocukların duygularını harekete geçirmek yerine duygularını daha sık dile getirdiklerine inanılmaktadır (Cole, Michel ve Teti, 1994).

2.2.4. Ergenlerde Duygu Düzenleme

Ergenlik dönemi, fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığını, kimlik duygusunu ve sosyal üretkenliğini kazandığı zaman sona eren bir dönemdir (Derman, 2008). Ergenlik dönemindeki fiziksel ve hormonal değişikliklerle beraber romantik ilişkilerde ve kimlik kazanımlarında problemler görülebilir. Bundan dolayı ergenler değişkenlik gösteren duygu durumlarına sahiptirler (Larson ve Lampman-Petratis, 1989). Değişkenlik gösteren bu duygu durumları ile beraber bireylerin duygu düzenleme becerileri orta çocukluk döneminden ergenliğe kadar önemli düzeyde artış gösterir (Zeman ve Garber, 1996). Geç çocukluk ve erenlik dönemlerinde bireylerin bilişsel yetenekleri gittikçe karmaşıklaşır. Bu durum da kişilerin çeşitli duygu düzenleme stratejileri geliştirmelerine olanak sağlar. Geliştirilen bu stratejilere yeniden çerçeveleme ve olaylara başkalarının gözünden bakma örnek olarak verilebilir. Birey bu stratejileri uyguladıktan sonra gerekirse hedeflerinde değişikliklere gidebilir (Gross ve Munoz, 1995).

Ergenlik döneminin bireyde uyandırdığı bağımsızlık duygusu, anne babaların, çocuklarının duygusal durumları hakkında tartışmada rahat olmamalarına ve onlara ulaşma noktasında sorunlar yaşamasına sebep olabilir Bu durumda ebeveynlerin, çocuklarının duygu dünyaları hakkında bilgi edinmelerini engellemektedir. Anne

babalar kendi duygularının kabul edip yine kendi duygularını birer kaynak olarak algılayarlarsa ergen çocuklarının duyguları ile baş etmede daha uygun bir ortam oluşturabilirler. Annelerin, ergenlik dönemindeki çocukları ile duygusal yakınlık kurmaları ve onlarla destekleyici bir ilişki içinde olmaları babalara göre daha üst düzeydedir. Anneler çocuklarını duygusal anlamda desteklerken onların olumsuz her türlü durum ve olaydan korumaktadırlar (Sarıtaş Atalar, 2014).

Duygu düzenleme becerileri kişinin yaşamı boyunca değişen bir süreçtir. Kişi eğer isterse duygularını düzenleme noktasında kendisini geliştirebilir. Duygu düzenleme hayat boyu devam eden bir süreçtir ve birey istediği takdirde kendini, duygularını düzenleme konusunda geliştirebilmektedir (Şeremet, 2019).

2.2.5. Duygu Düzenlemenin Bireyin Yaşamındaki Etkileri

Acıların oluşumunu engellemek ya da var olan acıları durdurmak duygu düzenleme anlamına gelmemelidir. Duygu düzenleme günlük yaşama adaptasyonu sağlayan ve bireyleri organize eden farklı düzenlemeleri barındırır. Duygu düzenleme aynı zamanda kişilerin sadece duygularının yoğunluklarını ve sıklıklarını değiştirmek demek de değildir. Başkalarıyla iletişim kurmak, karşımızdakini etkilemek ve günlük hayattaki bir aktiviteyi yerine getirmek için duyguları oluşturmak ve var olan bu duyguları sürdürme kapasitesine gereksinim vardır. Bu şekilde üst düzey uyum sağlayan kişilerin ihtiyaç halinde duyguların süresini ve sıklığını değiştirebilmeleri, yine ihtiyaç halinde duygularının yoğunluklarının değiştirmeleri ve duygu düzenleme becerilerine sahip olmaları beklenir (Cole, Michel ve Teti, 1994). Bireyler mevcut olumlu duygularının sürdürülmesi, geliştirilmesi ve olumsuz olan duygularının değiştirilmesi amacıyla duygu düzenleme becerilerini kullanmaktadırlar. Çocuklar olumlu duygularını korumak ya da geliştirmek ve olumsuz duygusal durumlarını değiştirmek için duygu düzenleme becerilerini kullanmaktadırlar. Duyguların her türüsü, olumlu ve olumsuz olması, davranış kontrolünü sağlamak için yönlendirilebilir, bastırılabilir veya yön değiştirilebilir (Yılmaz, 2020).

Duygularını düzenleme becerileri hususunda yeterliliğe sahip olan bireyler yaşamlarına etki edecek şu becerileri elde ederler:

- 1) Kişiler kendi duygusal tepkilerini takiptedirler ve iletişim halinde olmaya devam ederler.

- 2) Olumlu ya da olumsuz olan güçlü duygularıyla alakalı uygun olmayan davranışlar sergilemekten kendilerini sakınırlar.
- 3) Çok fazla duygusal uyarı aldıklarında kendilerini sakinleştirirler, dikkatlerini dağıtırlar.
- 4) Farklı baş etme stilleri ile kendi duygusal tepkilerini değiştirirler.
- 5) Önemli olan amaçlarına ulaşabilmek için duygu, düşünce ve davranışları arasındaki koordinasyonu sağlarlar.
- 6) Çevresindeki diğer kişilerin duygularına etki edebilmek için kendi duygularının kullanırlar.
- 7) Duygularını ifade edebilmek için kültürel standartlara dikkat ederler (Hyson, 2004).

2.2.6 Duygu Düzenleme ve Bağlanma

Bağlanma ve duygu düzenleme becerileri arasında bir ilişki kurulabilir. Bir bebeğin kendisini rahatsız eden ve bunaltan duygusal uyarılmaları ve tepkileri düzenlemesi bağlanma davranışının fonksiyonlarından biridir (Thompson, 1994). Bireyin duygularını ifade ediş biçimleri ve duygularını nasıl düzenlediği konusunda anne babasıyla olan ilişkileri önemli bir faktördür (Yüksel, 2014; Çalışır, 2009; Şahin, 2015). Duygularını açık bir şekilde ifade eden ve duygu düzenleme becerileri olumlu yönde şekillenmiş olan bireylerin çocukluk dönemlerinde gereksinimleri, aileleri tarafından tutarlı bir şekilde karşılanmıştır. Bu bireyler güvenli bağlanma stiline sahip olup stres durumlarında ebeveynlerine güvenmeye karşı açık bir yapıya sahiptirler (Bowlby, 1973) Güvenli bağlanma stiline sahip olan bireyler istenmeyen duyguları tetikleyebilecek içsel ya da dışsal uyarımlarla karşılaştıklarında problem çözme, bilişsel yeniden yapılandırma veya planlama gibi stratejileri uygularlar. Olumsuz olan her türlü durumu daha az zarar verecek bir perspektife yerleştirirler. Aynı zamanda güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin bağlanma figürlerinden öğrendikleri örtük ve açık duygu düzenleme becerileri ile kendilerini sakinleştirmeleri ve yatıştırıcı beceriler geliştirme ihtimalleri yüksektir. Güvenli bağlanan bireyler duygularını başkalarına karşı açık, doğru ve özgürce ifade edebilirler ve karşıdakine iletebilirler. Bu kişiler kendi sıkıntılı durumlarında kontrolü kaybetmeden ve bunalıma girme korkusu yaşamadan hareket ederler. Duyguları düzenleme konusunda olumlu bağlanma figürüne sahip kişilerin destek ve rehberliği genellikle bu sıkıntılı durumların hafifletilmesine neden olmaktadır. Destekleyici bağlanma figürüne sahip bir kişi korku ve kaygılarını ifade

ederken ilişkilerinin riske gireceğini düşünmeden özgür ve akılcıl bir şekilde kendini ifade eder. Kısacası güvenli bağlanma stiline sahip bireyler için “duygu düzenleme” duyguların önlenmesini, bastırılmasını veya inkar edilmesini gerektirmez (Mikulincer ve Shaver, 2007)

Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler kontrolü sağlayabilmek, rahatsız eden düşüncelerden uzak durmak ve duygularını bastırabilmek, bağlanma gereksinimlerini inkar edebilmek, duygusal katılımı en düşük seviyede tutmak ve stres durumlarını atlatmak için yakın ilişkiler kurmaktan çekinirler. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan bu bireyler stresten uzak durabilmek ve bununla baş edebilmek için stresle ilgili ipuçlarını devre dışı bırakmaktadırlar. Bu bireyler duygu düzenleme becerilerini kendi şahsi yetersizliklerini görmeyerek, başkalarıyla pozitif yönlü, yeterli ve güçlü bir kendilik imajı bırakabilmek için kullanırlar. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler ise başka kişilerden yakın ilgi ve sevgi görmek adına yapışma ve kontrol etmek gibi davranışlar sergilemektedirler. Bundan dolayı bu bireyler kendileri ile ilgili olumsuz yönlere daha çok odaklanmakta ve duygu düzenleme adına çaresizlik ve şahsi zayıflıklarını başkalarına yansıtacak biçimde aşırı harekete geçirici girişimlerde bulunmaktadırlar (Çalışır, 2009).

Kişilerin bağlanma figürlerinin ulaşılabilir ve duyarlı olması birey ile bağlanma figürü arasındaki duygusal bağın kurulması açısından oldukça önemlidir. Kişinin duygu düzenleme becerileri açısından güçlü veya zayıf olmasındaki önemli etmenlerden biri de aile içerisindeki bağlanma stillerinin duyguların açıkça ve özgürce ifade edilip edilmemesine olanak tanınmasıdır (Yüksel, 2014). Bu sebeplerden ötürü duygu düzenleme becerilerinin zayıf olması ve duygu düzenlemede zorluklar yaşanması bireylerin patolojik kişilik özellikleri ile ilişkili bulunmuştur (Gratz, Breetz ve Tull, 2010; Szasz, Szentagotai ve Hofmann, 2011). B kümesi kişilik bozuklukları içerisinde bulunan narsistik kişilik bozukluğunun en önemli ve tanımlayıcı özelliklerinden birinin duygu düzenleme ve kontrol etme güçlüğü olduğu düşünülmektedir. (Newhill, Mulvey ve Pilkonis, 2004).

2.4. Narsisizm

2.4.1. Narsisizmin Tarihçesi

Narsisizm teriminin kökeni Yunan mitolojisine kadar dayanmaktadır. Yunan mitolojisinde bulunan Narkissos efsanesi narsisizm teriminin doğuşunda etkili olmuş bir

olaydır. Birçok kaynak bu efsaneyi farklı şekillerde ele almıştır fakat genel olarak değinilen ortak temalar bulunmaktadır. Efsaneye göre Narkissos çok yakışıklı ve dikkat çekici birisidir. Bütün periler ona hayrandır. Bütün perilerin ona hayran olmasına karşın Narkissos hiç birine karşılık vermez ve hepsini reddeder. Perilerden biri bir gün tüm gücünü toplayarak Narkissos'a açılır ve onu sevdiğini söyler fakat Narkissos onu kaba bir dille geri çevirir. Reddedilen bu peri büyük bir üzüntüye ve utanca kapılır ve daha fazla dayanamayıp ölür. Bunun üzerine Tanrılar Narkissos'a ders vermek ve periye yaşattığı acıyı ona yaşatmak için bir plan yaparlar. Narkissos doğada temiz havada bir havuzun kenarında dolanırken suya yansıyan kendi gölgesine hayran kalır ve ona âşık olur. Fakat sudaki gölgesinin kendisi olduğunu bilmez. Gölgesinin su perisi olduğunu sanmıştır. Suya her baktığında kendisini daha da çok sever, bağlanır. Sudaki gölgesi ile konuşmak ister, ona sarılmak ister, ondan bir tepki bekler ama her defasında görüntü yok olur ve kendisine cevap vermez. Narkissos ona ulaşamadığı her gün aşkıdan bitap düşmeye başlar, yemek yemez su içmez olur. En sonunda da güçten kuvvetten düşer ve hayatını kaybeder. Periler Narkissos'u gömmek için geldiklerinde onun bedeninin yok olduğunu ve bir çiçeğe dönüştüğünü görürler. (Houle, 2001; Twenge ve Campbell,2010). Bir diğer anlatıya göre ise Narkissos'un geri çevirdiği ve kendisini küçümsediği âşıklardan birisinin ettiği duayı kabul eden Tanrıça Nemesis, Narkissos'u karşılığı olmayan bir aşkla cezalandırmıştır. Bu cezaya göre Narkissos suya yansıyan kendi yansımaya âşık olmuştur. Kendisini, büyük bir hayranlıkla ve o yansımaya ulaşamamanın verdiği acı ile izlemiştir. Yansımaya, yani aşkına ulaşmak isterken suya düşmüş ve boğularak ölmüştür. Öldüğü yerde bir nergis çiçeği açmıştır (Levy, Ellison ve Reynoso, 2011; Erhat, 2007)

Narsisizm teriminin mitolojik kökeninin yanı sıra psikoloji alan yazınında ilk kullanan kişi İngiliz seksolog ve doktor Havelock Ellis'tir. Fakat Ellis, terimi tam olarak narsisizm olarak değil de "Narcissuslike" ifadesi şeklinde kullanmıştır. Ellis narsisizmi bireyde cinsel bir sapkınlık olarak ya da cinsel duyguların kendine hayranlık düzeyinde benimsenerek yok olmasına neden olan bir eğilim olarak tanımlamıştır (Raskin ve Terry, 1988). 1899 yılında Paul Nacke, Ellis'in yaptığı çalışmanın Almanca özetini yapmış ve narsisizm terimini ilk kez bu özetlemede kullanmıştır. (Kızıltan, 2016; Kızıltan, 2000). Nacke'nin psikiyatrik bakış açısıyla ele aldığı bu çalışmada bireyin vücudunu cinsel bir obje olarak görmesi ve bu yönde davranması anlamına gelen "Narcismus" kavramı kullanılmıştır. Bu çalışmanın yapıldığı dönemlerde Freud ise

kişinin kendisini sevmesi, cinsel içgüdülerle enerji harcama ve bireyin kendini düşünerek tatmin olması gibi konular üzerinde çalışıyordu. Bundan dolayı Nacke'nin yazmış olduğu bu özet Freud'un ilgisini oldukça çekmiştir (Raskin ve Terry, 1988). Bunun üzerine Freud cinsel gelişimin bir dönemi olarak narsisizm terimini işlemiş ve 1931 yılında ise bir kişilik tipi olarak narsisizmi ele almıştır (Timuroğlu ve İşcan, 2008). Narsisizm kavramının Freud tarafından ilgi görmesi ve Freud'un yaptığı çalışmalar ile alan yazına farklı bakış açıları katması diğer araştırmacıların da odaklarını narsisizm kavramına çevirmelerine neden olmuştur. Bunun üzerine narsisizm kavramı kişilik tipleri ya da kişilik bozuklukları içerisinde yer almış ve farklı yönlerden incelenmeye devam edilmiştir (Levy, Ellison ve Reynoso, 2011).

2.4.2. Narsisizm Nedir?

Kişilik, bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçlerdir (Burger,2006). Süreç içerisinde kişilikte meydana gelen bazı bozulmalar ya da sapmalar kişilik bozukluklarının oluşmasına neden olabilir. Kişilik bozuklukları istikrarlı olarak, olumlu bir benlik bilincini şekillendirmede, yakın ve yapıcı ilişkileri sürdürmede sorun yaşama olarak tanımlanan, farklı yapıların yer aldığı bir grup rahatsızlıktır (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2017). Günümüzde insanların ben merkezli davranış örüntülerini benimsedikleri kişilik yapılanması belirgin bir şekilde görülmektedir. Daima kazanmak için çabalayan, kaybetmeyi hiçbir zaman göze almayan, kendilerini yaşamın merkezindeymiş gibi hisseden, çevresindeki diğer bireyleri gereksiz olarak niteleyen ve onları değersiz gören narsist kişilik özellikleriyle çok fazla karşılaşılır olmuştur. Sosyal hayattaki narsistik kişilik özelliklerinin yansımalarını incelemek ve analiz etmek amacıyla yapılan çalışmaların gittikçe arttığı görülmektedir. Bunun sebebinin narsistik özellikler taşıyan bireylerin ifade ve davranışlarının sosyal hayatta ciddi sonuçlara yol açması olabilir (Cihangiroğlu, 2012). Narsisizm klinik psikologlar tarafından duygusal dengesizliklere neden olan ve olumsuz duygu durumları yaşanmasına sebep olan bir kişilik bozukluğu olarak tanımlanmıştır (Foster ve Campbell, 2007; Levy, Ellison ve Reynoso, 2011). Narsisizmi bireyin diğer özellikleri ile etkileşim ve iletişim halinde olan bir kişilik özelliği olduğunu ileri sürenler ise sosyal psikologlardır. Buna göre narsisizmin kişiden kişiye değişen bir kişilik boyutu olduğu söylenebilir (Foster ve Campbell, 2007).

Narsisizm kelimesinin kökenine bakıldığında Yunanca kelime olan duygusal kuntluk veya duyarsızlık anlamına gelen narke kelimesiyle alakalı olduğu anlaşılmaktadır (Geçtan, 2013). Yaygın isimleri kibirlilik, kendini beğenmişlik, azamet, gösterişçilik ve benmerkezcilik olan narsisizm kavramı (Twenge ve Campbell, 2010), TDK'ya (2020) göre özseverlik demektir. Yani kişinin kendi bedensel ve ruhsal benliğine karşı duyduğu hayranlık ve bağlılık anlamına gelmektedir (TDK, 2020). Horney'e (1994) göre narsist bireyler kendine âşık olan bireylerdir ve terimin ana çekirdeği kişinin kendine ilgi duyması veya kendini olduğundan büyük görmesinin, kendine tutulmanın bir dışavurumu olduğu varsayımdır. Mason ve Brackman'a (2009) göre ise narsisizm sadece bir bireyin kendini beğenmesi değil, bir topluluğun, grubun hatta bir kültürün genel olarak belirlenmiş düşünüş biçimidir.

Bireyler yaşamlarında ergenlik dönemlerinden itibaren kazandıkları kimlikleri gereği değişime karşı oldukça dirençlidirler. Değişime karşı olan bu koruyucu ve dirençli tutum benliğin kendisini koruma isteği ile ilgilidir. Benlik her ne kadar kendini korumak istese de her zaman daha fazlasına ulaşmayı, daha yükseklerde olmayı, daha güçlü ve büyük olmayı arzular. Narsisizm ise benliğin daha güçlü ve büyük olma isteğini içinde barındıran bir yönelimdir. Değişim her zaman olumlu sonuçlar vermez. Fakat olumlu sonuçlar elde edildiğinde değişim kabul edilebilir bir hal alır. Kabul edilen bu değişimlerin arka planında ise narsisizmin vermiş olduğu motivasyon bulunmaktadır (Alcorn, 1994).

Freud'a (1914) göre narsisizm öz saygı ve egonun ortaya çıkmasında ana etmen olan çok boyutlu bir faktördür. Narsisizm cinsel gelişimin bir aşaması olarak kabul edilmiştir. Freud'a göre narsisizm kavramının klinik kullanımları aşağıda yer alan davranış fenomenlerini içermektedir:

- a. Bir kişinin kendisini sevme, beğenme ve büyük görme gibi kendine yönelik bir dizi tutuma sahip olması
- b. Bir kişinin başkasının sevgisini kaybetme ve yaşayabileceği başarısızlıklara dair korkularının sonucu öz saygısında meydana gelecek değişikliklerden tedirginlik duyması
- c. Kişinin kendini olduğundan daha büyük görme, kendini var olan durumdan daha iyi bulma, idealleştirme, inkar, yansıtma ve umursamazlık gibi özellikleri içeren genel bir savunma hali içinde olma

- d. Kendi kendine yetme ve mükemmeliyetçi olma durumlarının yanı sıra başkaları tarafından sevilme motivasyonunun olması
- e. Bir insanın başkalarıyla olan ilişkilerini karakterize eden tutumlara sahip olması (Raskin ve Terry, 1988).

2.4.3. Kuramsal Açıdan Narsisizm

II. Dünya Savaşı'ndan sonra sanayileşmenin boy gösterdiği büyük şehirlerde farklı özellikler sergilemeye başlayan insanlar analistlerin ilgisini çekmeye başlamıştı. Bu bireyler samimiyet kurmama, doğal özellikler sergilememe, görünüşleriyle ilgili çok fazla takıntılı olma, eleştirilere karşı fazla duyarlı olma, gurur kırıcı olaylarla ilgili karşılaştıklarında uzun süreli öfke, psikolojik sorunlar yaşama ve cinsel işlev bozukluklarına sahip olma gibi özellikleri taşıyordu. Bu özelliklerin genelde toplumda ön planda olan politikacılar, sanatçılar ve iş adamlarında görülmesi narsisizm konusunun klinisyenler dışında felsefe ve sosyal bilimlerle ilgilenenlerin odağı haline gelmesine neden olmuştur. Bu gelişmelerle birlikte narsisizm teriminin görünür hale gelmesi, kavramın öncesinde psikanalitik olarak incelenmediği anlamına gelmemelidir (Erten, 2015).

Freud narsisizm terimini incelediğinde bu terimi psikanalitik kuramla ilişkilendirmiş ve bütünlemiştir. Freud narsisizm kavramını libidinal yatırım olarak ifade etmiştir (Ekşi, 2012; Labuschagne, 1996). Libidinal yapıdaki enerji, herhangi bir nesneye yönelik sevgi olarak veya bireyin benliğine yönelik duyulan sevgi ve ilgi anlamına gelen narsisizm aracılığıyla harcanabilir. Freud bireyin cinsel gelişiminin aşamaları olduğunu düşündüğü iki farklı narsisizmden bahseder. Bunlar birincil ve ikincil narsisizm. Birincil narsisizm bireyin benliğine karşı hissettiği sevgidir. Bu sevgi daima başkalarını sevmeden daha önce olmalıdır. Libidonun tüm enerjisi benliğe hizmet etmelidir. Birincil narsisizm benliğine yönelik sevginin zıttı olan, kişinin kendine karşı duyduğu nefret eğilimi olarak da değerlendirilebilir (Russell, 1985). Freud bahsi geçen birincil narsisizmin her insanda olduğunu, narsisizmin çok fazla olmadığı müddetçe bireyin sağlıklı öz saygı gelişimine katkı sağlayacağını ve bununla birlikte birincil narsisizmin ilişkilere dağılarak olgunlaşacağını belirtmiştir (Labuschagne, 1996). Narsisizmin patolojik yönünü simgeleyen ikincil narsisizm ise bireyin benliğini herhangi bir kişi veya nesne ile özdeşleştirdikten sonra bunu benimsemesi ve o kişi veya nesneyi benliğinin bir parçası yapmasıdır. Birey narsistik nesne seçiminde özdeşleştiği

nesne ile benzer özellikler taşımasına önem vermektedir. Bu şekilde olan nesne seçimi libidinal enerjinin daima bireyin kendi benliği üzerinde yoğunlaşmasına neden olur ve bu durum da narsisizmin birey üzerindeki etki gücünü ve kalıcılığını artırır. Narsisizmin etkisinin artması ise sorun yaratabilecek patolojik olayların ortaya çıkmasına neden olur (Russell, 1985; Garcia, 2009).

Freud (1914), bir nesnenin seçiminde iki ana yol olduğunu ileri sürmüştür: Bu yollardan ilki narsistik seçimdir. Narsistik seçimde birey, diğerini kendi imajına göre seçer. Yani birey karşıdaki kişiye fiziksel yapısı ya da başarılarından dolayı özenir ve onun gibi olmak istediğinden onu tercih eder. Bağlanma (anaklitik) temelli seçimde ise başkası kendisini koruduğu, beslediği için onu sever. Tüm bunlardan dolayı Freud, narsisizmi yalnızca nesne sevgisi pahasına olan, olgunlaşmamış, benmerkezci bir özellik olduğunu ileri sürmüştür. Aynı zamanda bireyin narsistiklikten kurtulmanın olgunlaşma adına önemli bir adım olduğunu savunmuştur (Russell, 1985; Labuschagne, 1996).

Heinz Kohut ve Otto Kernberg narsisizm kavramının çağdaştırılmasında ve narsistik kişilik bozukluğunun şekillenmesinde büyük etkiye sahiptirler (Yakeley, 2018). Freud'tan farklı olarak Heinz Kohut narsisizmin patolojik yönüne değil sağlıklı yönünün olabileceğine vurgu yapmıştır (Garcia, 2009). Kohut patolojik narsisizmin çocukluk dönemindeki tecrübelerden kaynaklandığını savunur. Ona göre ilk çocukluk döneminden çocuk ile anne baba arasında meydana gelen sorunlar, empati kuramama problemi narsisizmin oluşmasına neden olan etmenlerdir (Garcia, 2009; Yakeley, 2018). Freud'un ortaya attığı birincil narsisizm konusu ise Kohut tarafından farklı bir şekilde ele alınmıştır. Kohut'a (1966) göre psikolojik bir aşama olan birincil narsisizm ayırt edici özelliklere sahip değildir. Bu aşamada benlik tam olarak gelişimi tamamlamamıştır. Bundan dolayı nesneyle benlik farklı şeyler olarak algılanamazlar. Çocukluk döneminde bireylerin benlik gelişimi aileleri ile kurdukları ilişkiye bağlı olarak gelişir. Aileler çocuklarının sağlıklı bir gelişim sağlayabilmesi için iki türde davranırlar. Birincisi yansıtmadır. Ebeveyn kendi davranışlarıyla çocuğuna örnek olur ve bu şekilde sağlıklı benlik gelişimi sağlanır. İkincisi ise çocuğa benliğine ait sınırlılıkları öğretmektir. Eğer ebeveyn bu yaklaşımları sağlayamazsa çocukta sağlıklı bir benlik gelişimi meydana gelmez ve problemler baş göstermeye başlar. Narsisizm

oluşması da bunun bir sonucudur. Narsistik bireyler, narsist yaralanmalara tepki olarak boşluk ve depresyon yaşamaya eğilimlidir. (Kohut, 1966).

Kohut'un aksine Kernberg, Nesne İlişkileri Yaklaşımı ile bireylerin başkalarına karşı saldırganlığına ve kıskançlığına odaklanarak narsisizmin psikolojik gelişiminde saldırganlık ve çatışmayı vurgular. Bu çatışmalar sonucunda ilgi göstermeyen, soğuk ve saldırgan özellikler sergileyen ebeveyn figürlerinin erken çocukluk yaşantıları; çocuğun geri çekilme duyguları geliştirmesine neden olur (Yakeley, 2018). Kernberg'e (1975) göre narsisizm savunma işlevi görür. İlgi ve sevgi göstermeyen ebeveynleri olan çocuklar narsistik özellikler göstermeye daha fazla yatkındır. Ailelerin çocuklarına karşı ihmalkâr tavırlar takınmaları çocukların duygusal olarak yoksunluklar yaşamasına ve öfke belirtileri göstermesine neden olur. Tüm bu yaşananların sonunda ise birey içinde bulunduğu yıpratıcı ruh halinden kurtulmak için başkaları tarafından hayranlık duyulan özelliklerini kullanır. Bu tepki narsistik savunma olarak adlandırılır. Bu tepkinin sonucunda bireyin büyüklenmeci ve kendin çok beğenen ve üstün gören bir kişilik yapısı olur (Kernberg, 1975).

Psikanalist Wilhelm Reich, Freud'un narsisizmle ilgili görüşlerini genişletmiştir. Saldırganlık, kibir, öz güven gibi faktörlerle karakterize olan fallik-narsistik kavramını ortaya atmıştır. Bundan daha önemli olarak saldırganlık ve narsisizm arasındaki ilişkiyi açıklayarak Freud'un görüşlerini genişletmiştir (Levy, Ellison ve Reynoso, 2011). Narsistik insanlar, dışarıdan bakıldığında çok güçlü ve kibirli görünürler; ancak iç dünyalarında çok zayıftırlar ve sürekli olarak kendi değerlerini sorgularlar (Kernberg, 1975). Reich de bu görüşü destekler nitelikte narsistik kişilerin duygusal anlamda daha fazla incinebilen ve küçümseme, kötü mizah, açıkça olan saldırganlıklar karşısında duyarlı olduğunu ve tepki verdiklerini ifade etmiştir (Levy, Ellison ve Reynoso, 2011). Narsisizmi erkesi fikirlerle ilişkilendiren, çoğunlukla erkeklerin narsistik özellikler taşıdığını belirten Reich; kişilerin, fallik dönemlerindeki deneyimleri ile çok fazla özdeşim kurduklarını ifade ederek bu bireylerin yaratıcı bir deha ya da büyük suçlar işleyen bireyler olabileceğini belirtmiştir (Güven, 2019).

Reich'e (1960) göre narsisizm patolojik bir öz saygıdır, öz saygı ise gerçek ile ideal benlik arasındaki ilişkiye dayanarak şekil alır. Büyüklenmeci ideal benlik imajına sahip narsist bireyler gerçekçi olmayan, ulaşılmaz güç imgeler belirler ve bu da üst düzey öz saygıyı deneyimlemelerine ve gerçek bir benlik imajı oluşturmalarına engel

olur (Reich, 1960). Reich (1960) narsist bireylerin benlik düzenleme yetersizliklerinin sebebini tekrarlanan erken dönem travmatik deneyimler olduğunu ileri sürmüştür. Sonrasında ise bu bireylerin kendiliklerinin zayıf ve güçsüz olmadıklarını, kendilerini diğerlerinden güçlü, güvenli ve üstün olduklarını düşündükleri görkemli bir fantezi dünyasına çekildiklerini belirtmiştir. Reich'in narsisizme dair yapmış olduğu çalışma ve gözlemler narsistlerde görülen öz saygının tekrarlayan ve şiddetli salınımlarını vurgulayan ilk çalışma olması bakımından önemlidir. Reich narsistlerin belirsizliğe, sıradanlığa veya başarısızlığa karşı çok az toleransları olduğunu ve kendilerini mükemmel veya tamamen başarısız olarak gördüklerini belirtti. Tüm bunlar narsist bireylerin umutsuzluk ve depresyonun derinlikleri arasında dramatik bir şekilde değişmelere yol açar (Levy, Ellison ve Reynoso, 2011).

Narsisizmin kuramsal temellerine yönelik önemli katkılar sunan bir diğer önemli psikanalist Karen Horney'dir. Horney Freud'un Narsistik eğilimlerinin içgüdüsel bir yapı olduğunu savunmasına karşı çıkarak bunların kişinin kendini büyütme ve kendini küçümsetmeye yönelik nevrotik etkiler olduğunu savunmuştur. Horney'e (1994) göre Narsistik eğilimler içgüdü'nün bir türevi değil, aksine nevrotik bir eğilimdir ve bireyin kendini üstün görerek benliğiyle ve diğerleriyle başa çıkmaya yönelik bir atılımdır. Kişinin kendini üstün görmesi çevresindeki kişilerle ilişkilerini sağlamlaştırma çabasıdır. Başkaları eğer onu olduğu gibi sevmiyorsa, ona hayranlık beslemelidirler ve ilgi göstermelidirler. Narsist bireyler başkalarının sevgisini kendisine gösterdikleri hayranlık derecelerine göre belirlerler. Narsistlerin kendilerini koruma çabası buna bağlıdır fakat bu kaygan zeminde oluşmuş bir güvenliktir. Çünkü yaşadıkları herhangi bir başarısızlık durumu kendilerine olan hayranlık duygusunun yok olmasına neden olabilir. Kısaca narsistik yönelimlerin temelinde kişinin acı verici hiçlik duygusundan uzak olması ya da kurtulması bulunmaktadır (Horney, 1994).

2.4.4. Narsisizm Türleri

2.4.4.1. Normal Narsisizm

Narsisizm, kişinin çeşitli öz duygulanım ve alan düzenleme süreçleri aracılığıyla nispeten olumlu bir öz imajı sürdürme kapasitesi olarak kavramsallaştırılabilir ve bireylerin doğrulama ve onaylama ihtiyaçlarının yanı sıra açık ve gizli bir şekilde arama yapma motivasyonunun temelini oluşturur (Pincus vd., 2009). Kohut'a (1977) göre narsisizm uyumsuz kişilik organizasyonunu, psikolojik ihtiyaçları ve düzenleyici

mekanizmaları yansıtan, patolojik yapıya sahip olabilecekken kişinin kendini geliştirmesi ve onaylama ihtiyaçlarının da yönetilmesinde aktif rol alan uyarlanabilir bir özelliktir (Kohut, 1977).

Sağlıklı narsisizm kişinin günlük yaşamdaki sorunları, stres ve kaygı ile baş etmek amacıyla geliştirdiği benlik saygısından oluşmuştur. Kişinin hedeflerine ulaşamaması, başkaları tarafından olumsuz eleştirilere maruz kalması ve diğerlerinin başarılı olduğunu görmesi hayal kırıklıklarına neden olur. Tüm bunların olması sağlıklı narsisizme sahip bireyler için tehdit edici birer durum değildir. Bu bireylerin, benliklerine yönelik öz güvene ek olarak inandıkları şeylerden vazgeçmemek ve başlarına gelen zorluk ve olumsuz durumlarla baş edebilmeleri için öz saygıya sahip olmaları gerekmektedir. Kişinin sahip olduğu bu öz saygı yani sağlıklı narsisizm karşındaki kişilerle güven bağının oluşması, empatik yaklaşabilmesi ve yakın ilişkiler kurması açısından oldukça önemlidir. Aynı zamanda sağlıklı narsisizmi olan bir kişi güç, zenginlik ve hayranlıktan keyif alabilir (Lubit, 2002).

Kişinin hayatına devam edebilmesi için narsisizm gereklidir fakat fazla olunca bireyin yaşamı için tehlikeli olabilecek bir hal alır (Cihangiroğlu, 2012; Fromm, 1990) Sağlıklı narsisizm kişinin kendi çabaları sonucunda oluşur. Bir bilim adamı ya da bir sanatçı ürettikleri eserler karşısında narsist bir duygu yaşayabilirler. Narsisizmin oluşmasına neden olan bu faktörler bir süre sonra kendi kendilerini denetlerler. Bireylerin bu çalışmalarını devam ettirebilmeleri için ihtiyaç duyulan enerji narsistik bir enerji olmasına karşın sağlıklı narsisizme sahip bireyler bunu sürekli kontrol altında tutarlar ve denetlerler. Bundan dolayı narsisizm bu noktada olumlu sonuçlar verir ve kabul edilebilir (Cihangiroğlu, 2012). Fakat bu kontrol sağlanmadığı takdirde narsisizm tehlikeli bir boyut kazanabilir.

2.4.4.2. Patolojik Narsisizm

Bireyin çevresindeki insanları görmezden geldiği, onları önemsemediği; sadece kendi dış görünüşü, parası ve sağlığı ile ilgilendiği ve yaşama yönelik herhangi bir çabasının olmadığı bir ruh hali içerisinde olması patolojik narsist olduğunun bir göstergesidir. Patolojik narsist olan kişiler kendi üstünlüklerinin daimi olması için gerçekleri görmez, onlardan uzaklaşır ve kendisine ait bir dünya oluşturur. Kendilerine sınır koymazlar ve ilkel bir tek benci olurlar. Kendini beğenmişliklerinin içine gömülerek çevreden koparlar ve tamamen soyutlanırlar. Yabancılardan aşırı bir şekilde

korkarlar. Patolojik narsist olan bireylerin en büyük sorunu narsist yönelimlerini denetleyici bir düzeneğin olmamasıdır. Bu eksiklik patolojik narsist olan kişilerin sağlıklı bir ruh haline bürünmesini zorlaştırmaktadır (Fromm, 1990).

Patolojik anlamda narsist olan kişiler kendilerine çok güvenen ve çevresindeki diğer bireylerin düşüncelerini önemsemez gibi tavırlara sahiptirler. Fakat buna karşın içsel anlamda diğerlerinin düşüncelerine çok önem veren ve bu düşüncelerle beslenen kişilerdir. Yani kendilerine yönelik olan fazla güven ve kendinden emin davranışlarının arkasında yine kendilerine olan güvensizlikleri bulunmaktadır. Bir bireyin patolojik narsist olduğunu anlamının temel noktası çevreden gelen tepkilere karşı çok duyarlı ve yorumlara muhtaç olmasıdır (Karaaziz ve Erdem Atak, 2013). Kernberg'e (2012) göre patolojik narsist olan kişilerin temel özellikleri; kendilerine aşırı hayran olmaları, diğer bireyleri küçük görmeleri, gerçek olmayan algılara sahip olmaları, çoğu zaman sıkıntılı ruh hali, boşluk hissi, hem zihinsel hem de davranışsal olarak takıntılara sahip olma, büyüklenmeci benlik algısının olması, var olan her şeyi önemsiz ve değersizleştirme, birine bağımlı olmaktan tedirginlik duyma ve doyumsuz olma şeklinde sıralanabilir.

2.4.4.3. Büyüklenmeci (Grandiose) Narsisizm

Büyüklenmeci narsisizm içerisinde birçok faktörü barındıran işlevsel bir bozukluktur. Bu faktörler şunlardır: Bireyin kendine olması gerekenden çok değer vermesi, kendini geliştirmek için uyumsuz olma davranışlarına sahip olma, kendisinin her şeyi yapabileceğini düşünme ve görkemli davranışlarda bulunma. Büyüklenmeci narsisizm, narsistik kişilik yapısının en temel üyesidir. Büyüklenmeci narsisizm, benliğin sahip olduğu olumsuz düşünceleri, rahatsızlık veren fiziksel yapıyı görmezden gelir, dâhilik, üstünlük ve mükemmellik içeren hayalleri barındırır (Pincus ve Lukowitsky, 2010; Pincus vd. 2009)

Büyüklenmeci narsisizm teşhircilik, başkalarının gereksinimlerini görmeme, düşük kaygı düzeyi, kibir, kötülük, dikkat çekme isteği, kendini haklı görme ve yaptığı her şeyi kendine hak görme, aşırı talepkar olma, empati eksikliği gibi özellikler ile kendini gösterir (Akhtar ve Thompson, 1982; Wink, 1991). Ronningstam'a (2010) göre büyüklenmeci narsisizme sahip bireylerin kendi benliklerine yönelik aşırı üstün ve eşsiz oldukları şeklinde bir algılayış biçimleri vardır. Var olan bu algılarını korumak ve çevresindeki diğer insanların hayranlığını elde edebilmek için antisosyal davranabilirler veya saldırgan davranışlar sergileyebilirler.

2.4.4.4. Kırılğan Narsisizm

Kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizmin tam tersi olarak aşırı derecede mütevazı, bireyin kendini daima stres altında hissetmesi, çok fazla çekingen davranışlar sergileme, eleştirilere karşı aşırı hassasiyet, acı çektiğine dair düşünceler ve başkaları ile olan yakın ilişkilerinde fark edilebilecek düzeyde benliği ile ilgili büyüklenmeci beklentiler gibi özellikleri içermektedir. (Akhtar ve Thomson, 1982; Wink, 1991). Kaygılı ve utangaç bir izlenim bırakan kırılğan narsist olan bireyler gizil bir büyüklenmeci tarza sahiptirler. Gizil bir şekilde kendini gösteren bu büyüklenmeci yapı daha çok yakın ilişki içerisinde bulunduğu insanlara karşıdır (Gabbard, 1989). Ayrıca kırılğan narsisizm stiline sahip kişilerin kendilerini yetersiz hissetmeler, yüksek düzeyde kaygıya sahip olmaları, başarısız olmaya karşı çok fazla hassas olmaları ve içedönük bir yapıya sahip olmaları dikkat çekmektedir (Gabbard, 1989; Wink, 1991).

2.4.5. Narsistik Kişilik Bozukluğu

Benmerkezci duygu, düşünce ve davranışların kişide üst düzeyde hâkimiyetini koruduğu, normal yaşamda narsistik özelliklerin kişide aşırı derecede görülmeye başlamasıyla birlikte kendini gösteren kişilik bozukluğuna narsistik kişilik bozukluğu denir (Post, 2015). Gelişimsel kendilik ve nesne ilişkileri yaklaşımında, narsistik kişilik bozukluğu, bölünmüş bir iç dünyayla betimlenir. Bölünmüşlüğün iki birimi şu şekilde tanımlanabilir: Birimlerden birisi, nesnenin tümgüçlü ve kendiliğin büyüklenmeci olduğu, duygu durumun ise biricik, özel, harika, herkesin hayran kaldığı, tapılan, mükemmel ve/veya her şeye yetkili olduğu büyüklenmeci savunmacı tümgüçlü kaynaşmış birimdir. Diğer birim ise, temelde yatan anlamsız, saldırgan, kaynaşmış parça birimdir ki nesnesi zalim, saldırgan ve değersizleştiricidir. Bu birimde kendilik yetersiz, parçalanmış, değersiz ve yetkisizdir. Bunları bağlantılayan duygu durum ise terk edilme depresyonudur (Masterson, 2008).

Kring ve diğerleri (2017) tarafından ruhsal bozuklukların tanısallık ve istatistiksel verilerinin güncellenerek ele alındığı DSM-5'te narsistik kişilik bozukluğu belirtileri aşağıdaki gibi sıralanmıştır:

- 1) Kişinin önemini abartılı şekilde görmesi.
- 2) Kişinin, kendi başarısı, zekâsı ve güzelliğiyle meşgul olması.
- 3) Özel olduğu ve sadece yüksek konumdaki insanlarca anlaşılabilirliği inancı.
- 4) Aşırı derecede hayran olunma ihtiyacı.

- 5) Güçlü bir hak etme duygusu.
- 6) Başkalarından faydalanma eğilimi.
- 7) Empati yoksunluğu.
- 8) Başkalarını kıskanma.
- 9) Kibirli davranış ve tutumlar

DSM-5'e göre erken ergenliğin başında birçok bağlamda bu belirtilerin beşinin ya da daha fazlasının varlığı narsistik kişilik bozukluğu tanısının konulmasında yeterlidir (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2017).

Masterson' a (2013) göre narsistik kişilik bozukluğunun tanı sisteminde üç alt tür bulunmaktadır. Birincisi hayran olunmayı, aynalanmayı, başkaları tarafından sürekli övülmeyi bekleyen ve sürekli sahnede olan gösterişçi veya film yıldızı türüdür. İkincisi kapalı kendilik bozukluğu olarak adlandırılan türdür. Burada ilgi ışığından faydalanmak üzere idealleştirilen nesneye yoğunlaşmıştır. Bu hatalar güçlü, mükemmel ve narsistik bakımdan tatmin edici olan bir şeyle kaynaşır ama bunu kapalı bir biçimde yaparlar. Üçüncü tür ise değersizleştiren narsistik bireydir ve kendiüstünlüğünü devam ettirmek için nesnelere değersizleştirir. Bunlar özellikle tedavisi zor sevilmeyen insanlardır (Masterson, 2008).

Narsistik kişilik bozukluğu ile narsistik özellikler arasındaki ayrıma dikkat etmek gerekir ve bunlar birbiriyle karıştırılmamalıdır. Bireyin çok fazla narsistik olması, tanısı konulmuş psikiyatrik bir bozukluğunun olması ya da narsisizm düzeyinin patolojik boyuta ulaşmış olduğu anlamına gelmemelidir (Twenge ve Campbell, 2010). Narsistik incinmeler hayatın bir parçasıdır ve her insanın öz değer duygusunu en azından bir süreliğine sarsmaktadır. Bozukluğun farkı sarsıntının gücü ve kalitesindedir. Sağlam bir öz değer sistemine sahip olan ve buna göre narsistik bir bozukluğu olmadığı var sayılan biri reddetme veya eleştiri karşısında üzülür veya kızgın tepki verebilir ama kendine olan sevgisini ve var olma hakkını kaybetmez (Wardetszki, 2019). Narsistik kişilik bozukluğu tanısının konulabilmesi için bir bireyin gösterişçilik, empati yoksunluğu ve takdir edilme ihtiyacını içeren uzun vadeli davranış kalıplarını tarif eden en az beş belirli kriteri karşılaması gerekir. Kişinin aynı zamanda, depresyon, işte başarısızlık ya da sorunlu yakın ilişkiler gibi bir tür bozukluk yaşaması şarttır. Narsistik kişilik bozukluğu, narsistik kişilik kadar yaygın değildir, çünkü

narsistik kişiliğin narsistik kişilik bozukluğu kadar aşırı seviyede ya da klinik olarak anlamlı sorunlar ile ilişkili olması gerekmez (Twenge ve Campbell, 2010).

2.4.6. Narsistik Kişilerin Özellikleri

Narsistik özelliklere sahip insanlar, dışarıdan bakıldığında çok güçlü ve kibirli görünürler; ancak iç dünyalarında çok zayıflar ve sürekli olarak kendi değerlerini sorgularlar (Kernberg, 1975). Narsistik kişilikler bir insanın ondan beklediklerinden farklı davranmasına tahammül edemezler. Böyle bir durumda kendilerini derinden incinmiş hissederler ve onu sevgi ve şefkatlerinden mahrum bırakarak cezalandırırlar. Ve kendi gözlerinde o kişi bunu gerçekten hak etmiştir. Bu gibi durumlarda bir başka insanla iletişim kurmanın fedakârlık anlamına geldiğini ve onun bireyselliğini ve zayıflıklarını kabul etmeyi gerektirdiğini hissetmektense ilişkiyi gururla bitirmeyi tercih ederler (Wardetzki, 2019).

Narsistik kişilik özelliklerini taşıyan bireylerin benliklerine yönelik olağanüstü ve ayıksı oldukları duygularını taşırlar. Onlar kendilerine göre her şeyi herkesten daha çok hak etmektedirler. Aşk ve meslek yaşamlarında elde edilecek büyük başarıların tutkularıyla doludurlar ve çoğunlukla fiziksel görünüm ve giyimlerine fazla düşkündürler (Lelord ve André, 2006).

Narsistikler kendilerini çok önemserler, mağrurdurlar, çok konuşurlar ve kendi hayallerinde birer efsanedirler. Kendi yetenekleri hakkında abartılı kanıları vardır. Ayrıca başkalarını eksikliklerinden dolayı suçlayabilirlerken kendi başarıları hakkında övünürler, fiziksel görünümüne odaklanırlar ve statü göstergesi olan maddi varlıklara çok fazla değer verirler. İletişim halindeyken abartılı el kol hareketleri kullanabilir, konuşma esnasında konuyu sürekli kendilerine getirebilir, öne geçmek için yönlendirme ve hile yapabilir, etraflarına kendilerine hayran insanları toplayabilirler. Hedeflerine ulaşabilmek için insanlara kendilerini iyi hissettirecek ve dışarıya iyi gösterecek araçlar olarak bakarak onları yönlendirip sömürmekte bir sakınca görmezler (Twenge ve Campbell, 2010).

2.4.7. Çocukluk Çağı Narsisizmi

Kernberg (1975) anne baba ile kurulan işlevsiz etkileşimin narsisizmin gelişiminde etkileyici birer faktör olduğunu ileri sürmüştür. Narsisizm özellikle ebeveyn ilgisinin ve rehberliğinin eksikliğine bir yanıt olarak çocuklarda ortaya çıkmaktadır

(Kernberg, 1975). Bununla birlikte bazı erken dönem psikodinamik kuramcılar narsisizmin soğuk ve ihmalkâr anne babalardan kaynaklandığına inanıyorlardı. Narsist çocuklar yaratan ebeveyn tarzları genel olarak aşırı hoşgörülü, öven ve sorumluluk veren anne babalardır (Twenge ve Campbell, 2010). Narsist kişiler erken yaşlarda ebeveynlerinin onlardan beklediklerini karşılamak için ya da ebeveyn ilgisinin, sıcaklığının yoksunluğunu telafi etmek için kendilerini belirli kurallar altında yönetmeyi öğrenmişlerdir (Thomaes, Bushman, Castro, Cohen ve Denissen, 2009)

Narsisizm, nesne yatırımının tersine benliğin libidinal yatırımını ifade eder. Çocukluk çağı narsisizmi, eksik ego farklılaşması ve benlik ve nesne dünyasının yetersiz sınırlandırılması anında benliğin yatırımından oluşur. Bu aşamada, arzuyu gerçeklikten ayırt etme yeteneğinin yokluğunda, ihtiyaçların karşılanması ve gerçekliğe hâkimiyet sağlamak için narsistik özellikler kendini gösterir; bu nedenle çocuksu narsisizmin büyüklenmeci bir karakteri vardır (Reich, 1960).

Çocukluk ve ergenlik döneminde davranış bozuklukları ile narsisizm arasında ilişki olduğu, narsistik özellikler taşıyan çocuk ve ergenlerin alay edilme durumlarında ya da reddedildikleri anda saldırgan davranışlar sergiledikleri belirtilmiştir (Thomaes, Bushman, Olthof, Stegge ve Denissen, 2008). Narsisizmin genelde hep olumsuz yanlarına vurgu yapılmasına karşı faydaları ve zararları arasında denge kurulabileceği söylenebilir. Bunun sonucunda ise narsistik ergen ve çocukların hayatın farklı alanlarında kendine güven becerilerinin gelişmesi ve otorite kurma ihtimallerinin aratacağı ifade edilebilir (Thomaes, Brummelman, Reijntjes ve Bushman, 2013).

2.5. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Pallerito (2013) mizaç, duygu düzenleme ve bağlanma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan araştırmada bir kreşte olan yaş ortalaması 44,19 aylık olan çocukların öğretmenleri, çocukların akranlarıyla sosyalleşmesini içeren ve tamamlamaları gereken iki duygu düzenleme görevini değerlendirirken bakım verenleri ise bağlanma stillerini ve mizaçlarını değerlendirmişlerdir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre bağlanma puanlarının yüksekliği ve zor mizaca sahip olma çocukların duygu düzenleme becerilerini etkilemektedir.

Pistole (1995), yetişkin bağlanma stilleri ile narsisizm arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmaya göre güvensiz bağlanma stili güvenli bağlanma stiline göre daha çok narsisizm ile karakterizedir.

Ahmadi vd. (2013) bağlanma stilleri ile narsisizm arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yapılan bu çalışmanın sonuçlarına göre güvenli, kaçınmacı ve kararsız bağlanma stili değişkenlerinin narsisizm ile anlamlı bir basit ve çoklu korelasyona sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmanın basit korelasyon sonuçlarına göre, güvenli bağlanma ile narsisizm arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ve kaçınan, kararsız bağlanma ve narsisizm arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Dickinson ve Pinkus (2003) büyüklenmeci ve kırılan narsisizmin kişiler arası analizini yaptıkları çalışmada büyüklenmeci narsistik kişilik özellikleri sergileyen bireylerin güvenli ya da kayıtsız bağlanma stiline sahip olduklarını bulmuşlardır. Kapalı narsistik özelliğe sahip kişilerde kaçınan ve korkulu bağlanma stili gözlemlediklerini ifade etmişlerdir.

Mikulincer ve Sheffi (2000) bağlanma stillerinin olumlu duygular üzerine olan etkisini incelediği çalışmasında güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin olumlu duygulara daha fazla sahip olduğunu ve bu bireylerin yaratıcı problem çözme becerilerinin daha üst düzey olduğunu tespit etmiştir. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin olumsuz duygulara verdikleri bilişsel tepkilerin negatif olduğu bulunmuşken kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin ise bilişsel tepki verme düzeylerinde olumlu ya da nötr olacak şekilde anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Yersel (2019) çocuk ve ergenlerde anne baba tutumları ve bağlanma stillerinin çocukluk çağı narsisizmi ile arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda bağlanma stilleri ve narsisizm arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Sezer'in (2019) narsistik kişilik özellikleri ve affetmede bağlanmanın aracı rolünü incelediği çalışmada kaygılı ve güvenli bağlanmanın narsistik kişilik özelliği ile genel affetmeye kısmı aracılık yaptığı görülmüştür. Aynı zamanda güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri ile narsistik kişilik arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Kaya'nın (2017), yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma stilleri ve kaçınan bağlanma stilleri ile narsisizm düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri cinsiyet açısından incelendiğinde kadın ve erkekler arasında kaygılı bağlanma stillerinde fark görülmezken, kaçınan bağlanma stiline bakıldığında kadınların daha fazla bu stile sahip olduğu bulunmuştur.

Koç Ekinci (2018), narsistik kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelediğinde güvenli bağlanma stili ile narsisizm arasında pozitif yönlü bir

ilişki bulmuştur. Bunun yanı sıra diğer bağlanma stilleri ile narsisizm arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Özdemir'in (2017), bağlanma stilleri ve narsisizm arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracılık rolünü incelediği çalışmasında bağlanma stilleri ile narsisizm arasında bir ilişki bulunmamıştır.

Balcı (2019), ortaokul öğrencileri ile yaptığı çalışmada kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha yüksek düzeyde kaçınan ve kaygılı bağlanma stiline sahip olduklarını bulmuştur.

2.6. Duygu Düzenleme İlgili Yapılmış Araştırmalar

Wei ve diğerleri (2005) yapısal eşitlik modeliyle bağlanma ile olumsuz duygu durum ve kişilerarası sorunlar arasında duygulanım düzenlemenin aracılık etkisini araştırmışlardır. Araştırmaya toplamda 229 üniversite öğrencisi katılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin kişiler arası sorunları ve olumsuz duygu durumları arasında duygulanım düzenleme becerileri aracı etkiye sahip çıkmıştır.

Kogan (1997) yaptığı çalışmada çocukların duygu düzenleme becerileri ile anne babalarına bağlanmaları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde edilen verilere göre duygularını daha iyi düzenleyen, sorunlarını daha işlevsel çözebilen çocuklar annelerine daha güvenli bir şekilde bağlanmaktadır. Aynı zamanda güvenli bağlanma stiline sahip çocukların karşılaştıkları problemlerle esnek bir şekilde baş edebildikleri ve stresli anlarda olumsuz duygu durumlarının daha düşük seviyede olduğu görülmüştür.

Pierro, Sarno ve Madeddu (2017) klinik olmayan bir örnekleme duygu düzenlemedeki zorluklar ile narsisizm arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde edilenlere göre narsistik özellikler ile duygu düzenlemedeki zorluklar önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Narsistik işleyişin duygu düzenleme zorluklarının sadece bazı yönlerini içerdiği ve büyüklenmeci narsisizmden çok kırılgan narsisizm ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bulgular, yüksek düzeyde kırılgan narsistik özelliklere sahip bireylerin duygu düzenlemede bazı zorluklar yaşadıklarını, yüksek düzeyde büyüklenmeci narsistik özellikler gösteren bireylerin ise duygu düzenleme zorluklarına karşı daha korumacı davranışlar sergilediklerini göstermiştir.

Köymen (2019), yaptığı çalışmada bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin bütün uyumsuz olanları ile kırılğan narsisizm arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur. Aynı zamanda bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden olan kabul ile büyüklenmeci narsisizm arasında negatif yönlü ve yine bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden olan diğerlerini suçlama ve pozitif tekrar odaklanma ile büyüklenmeci narsisizm arasında pozitif yönlü ilişkiler ortaya çıkmıştır.

Kalın (2020), yapmış olduğu çalışmada narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulmuştur. Bunun yanı sıra narsisizm türlerinden olan büyüklenmeci ve kırılğan narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasında yine pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Aktaş (2017), narsistik özellikler, duygu düzenleme güçlüğü ve öz şefkat arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında duygu düzenleme ile narsisizm arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuşken duygu düzenleme ile öz şefkat arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Elibol ve Sevi Tok'un (2019) yapmış olduğu çalışmada duygu düzenleme güçlüğü ile kırılğan narsisizm arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Aynı zamanda duygu düzenleme güçlüğünün kırılğan narsisizmi anlamlı bir şekilde yordadığı ortaya çıkmıştır. Son olarak yapılan bu çalışmada duygu düzenleme güçlüğünün, kırılğan narsisizm ile kaygılı bağlanma arasında tam aracı role sahip olduğu bulunmuştur.

Önder (2019), ortaokul öğrencilerinin erken dönem uyumsuz şemaları ile duygu düzenleme yöntemlerini inceledikleri çalışmada duygu düzenleme yöntemlerinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermediğini ortaya çıkarmıştır. Ayrıca duygu düzenlemenin işlevsel olmayan alt boyutları ile uyumsuz şemalar arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

2.7. Narsisizm İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Alan yazın incelendiğinde narsisizm kavramının birçok değişkenle birlikte alındığı görülmektedir.

Smolewska ve Dion'un (2005) narsisizm ve yetişkin bağlanması üzerine yaptığı çalışmada gizli narsisizm ile bağlanma alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Aynı zamanda bireylerin narsisizm puanları kaygılı bağlanmayı anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

Loeffler vd'nin (2020) yaptığı çalışmada büyüklenmeci ve savunmasız narsisizm ile duygu düzenleme arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerinden olan bastırma ile savunmasız narsisizm arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Büyüklenmeci narsisizme sahip bireylerin bastırma yöntemini kullanmaktan kaçındıkları bulunmuştur.

Barnett, Haygood ve Mollenkopf (2021) patolojik narsisizm ile içsel ve dışsal duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yapılan araştırma sonucunda narsistik kırılğanlığın içsel duygu düzenleme stratejilerinin çok kullanılmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Elde edilen bu veri, yüksek düzeyde narsistik kırılğanlığa sahip bireylerin kendilerini daha kötü hissettirmek için daha fazla duygu düzenleme stratejilerini kullandıkları sonucuna ulaştırmıştır. Bir diğer sonuca göre de büyüklenmeci narsisizm ile içsel duygulanımın iyileştiren duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuç narsistik büyüklenmeciliği fazla olan bireylerin kendi duygularını iyileştirmek için işlevsel duygu düzenleme stratejilerini kullandıklarını göstermektedir.

Cramer (2019), narsisizm ve bağlanmada erken ebeveynliğin önemini araştırmıştır. Elde edilen sonuçlara göre savunmasız narsisizm güvenli bağlanma ile negatif yönlü, kaygılı ve korkulu bağlanma stilleri ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahipken kayıtsız bağlanma stili ile narsisizm arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yersel'in (2019) çocuk ve ergenlerde bağlanma stillerinin çocukluk çağı narsisizmi ile arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında erkek çocuklarının, çocukluk çağı narsisizm puanı kız çocuklarının çocukluk çağı narsisizm puanlarından daha yüksek bulunmuştur.

Gönülalan (2019) ortaokul öğrencilerinde narsisizm ve öz yeterlik kavramlarını incelemiştir. Buna göre erkek öğrencilerin narsistik özellikler gösterme düzeyi kız öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu çalışmada öz yeterlik ile narsisizm arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Atik (2019) ortaokul öğrencilerinde narsisizm düzeyleri ile şiddete yönelik tutumları arasındaki ilişkiyi incelediğinde narsisizm düzeylerini cinsiyete göre anlamlı değişikliklere sahip olmadığını bulmuştur. Yine bu çalışmaya göre ortaokul öğrencilerinin şiddete yönelik tutumları ile narsisizm düzeyleri arasında pozitif yönlü, düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Çebi'nin (2016) ortaokul öğrencilerinde maddi değerler ile narsisim arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında kız ve erkek öğrencilerin narsisizm düzeyleri arasında anlamlı bir fark belirlenmemişken narsisizm ile maddi değerler arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Temel (2008) yaptığı çalışmada öfke ile narsisizm arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulmuştur. Ergenlik dönemindeki bireylerle yaptığı çalışma sonunda narsistik kişilik özelliklerine sahip bireylerin kendi istekleri dışında gelişen olaylar karşısında savunmacı davranış kalıpları sergilediklerini bulmuştur.

BÖLÜM 3

3 YÖNTEM

Araştırmanın yöntem bölümünde; araştırmanın modeline, çalışma grubuna, veri toplama araçlarına, verilerin toplanmasına ve analizine yer verilmiştir.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve duygu düzenleme stratejilerinin narsisizm düzeylerine olan etkisini incelemeyi amaçlayan, genel tarama modelinin bir alt türü olan ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır. Karasar'a (2004) göre genel tarama modeli, araştırmaya konu olan mevcut durumu olduğu gibi yansıtmayı esas alır. Bu hedefe dayanarak tarama araştırmalarında, genel bir sonuca ulaşabilmek için geniş bir katılımcı grubunun vereceği cevaplar araştırmacı tarafından bir araya getirilerek veriler elde edilir. İlişkisel tarama modellerinde iki ya da daha fazla değişkenin birbirlerine olan etkileri, ilişkileri, birlikte değişimleri belirlenir. Bulunan sonuçlar neden sonuç ilişkisi içerisinde açıklanamaz (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016).

3.2 Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim öğretim yılında, Konya'nın Meram ilçesine bağlı ortaokullarda öğrenim gören 7. ve 8. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Katılımcılar 233 erkek, 268 kız olmak üzere toplam 501 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 13,39' dur.

3.3 Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri

Araştırmada, ortaokul öğrencilerinin yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyleri gibi bazı demografik özelliklerini belirleme amacıyla " Kişisel Bilgi Formu", narsisizm düzeylerini belirlemek amacıyla "Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği", bağlanma stillerini belirlemek amacıyla "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği" ve son olarak da duygu düzenleme stratejilerini belirlemek amacıyla, "Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği" kullanılmıştır.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu kapsamında araştırmaya katılacak olan bireylerin demografik özellikleri belirlenmiştir. Bu form araştırmacı tarafından hazırlanmış olup katılımcıların yaş, cinsiyet, okul ve sınıf düzeylerine yönelik bilgileri kapsamaktadır. Katılımcıların gizliliklerini ihlal edecek herhangi bir soru barındırmamaktadır.

3.3.2 Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği

Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği, Thomas ve diğerleri tarafından 2008 yılında geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 10 sorudan oluşmakta olup tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçek 4'lü likert şeklinde yanıtlanmaktadır. 0: Hiç doğru değil, 1: Çok da doğru değil, 2: Oldukça doğru, 3: Kesinlikle doğru ifadelerine karşılık gelmektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçek orta çocukluk ile ergenlik dönemini kapsayacak şekilde geniş bir yaş grubuna uygulanabilir. Ölçekten yüksek bir puan almak patolojik narsisizmi göstermemektedir. Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği, narsisizmi bir kişilik özelliği olarak ölçmektedir. Ölçeğin orijinalinin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .84 olarak bulunmuştur. 2 Ay arayla yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .76 iken 6 ay arayla yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .69 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Akın, Şahin ve Gülşen tarafından 2015 yılında yapılmıştır. Çalışma 9-14 yaşları arasında olan ilköğretim öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucunda ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik sayısı .72 olarak bulunmuştur. Aynı zamanda madde analizi sonucuna göre düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .29 ile .52 arasında sıralanmaktadır.

3.3.3 Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği

Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği 2007 yılında Phillips ve Power tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanmasını ise Duy ve Yıldız 2014 yılında gerçekleştirmiştir. Ölçek toplamda 18 maddeden oluşmaktadır. 5'li likert şeklindedir. "Hiçbir zaman (1), Nadiren (2), Bazen (3), Çoğu zaman (4) ve Her zaman (5)" üzerinden puanlanmaktadır. Ölçek dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar "içsel işlevsel duygu düzenleme", "dışsal işlevsel duygu düzenleme", "içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme" ve "dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme" şeklindedir. İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme boyutu, (örn. "Duygularımı içime atarım, saklarım.") gerçekten uzaklaşma (derealization), bastırma, olumsuz sosyal karşılaştırma,

ruminasyon ve kendine zarar vermek yöntemlerini içerirken içsel işlevsel duygu düzenleme boyutu (örn. “Duruma ilişkin düşüncelerimi yeniden gözden geçiririm.”) olumlu yeniden değerlendirme, amaçların değiştirilmesi, plan yapmak, bakış açısına oturtmak, dikkatini vermek yöntemlerini içermektedir. Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme boyutu (örn. “Başkalarına zorbalık yaparım (örn. alay etmek, itmek, dedi kodu yapmak gibi)”) zorbalık yapmak, sözlü saldırı, fiziksel saldırı, eşyalara vurmak ya da kırmak, başkalarını kötü hissettirmeye çalışmak yöntemlerini barındırırken dışsal işlevsel duygu düzenleme boyutu ise (örn. “Başkalarından tavsiye isterim.”) duyguları ifade etmek, tavsiye arama, fiziksel ilişki kurmak ve egzersiz yapmak şeklinde duygu düzenleme yöntemlerini içermektedir. En yüksek puanın elde edildiği alt boyut ergenin en sık kullandığı duygu düzenleme strateji olarak kabul edilmektedir. Ölçekte ters puanlanacak madde bulunmamaktadır. Ölçekte alt boyutların Cronbach Alfa değerlerine bakıldığında sırasıyla dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .59, içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .74, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .76, ve içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .68 ve olarak bulunmuştur.

3.3.4 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin ergenler ve orta çocukluk dönemi için uyarılma çalışmalarını Brenning ve arkadaşları 2011 yılında yapmışlardır. Ölçeğin Türkçeye uyarılması ise Kırimer, Akça ve Sümer (2014) tarafından yapılmıştır. Bu ölçeğin amacı orta çocukluk dönemindeki çocukların ebeveynlerine bağlanma düzeylerini ölçmektir. Ölçek 36 maddeden oluşmaktadır. 8-13 yaş arasındaki bireylere yönelik olarak hazırlanmıştır. Ölçek, kaygı ve kaçınma olmak üzere iki boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçeğin derecelendirmesi, orijinal çalışma temel alınarak 1 ila 7 puan aralığında sunulmuştur (1 = hiç katılmıyorum, 7 = tamamen katılıyorum). Ölçekte 14 ters madde bulunmaktadır. Yapılan analizlere göre ölçeğin Türkçeye uyarılma çalışmasında kaçınma boyutu toplam varyansın % 18.66 'ı açıklamaktadır; kaygı boyutu ise toplam varyansın % 17.72'sini açıklamaktadır. Kaçınan ve kaygılı bağlanma boyutlarının ikisi birlikte toplam varyansın % 36.38'sini açıklamaktadır. Uyarılma çalışması sonucu kaçınma alt boyutunun Cronbach's alfa katsayısı .90 iken kaygı alt boyutunun Cronbach's alfa katsayısı .78 olarak bulunmuştur (Kırimer, Akça ve Sümer, 2014).

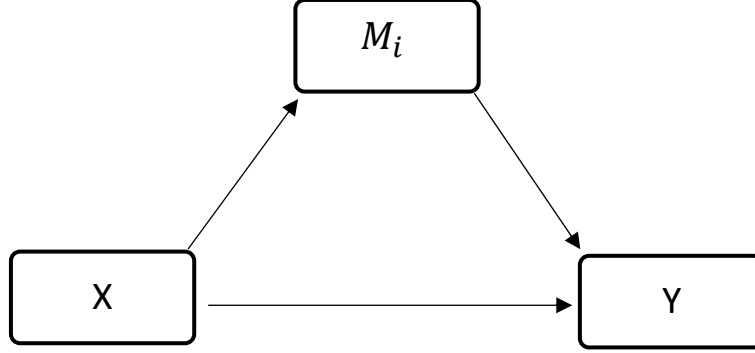
3.4 Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılacak ölçekler belirlendikten sonra “Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği”, “Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği” ve “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeği” nin uygulanması için ölçekleri geliştiren/uyarlayan araştırmacılardan gerekli izinler alınmıştır. İzinler alındıktan sonra Konya ilinde uygulama yapılacak ortaokullar için MEB araştırma izinleri çıkarılmıştır. Ayrıca Etik Kurulu Başkanlığı tarafından, yapılacak çalışmanın uygunluğu kabul görülmüş olup 2021/179 karar no’lu etik kurul izni çıkarılmıştır. Uygulamanın yapılacağı okullarda okul müdürleri ile gerekli görüşmeler yapıldıktan sonra ders saatleri içerisinde uygulama gerçekleştirilmiştir. Verilerin toplanması aşamasında katılımcılara ölçeklerin neler olduğu ve hangi amaçla kullanılacağı duyurulmuştur. Uygulamadan önce ölçeklerin yönergeleri sesli bir şekilde okunmuştur. Ölçekleri için yeterli süre verilerek çalışmaya gönüllü katılmayı kabul eden bireylere uygulama yapılmıştır ve yaklaşık 30 dakika sürmüştür. Uygulama esnasında sorusu olanlar bilgilendirilmiştir. Uygulama aşamasında bir sorun ile karşılaşılmamıştır.

3.5 Verilerin Analizi

Araştırma ortaokul öğrencilerinin narsisizm düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerilerinin aracı rolünü ortaya koymak amaçlanmaktadır. Araştırmada kullanılmak üzere veriler toplanmıştır. Sonrasında elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Veri analiz yöntemi olarak Pearson momentler çarpım korelasyonu ve bootstrapping yönteminden faydalanılmıştır. Yapılan istatistiksel analizlere göre yordayıcı değişkenler ve aracı değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisini ortaya koymak için bir desen içerisinde ele alınmıştır. Bu araştırmanın yordayıcı değişkeni; bağlanma stilleri, aracı değişkeni; duygu düzenleme becerileri, bağımlı değişkeni ise narsisizm düzeyidir. Bağlanma stilleri, narsisizm ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson momentler çarpım korelasyonu katsayısı kullanılırken, bağlanma stilleri ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolünü incelemek için bootstrapping yönteminden yararlanılmıştır. Yapılan analiz sonuçları 5000 bootstrap örneklemeden elde edilmiştir. Hayes (2018) tarafından geliştirilen bootstrapping analizleri IBM SPSS Statics Programı aracılığıyla PROCESS Makrosu v3.5 kullanılarak yapılmıştır. Ayrıca aracılık analizi yapılırken model 4 esas alınarak şekilsel olarak çizilmiştir.

Kavramsal Diyagram



Şekil 2.2: Model 4

(Hayes, 2018'ten aktarılmıştır.)

BÖLÜM 4

4 BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı ve alt amaçları doğrultusunda toplanan verilerin istatistiksel bulgularına yer verilmiştir.

4.1. Narsisizm, Bağlanma Stilleri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkiler

Ortaokul öğrencilerinin narsisizm, bağlanma stilleri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla ilgili ölçek ve alt boyutlardan elde ettikleri puanlar arasında hesaplanan korelasyon katsayıları Tablo 4.1.'de verilmiştir.

Tablo 4.1. Narsisizm, bağlanma stilleri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiler

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|-------|--------|--------|--------|-----|-------|---|
| 1 Narsisizm | - | | | | | | |
| 2 Kaygılı Bağlanma Stili | .09* | - | | | | | |
| 3 Kaçınan Bağlanma Stili | -.09* | .49** | - | | | | |
| 4 İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme | .18** | -.12** | -.24** | - | | | |
| 5 Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme | .31** | .04 | -.25** | .24** | - | | |
| 6 İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme | .06 | .35** | .35** | -.01 | .06 | - | |
| 7 Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme | .12** | .30** | .29** | -.13** | .03 | .45** | - |

N=501, *p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 4.1.'e bakıldığında narsisizmin bağlanma stillerinden kaygı alt boyutu ($r=.09$, $p<.05$) ile düşük düzeyde pozitif, kaçınma alt boyutu ($r=-.09$, $p<.05$) ile düşük düzeyde negatif, içsel işlevsel duygu düzenleme ($r=.18$, $p<.01$) ile düşük düzeyde pozitif, dışsal işlevsel duygu düzenleme ($r=.31$, $p<.01$) ile orta düzeyde pozitif, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ($r=.12$, $p<.01$) ile düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuşken; içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ($r=.06$, $p>.05$) ile anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Bağlanma stillerinden kaygı alt boyutunun içsel işlevsel duygu düzenleme ($r=-.12$, $p<.01$) ile düşük düzeyde negatif, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ($r=.35$, $p<.01$) ile orta düzeyde pozitif ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ($r=.30$, $p<.01$) ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuşken; dışsal işlevsel duygu düzenleme ($r=.04$, $p>.05$) ile anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kaçınma alt boyutunun içsel işlevsel duygu düzenleme ($r=-.24$, $p<.01$) ile düşük düzeyde negatif, dışsal işlevsel duygu düzenleme ($r=-.25$, $p<.01$) ile düşük düzeyde negatif, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ($r=.35$, $p<.01$) ile orta düzeyde pozitif ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ($r=.29$, $p<.01$) ile de düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

4.2. Bağlanma Stilleri ve Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Bağlanma stilleri ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı olarak rol oynayıp oynamadığını belirlemek amacıyla bağlanma stillerinin bütün alt boyutları için ayrı ayrı çoklu aracılık analizleri yapılmıştır. Bağlanma stillerinin alt boyutları ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı rolünün incelenmesi amacıyla Hayes (2012, 2013) tarafından önerilen bootstrapping yöntemi kullanılmıştır.

4.2.1. Bağlanma Stillerinden Kaygı Alt Boyutu ile Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolü

Kaygılı bağlanma stili ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı rolüne ilişkin olarak yürütülen bootstrapping sonuçları Tablo 4.2.'de gösterilmiştir.

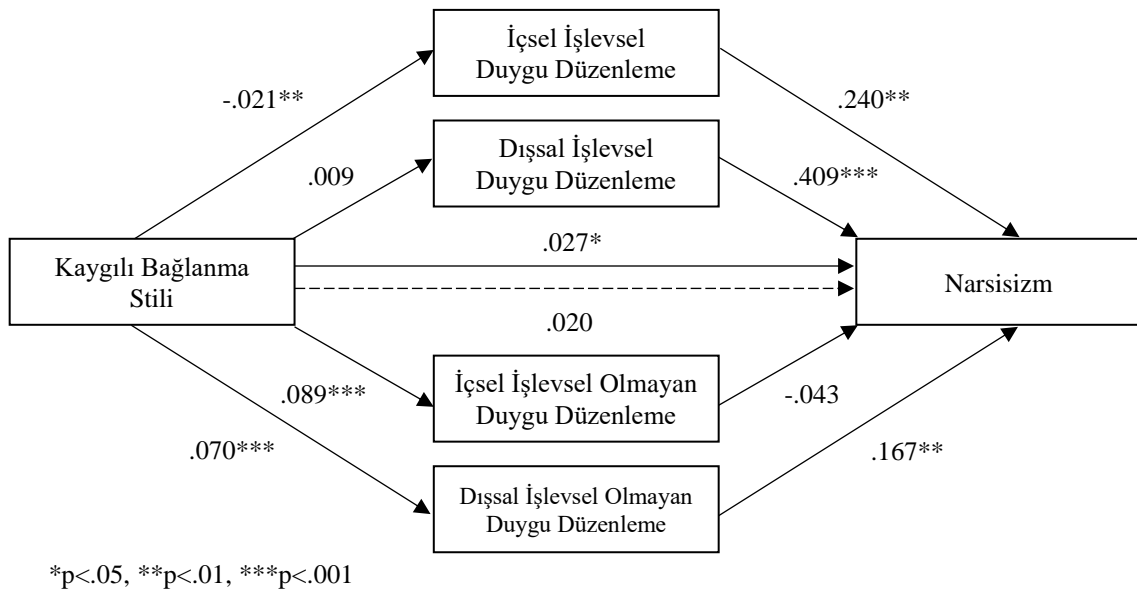
Tablo 4.2. Kaygılı bağlanma stili ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları

| Yol | Bootstrapping | | %95 Güven Aralığı | |
|---------------------------|---------------|-----|-------------------|-----------|
| | B | SH | Alt Limit | Üst Limit |
| Total Etki | | | | |
| Kaygı → Narsisizm | .02 | .01 | .00 | .05 |
| Doğrudan Etki | | | | |
| Kaygı → Narsisizm | .02 | .01 | -.00 | .04 |
| Kaygı → İİDD | -.02 | .00 | -.03 | -.00 |
| İİDD → Narsisizm | .24 | .07 | .09 | .38 |
| Kaygı → DİDD | .00 | .00 | -.00 | .02 |
| DİDD → Narsisizm | .40 | .06 | .28 | .53 |
| Kaygı → İİODD | .08 | .01 | .06 | .11 |
| İİODD → Narsisizm | -.04 | .05 | -.15 | .06 |
| Kaygı → DİODD | .07 | .01 | .05 | .08 |
| DİODD → Narsisizm | .16 | .05 | .05 | .28 |
| Dolaylı Etki | | | | |
| Kaygı → İİDD → Narsisizm | -.00 | .00 | -.01 | -.00 |
| Kaygı → DİDD → Narsisizm | .00 | .00 | -.00 | .01 |
| Kaygı → İİODD → Narsisizm | -.00 | .00 | -.01 | .00 |
| Kaygı → DİODD → Narsisizm | .01 | .00 | .00 | .02 |

N=501, k=5000, R=.37, R²=.13, F₍₅₋₄₉₅₎= 15.38, p<.001

Not: Kaygı: Kaygılı Bağlanma Stili, İİDD: İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme, DİDD: Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme, İİODD: İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme, DİODD: Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme

Tablo 4.2.'den de görülebileceği gibi kaygılı bağlanma stili içsel işlevsel duygu düzenleme (B=-.02, SH=.00, 95% GA [-.03, -.00]), içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=.08, SH=.01, 95% GA [.06, .11]), dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=.07, SH=.01, 95% GA [.05, .08]) ve narsisizmi (B=.02, SH=.01, 95% GA [.00, .05]) yordarken; dışsal işlevsel duygu düzenlemeyi (B=.00, SH=.00, 95% GA [-.00, .02]) yordamamaktadır. İçsel işlevsel duygu düzenleme (B=.24, SH=.07, 95% GA [.09, .38]), dışsal işlevsel duygu düzenleme (B=.40, SH=.06, 95% GA [.28, .53]) ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=.16, SH=.05, 95% GA [.05, .28]) narsisizmi yordarken; içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=-.04, SH=.05, 95% GA [-.15, .06]) ise narsisizmi yordamamaktadır. Kaygılı bağlanma stili ve narsisizm arasındaki dolaylı etki incelendiğinde de kaygılı bağlanma stili ve narsisizm arasındaki ilişkide içsel işlevsel duygu düzenleme (B=-.00, SH=.00, 95% GA [-.01, -.00]) ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemenin (B=.01, SH=.00, 95% GA [.00, .02]) tam aracı rolü olduğu görülmektedir. Dışsal işlevsel duygu düzenleme (B=.00, SH=.00, 95% GA [-.00, .01]) ve içsel işlevsel olmayan duygu düzenlemenin (B=-.00, SH=.00, 95% GA [-.01, .00]) ise aracı rolü yoktur. Genel modelin anlamlı düzeyde olduğu ($F_{(5-495)}= 15.38$, $p<.001$) ve narsisizm üzerindeki toplam varyansın %13'ünü açıkladığı görülmektedir. Kaygılı bağlanma stili ve narsisizm ilişkisinde duygu düzenlemenin çoklu aracı etkisine ilişkin model Şekil 4.1.'de verilmiştir.



Şekil 4.1. Kaygılı bağlanma stili ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı etkisine ilişkin yol katsayıları

4.2.2. Bağlanma Stillerinden Kaçınma Alt Boyutu ile Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolü

Kaçınan bağlanma stili ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı rolüne ilişkin olarak yürütülen bootstrapping sonuçları Tablo 4.3.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.3. Kaçınan bağlanma stili ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları

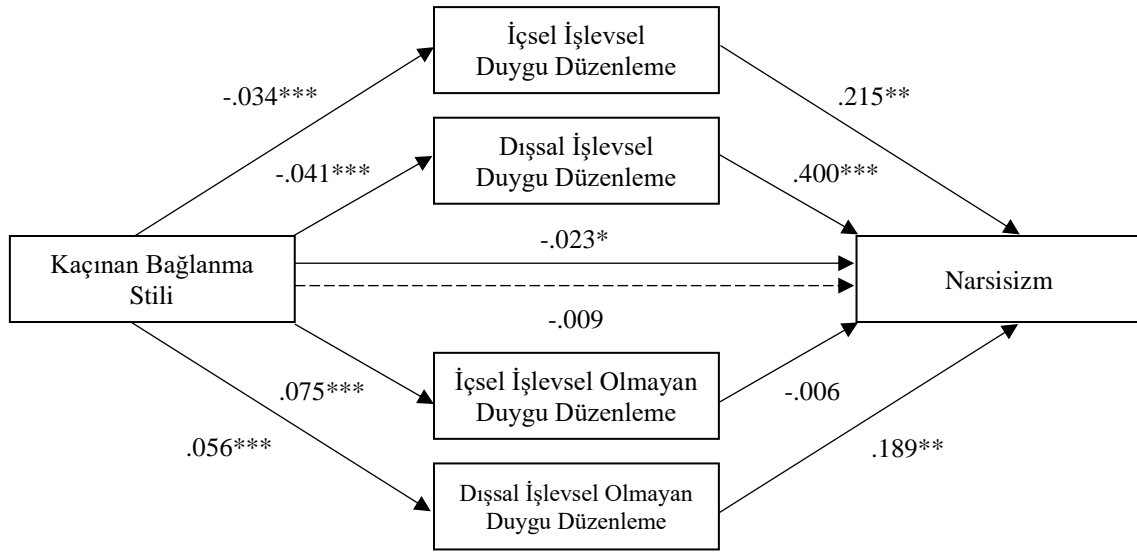
| Yol | Bootstrapping | | %95 Güven Aralığı | |
|-----------------------------|---------------|-----|-------------------|-----------|
| | B | SH | Alt Limit | Üst Limit |
| Total Etki | | | | |
| Kaçınma → Narsisizm | -.02 | .01 | -.04 | -.00 |
| Doğrudan Etki | | | | |
| Kaçınma → Narsisizm | -.00 | .01 | -.03 | .01 |
| Kaçınma → İİDD | -.03 | .00 | -.04 | -.02 |
| İİDD → Narsisizm | .21 | .07 | .06 | .36 |
| Kaçınma → DİDD | -.04 | .00 | -.05 | -.02 |
| DİDD → Narsisizm | .40 | .06 | .27 | .53 |
| Kaçınma → İİODD | .07 | .00 | .05 | .09 |
| İİODD → Narsisizm | -.00 | .05 | -.11 | .10 |
| Kaçınma → DİODD | .05 | .00 | .04 | .07 |
| DİODD → Narsisizm | .18 | .05 | .07 | .30 |
| Dolaylı Etki | | | | |
| Kaçınma → İİDD → Narsisizm | -.00 | .00 | -.01 | -.00 |
| Kaçınma → DİDD → Narsisizm | -.01 | .00 | -.02 | -.00 |
| Kaçınma → İİODD → Narsisizm | -.00 | .00 | -.00 | .00 |
| Kaçınma → DİODD → Narsisizm | .01 | .00 | .00 | .01 |

N=501, k=5000, R=.36, R²=.13, F₍₅₋₄₉₅₎= 14.97, p<.001

Not: Kaçınma: Kaçınan Bağlanma Stili, İİDD: İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme, DİDD: Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme, İİODD: İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme, DİODD: Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme

Tablo 4.3.'den de görülebileceği gibi kaçınan bağlanma stili içsel işlevsel duygu düzenleme (B=-.034, SH=.006, 95% GA [-.046, -.022]), dışsal işlevsel duygu düzenleme (B=-.041, SH=.007, 95% GA [-.055, -.028]), içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=.075, SH=.009, 95% GA [.058, .092]), dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=.056, SH=.008, 95% GA [.040, .072]) ve narsisizmi (B=-.023, SH=.011, 95% GA [-.044, -.002]) yordamaktadır. İçsel işlevsel duygu düzenleme (B=.215, SH=.076, 95% GA [.065, .365]), dışsal işlevsel duygu düzenleme (B=.400, SH=.066,

95% GA [.270, .531]) ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=.189, SH=.059, 95% GA [.072, .305]) narsisizmi yordarken; içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme (B=-.006, SH=.056, 95% GA [-.116, .103]) ise narsisizmi yordamamaktadır. Kaçınan bağlanma stili ve narsisizm arasındaki dolaylı etki incelendiğinde de kaçınan bağlanma stili ve narsisizm arasındaki ilişkide içsel işlevsel duygu düzenleme (B=-.007, SH=.003, 95% GA [-.014, -.001]), dışsal işlevsel duygu düzenleme (B=-.017, SH=.004, 95% GA [-.026, -.009]) ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemenin (B=.011, SH=.004, 95% GA [.003, .019]) tam aracı rolü olduğu görülmektedir. İçsel işlevsel olmayan duygu düzenlemenin (B=-.001, SH=.004, 95% GA [-.009, .008]) ise aracı rolü yoktur. Genel modelin anlamlı düzeyde olduğu ($F_{(5-495)} = 14.97, p < .001$) ve narsisizm üzerindeki toplam varyansın %13'ünü açıkladığı görülmektedir. Kaçınan bağlanma stili ve narsisizm ilişkisinde duygu düzenlemenin çoklu aracı etkisine ilişkin model Şekil 4.2.'de verilmiştir.



* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 4.2. Kaçınan bağlanma stili ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin çoklu aracı etkisine ilişkin yol katsayıları

BÖLÜM 5

5 TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri, duygu düzenleme becerileri ve narsisizm düzeyleri arasındaki ilişkilere yönelik elde edilen bulguların yorumlanmasına ve tartışılmasına yer verilmiştir.

5.1 Tartışma

5.1.1 Narsisizm, Bağlanma Stilleri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkilerin Tartışılması

Araştırma sonuçlarına bakıldığında narsisizm ile bağlanma stilleri alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki çıkarken kaçınan bağlanma ile narsisizm arasında negatif ve anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Alan yazın incelendiğinde narsisizm ile bağlanma arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların mevcut olduğu görülmüştür (Ahmadi vd., 2013; Pistole, 1995; Cramer, 2019, Dickinson ve Pincus, 2003; Borroni ve Maffei, Fossati, Feeney, Pincus, 2014). Yapılan çalışmalarda bağlanmanın kaygı alt boyutu ile narsisizm arasındaki ilişkinin tutarlı bir şekilde pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Örneğin Cramer'in (2019) yapmış olduğu çalışmada savunmasız narsisizm ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yine yapılan bir çalışmaya göre narsisizm ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre güvenli bağlanma ile narsisizm arasında negatif bir ilişki olduğu ve kaçınan, kararsız bağlanma ve narsisizm arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Ahmadi, vd., 2013). Bu sonuçların araştırma bulguları ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Bağlanmanın alt boyutlarından olan kaçınan bağlanma stili ile narsisizm arasındaki ilişkiler yapılan çalışmalarda incelendiğinde hem pozitif yönlü hem de negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmüştür. Dickinson ve Pincus'un (2003) yapmış olduğu çalışmada narsisizm ile kaçınan bağlanma arasında pozitif yönlü bir ilişki ortaya çıkmıştır. Bu çalışmanın, araştırmanın sonuçlarını desteklemediği görülmektedir. Bunun yanı sıra Rohnman vd.'nin (2012) yapmış olduğu çalışmada narsisizm ile kaçınan bağlanma arasında negatif yönlü bir ilişki çıkmıştır. Yapılan bu çalışmanın sonuçları ile araştırma sonuçlarının birbirinin destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Pistole 'ye (1995) göre güvenli bağlanma stiline sahip bireyler duygularını düzenlemede ve öz saygılarını korumada daha sağlıklı davranmaktadırlar ve narsisitik eğilim sergileme olasılıkları

daha düşüktür. Güvensiz bağlanma stiline sahip bireyler ise daha fazla narsistik eğilim sergilemektedirler. Besser ve Priel'e (2009) göre kaygılı bağlanan bireylerin ilişkilerinde güvensizlik üst düzeydedir. Bu güvensizlik duygusu bireylerin olumsuz değerlendirmelerde bulunmasının temel nedenlerindedir. Kaygılı bağlanma düzeyi yüksek olan bireylerin aşırı olumsuz değerlendirmeleri narsisizm ile ilişkilendirilmektedir. Bu durum da araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Kaçınan bağlanmada ise kişi yakınlıktan dolayı ortaya çıkan olumsuz duygudan uzaklaşmak için kaçınan davranışlarda ve fenomenolojik tepkilerde bulunarak kendini korur. Yakın ilişkilerinde mesafeli kalmaya çalışır. Bu durum bireyin içe kapanık, pasif, kendine yeten ve iddiasız bir yapıya sahip olmasına neden olur (Pistole, 1995). Bu özellikler görüldüğü gibi narsist bireylerin özellikleri ile ters düşmektedir. Buradan da anlaşılacağı üzere kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin narsistik eğilimler gösterme ihtimali daha düşüktür. Araştırma sonuçları beklenen yönde olmuş ve kaçınan bağlanma stili ile narsisizm arasında negatif yönlü bir sonuç elde edilmiştir.

Narsisizm ile duygu düzenleme yöntemleri arasındaki ilişki incelendiğinde narsisizm ile duygu düzenleme yöntemlerinden olan içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuşken içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ile narsisizm arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Alan yazın incelendiğinde narsisizm ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmüştür (Pierro, Sarno ve Madeddu, 2017; Derntl, Habel, Huebben, Radke, ve Loeffler, 2020; Ronningstam, 2017). Pierro vd.'nin (2017) yapmış olduğu çalışmada narsisizm ile duygu düzenleme güçlükleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kırılganlığı yüksek narsistik özelliklere sahip kişiler, olumsuz duygular yaşarlar, genellikle bunlara tahammül edemezler, bu yüzden üzülebilirler veya onlardan suçluluk, utanç ve rahatsızlık hissedebilirler. Narsisizmin savunmasız tezahürleri mevcut olduğunda, olumsuz duyguların yoğunluğunu ve süresini değiştirmek için uyarlanabilir stratejilerin kullanılması son derece zor hale gelebilir ve bireyleri içsel durumlar üzerinde kontrol kuramama duygularına yönlendirebilir (Pierro, Sarno, & Madeddu, 2017). Araştırma sonuçları bu bulgular ile benzerlik göstermemektedir. Pierro vd.'nin (2017) yapmış olduğu çalışmaya göre narsist bireyler duyguları düzenlemede içsel durumlarda kontrol kuramama duygularına yönlenirken araştırma sonuçlarına göre içsel işlevsel duygu düzenleme ile narsisizm arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir.

Bunu araştırmadaki narsisizmin patolojik olarak değil de narsistik kişilik özelliği olarak ele alınmasına bağlayabiliriz. Diğer bir sonuca göre bireylerin işlevsel duygu düzenleme becerileri arttıka narsisizm düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Narsist zellikler gösteren çocuklar kendilerinin her Şeye yettiğini düşünmelerine rağmen gerçek hayatta başkalarına muhtaçtır. Var olan mükemmellik imajlarının devam etmesi için daima başkalarına güvenme ihtiyaı duymaktadırlar. Narsistik ocuk kendisini “kendine yeter” olarak görmeyi istemesine rağmen, gerçekte oldukça muhtaçtır ve mükemmellik imajını koruyabilmek için sürekli olarak başkalarına güvenme ihtiyaı duymaktadır. Bu mükemmellik imajı, “görkemli benliği” ifade etmektedir (Gülmez, 2009). Aynı zamanda Kohut (1977) narsisizmin temel patolojisinin bireyin benliğindeki kusur olarak tanımlamıştır. Benlikteki bu kusurlar düşük benlik saygısı, depresyon, değersizlik, reddedilme gibi hisler olup bunlara yönelik telafi edici yapılar ve savunmacı davranışlar klinik olarak ortaya çıkarılmış bir güven verme gereksinimini ifade etmektedir (Kohut, 1977). Narsist bireylerin var olan bu düşük benlik algılarını ortadan kaldırmak ya da başkalarına karşı olan güven ihtiyaçlarını karşılayabilmek için tavsiye arama ya da duyguları ifade etme gibi dışsal işlevsel duygu düzenleme yöntemlerine başvurabilecekleri söylenebilir. Aynı zamanda bireyin dışsal işlevsel duygu düzenleme yöntemlerinden biri olan fiziksel ilişki kurma yöntemini kullanarak kendine, beğenildiğini ispat ettiğini varsayarsak bu Şekilde narsistik özelliklerin de arttığını söyleyebiliriz. Bu durumda araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Thomaes, Stegge, Bushman, Olthof ve Denissen’e (2008) göre çocukluk narsisizmi çocukların başkaları ile yakın ilişkiler kurmaktan ziyade başkaları üzerinde egemenlik kurma davranışlarını yansıtılmaktadır. Narsist bireyler kendilerini daha elverişli bir konuma yerleştirmek için başkalarını küçümseme eğilimindedirler ve sosyal ilişkilerde araçsal olarak smrcdrlar. Saldırganlığın, narsistlerin Őiřirilmıř imajlarını ve kırılgan özgüvenlerini koruduğu düşünülmektedir (Thomaes, Stegge, Bushman, Olthof ve Denissen, 2008). Buna dayanarak zorbalık yapmak, sözlü ve fiziksel saldırıda bulunmak ve başkalarını kötü hissettirmeye çalışmak gibi yöntemleri içeren dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ile narsisizm arasındaki pozitif ilişki beklenen yönde çıkmıştır. Araştırma sonuçları ile yapılan araştırmalar arasında çıkan farklılıkların sebebi lme araçlarının özelliklerinden, araştırmanın çalışma grubunu oluşturan katılımcıların niteliklerinden veya narsisizm ve duygu düzenlemenin incelendiği yaş grubundan kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Bağlanmanın kaygı alt boyutu ile duygu düzenleme arasındaki ilişki incelendiğinde içsel işlevsel duygu düzenleme ile kaygılı bağlanma arasında negatif yönlü ve anlamlı, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında pozitif yönlü ve anlamlı, son olarak da dışsal işlevsel duygu düzenlemeyle narsisizm arasında anlamsız bir ilişki bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde bağlanma ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar bulunmaktadır (Cooper, Shaver ve Collins, 1998; Uğur, 2020; Yıldız, 2014; Zimmermann, Maier ve Grossmann, 2001). Vatan ve Oruçlular Kahya'ın (2018) yapmış olduğu çalışmada duygu düzenleme becerileri ile kaygılı bağlanma arasında negatif yönlü bir korelasyon elde edilmiştir. Bu sonuç araştırmada elde edilen içsel işlevsel duygu düzenleme ve kaygılı bağlanma arasındaki ilişki ile benzerdir. Bowlby'e (1973) göre bağlanmanın en elverişli şekilde işlevsel olduğu ve güvenli bağlanmanın olduğu durumlarda duygu düzenleme becerileri temel işlevselliklerini kazanmaktadır. Bu durumda bireylerin kaygılı bağlanma düzeyleri arttıkça içsel işlevsel duygu düzenleme yöntemlerinden olan olumlu yeniden değerlendirme, bakış açısına oturtmak ya da amaçların değiştirilmesi gibi yöntemleri kullanmadığı ifade edilebilir. Çalışır'a (2009) göre kaygılı bağlanan kişiler yapışma ve kontrol etme gibi davranışları, çevresindeki diğer bireylerden daha çok sevgi ve yakınlık görmek için kullanmaktadırlar. Bu bireyler duygularını düzenlemek adına kendi zayıflıklarını ve çaresizliklerini çevresindekilere yansıtacak şekilde aşırı girişimlerde bulunurlar (Çalışır,2009). Bundan dolayı kaygılı bağlanan bireylerin kendiliklerine yönelik olumsuz bir algıları olduğunu varsayarsak duygularını düzenleme noktasında içsel işlevsel yöntemleri kullanmalarını bekleyemeyiz. Araştırma sonuçlarına göre işlevsel olmayan duygu düzenleme becerileri ile kaygılı bağlanma arasında ise pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin kaygılı bağlanma düzeyleri arttıkça bastırma, ruminasyon ya da zorbalık yapma gibi işlevsel olmayan duygu düzenleme becerileri de artmaktadır. Karabacak ve Demir'in (2017) yapmış olduğu çalışmada da kaygılı bağlanma ile işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerinden olan bastırma arasında pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur. Kısmetoğlu (2019) kaygı ile işlevsel olmayan duygu düzenleme becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit etmiştir. Yine Rugancı'nın (2008) yapmış olduğu çalışmaya göre işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemleri ile güvensiz bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Yıldız (2014) araştırmasında ergenlerin ebeveynlerine olan bağlanmalarının içsel işlevsel olmayan duygu

düzenlemede oldukça etkiye sahip olduğunu ortaya çıkarmıştır. Tüm bu sonuçlar araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Bağlanmanın kaçınma alt boyutu ile duygu düzenleme arasındaki ilişki incelendiğinde, içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme arasında negatif yönlü ve anlamlı, içsel işlevsel olmayan ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Vatan ve Oruçlular Kahya'nın (2018) yapmış olduğu çalışmada kaçınan bağlanma ile duygu düzenlemenin değişimleme alt boyutu arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Değişimleme becerisi herhangi bir duygunun yoğunluğunu ve süresini istenilen şekilde değiştirmeyi ifade etmektedir. Değişimleme becerisi, işlevsel olmayan duygu düzenleme becerilerinin kullanımını ve kaçınmayı azaltmaktadır (Vatan ve Oruçlular Kahya, 2018). Buna göre kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin duygularını istenilen yönde değiştirmekte sorun yaşadıkları ve işlevsel olmayan duygu düzenleme becerilerini kullandıkları söylenilebilir. Ayrıca Karabacak ve Demir'in (2017) yapmış olduğu çalışmada kaçınan bağlanma ile işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerinden olan bastırma arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçlar araştırmada elde edilen sonuçları desteklemektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler bağlanma ihtiyaçlarını görmezden gelmek, rahatsızlık verecek duyguları ve düşünceleri bastırmak ve kontrolü sağlayabilmek için yakın ilişki kurmaktan kaçınmaktadırlar (Çalışır, 2009). Bu bireylerin kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça yakın ilişkilerden uzak durmak adına bastırma, duygularını içine atma ya da başkalarına zorbalık yapmak gibi işlevsel olmayan duygu düzenleme becerilerini kullanmaları beklenen bir durumdur. Bunun tam aksi hallerde ise bireylerin işlevsel duygu düzenleme becerilerini kullanmaları beklenir.

Bowly bağlanma kuramında bağlanma süreçlerinin duygu düzenlemenin gelişmesinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ifade etmiştir. Bağlanmanın gelişimi aşamasında bağlanmayı etkileyen faktörler duygusal durumlar ile etkileşim halindedir ve bağlanma süreçleri belli duygu düzenleyici fonksiyonlara hizmet ederler (Calkins ve Hill, 2007). Aynı zamanda bağlanmanın ergenlik süresi boyunca etkisi bulunmaktadır ve bu etki duygu düzenleme üzerinde etkili olmaktadır (Yıldız, 2014). Araştırmada elde edilen sonuçlara göre de bağlanma ve duygu düzenlemenin etkin bir şekilde birbirleriyle ilişkili olduğu görülmektedir.

5.1.2 Bağlanma Stilleri ve Narsisizm Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Çoklu Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Bağlanma stilleri ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı değişken olarak rol alıp almadığını belirlemek amacıyla yapılan aracılık analizi sonuçları içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenlemenin kaygılı bağlanma ile narsisizm arasındaki ilişkide tam aracı değişken olarak rol oynadığını göstermiştir. Yani bahsi geçen duygu düzenleme alt boyutları aracılığıyla kaygılı bağlanmanın narsisizm üzerinde etkisinin önemli derecede olduğu ifade edilebilir. Alan yazın incelendiğinde bağlanma stilleri ile duygu düzenleme arasındaki ilişkide narsisizmin aracı rolüne yönelik çok kısıtlı çalışmanın olduğu görülmüştür. Elibol ve Sevi Tok (2019) kaygılı bağlanma ile kırılğan narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolünü incelemiştir. Buna göre duygu düzenleme, kaygılı bağlanma ve kırılğan narsisizm arasında tam aracı rol oynamaktadır. Bunun yanı sıra bağlanma ile narsisizm arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışmanın olduğu görülmüştür (Dickinson ve Pincus, 2003; Pistole, 1995; Koç Ekinci, 2018; Sezer , 2019). Dickinson ve Pincus'un (2003) yaptığı çalışmaya göre kapalı narsistik özellikler sergileyen bireylerin yüksek düzeyde kaçınan ve kaygılı bağlanma stiline sahip olduklarını gözlemlemiştir. Pistole'nin (1995) yapmış olduğu çalışmada ise güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylere oranla daha düşük seviyede narsistik özellikler sergilediği bulunmuştur. Yapılan bir diğer çalışmaya göre ise (Sezer , 2019) bağlanma stilleri ile narsisizm arasında pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Bu çalışmaların, araştırmada elde edilen bulgular ile benzerlik gösterdiği ve araştırma sonuçlarını desteklediği görülmektedir. Bunun aksine Koç Ekinci'nin (2018) yaptığı çalışmada güvenli bağlanma ile narsisizm arasında pozitif yönlü bir ilişki, Kaya'nın (2019) yaptığı çalışmada kaygılı bağlanma ile narsisizm arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bu verilerin ise araştırma sonuçlarını desteklemediği görülmektedir.

Çalışmada elde edilen sonuçlara göre kaygılı bağlanmanın, duygu düzenlemenin dışsal işlevsel duygu düzenleme hariç diğer tüm alt boyutlarını ve narsisizmi yordadığı görülmüştür. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler var olan olumsuz duyguları daha abartılı bir şekilde yaşamaktadırlar ve bu olumsuz duyguların sürekliliği daha uzun devam etmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Kaygılı bağlanan bireylerin, duyguları aşırı olumsuz bir şekilde değerlendirmeleri narsisizm ile ilişkilendirilmektedir (Besser ve Priel, 2009). Pistole'ye (1995) göre bağlanma ve narsisizm kavramları, bilişsel ve

duygusal örüntüler ile duygu düzenleme gibi ayrımlarda benzerlik göstermektedirler. Bu noktada elde edilen sonuçlar bunu destekler nitelikte çıkmıştır. Bireylerin yakın ilişki içerisinde olduğu insanlara karşı güvenli bağlanma gerçekleştirip gerçekleştirmeyeceği narsistik kişilik özellikleri geliştirmesiyle alakalıdır (Koç Ekinci, 2018). Buradan hareketle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin narsistik kişilik özellikler sergilemeleri beklenen bir durumdur.

Bağlanma stilleri ve narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı değişken olarak rol alıp almadığını belirlemek amacıyla yapılan aracılık analizi sonuçları içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemenin kaçınan bağlanma ile narsisizm arasındaki ilişkide tam aracı değişken olarak rol oynadığını göstermiştir. Aynı zamanda kaçınan bağlanmanın narsisizmi yordadığı bulunmuştur. Buradan hareketle söz konusu olan duygu düzenleme alt boyutları aracılığıyla kaçınan bağlanmanın narsisizm üzerinde önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir. Elibol ve Sevi Tok (2019), yaptıkları çalışmada narsistik özellikler arttıkça kaçınan bağlanma stiline görülme ihtimalinin arttığını bulmuşlardır ve kaçınan bağlanma stiline, narsisizmi yordama gücü kaygılı bağlanmaya göre daha düşük bulunmuştur. Sezer'in (2019) yapmış olduğu çalışmada narsisizm ile kaçınan bağlanma arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Ahmadi ve diğerlerinin (2013) yapmış olduğu çalışmada da benzer sonuçlar görülmüş olup kaçınan bağlanma ile narsisizm arasında pozitif ilişkiler tespit edilmiştir. Yapılan bu çalışmalar araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler başkalarına güven duyma noktasında oldukça temkinlidirler. Aynı zamanda bu kişiler çoğu zaman yalnız olduklarını düşündüklerinden dolayı başkalarına yönelik duygusal mesafeye sahiptirler. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler, çocukluk çağında ebevenleri ile sürekli ve istikrarlı bir ilişkiye sahip olmadıklarında ve annelerini güvenli bir liman olarak algılamadıklarında ilerleyen yaşlarında narsistik özellikleri barındıran kişilik özelliklerine sahip olabilmektedirler. Bu özelliklere örnek olarak empati duygusundan yoksun olma ve şişirilmiş öz benlik verilebilir (Ahmadi vd., 2013). Bağlanmaya narsisizm merceğinden bakmak, uygun güvenlik ihtiyaçlarıyla kişinin kendini yönetmek ve incinmekten kaçınmak arasındaki ayrımı narsisizmi kullanarak yapıp yapmadığını görmeyi sağlar. Kaçınan bağlanmada birey yakınlıktan dolayı ortaya çıkacak olumsuz duygulardan davranışsal ve fenomenolojik bir tepki yoluyla kendini korumak için mesafeli kalır. Bir kaçınma stratejisi olarak birey kendi kendine yettiğini

düşünür (Pistole, 1995). Buradan hareketle, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin yakın ilişkilerden uzak durmak için savunmacı bir yapıya sahip olduğunu düşünürsek narsisizm ile kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişkinin çıkıyor olması beklenen bir durumdur. Başka bir açıdan bakılacak olursa, çocuk ebeveyninin küçümseyici davranışını içselleştirmeye dayalı olarak güvensiz bir kaçınma modeli geliştirirse patolojik narsistik özellikler gösterme riski altındadır. Bennett'e (2006) göre bağlanma ve narsisizm arasında göze çarpan bağ, bağlanma sürecinin ebeveynin çocuğu onaylamasıyla yakından bağlantılı olmasıdır. Bu ergenlikte ve yetişkinlikte görülen narsisizm bebeklikten gelen bağlanma ilişkilerinde gömülüdür (Bennett, 2006).

Çalışmada elde edilen sonuçlara göre kaçınan bağlanmanın duygu düzenlemenin bütün boyutlarını yordadığı bulunmuştur. Kobak ve Sceery (1988), yapmış oldukları çalışmada bireylerin bağlanma stillerinin sahip oldukları duygu düzenleme becerileri üzerinde etkili bir yere sahip olduklarını bulmuşlardır. Rugancı (2008) araştırmasında güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin işlevsel duygu düzenleme yöntemlerini kullandıklarını bulmuştur ve duygu düzenleme prolemlerinin güvensiz bağlanma stillerinin psikolojik sorunla eşleşmesine aracılık ettiğini bulmuştur. Zimmermann, Maier ve Grossmann (2001) kişilerin duygularının yoğunluğuyla ilgili olarak ebeveynlerine karşı güvensiz bağlanma geliştiren ergenlerin akranlarına yönelik yıkıcı davranışlar sergilediklerini bulmuşlardır. Hwang'ın (2006) araştırmasında kaçınan bağlanma kaygılı bağlanmaya göre işlevsel ve işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerini kullanmada daha zayıf bir etkiye sahip bulunmuştur. Genel olarak yapılan araştırmalarda bağlanma ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı ilişkilerin çıkması araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler var olan olumsuz duygularını aktarmaktan kaçınmazlar ve onlar için zor olan durumlarda bakım verenlerinden güven ve rahatlatılmayı beklerler. Bu şekilde davranarak pozitif yönlü değişimleri yaşamak için daha fazla zaman kazanırlar. Bakım verenleriyle olan olumlu ilişkileri neticesinde güvenli bağlanma stillerine sahip çocuklar duygularını düzenlemeyi daha iyi öğrenirler. Çocukların bakım verenleriyle arasındaki ilişkiyi içselleştirmeleri bunun sonucunda geliştirecekleri duygu düzenleme becerilerini de içselleştirmelerini içermektedir. Yani sonuç olarak duygu düzenleme ya düzenleyememe konusunda öngörülebilir bulunabilir (Yıldız, 2014). Buradan hareketle araştırma sonucunda elde edilen kaçınan bağlanmanın duygu düzenleme becerilerini yordaması beklenen bir sonuçtur.

Son olarak araştırma sonuçlarına göre duygu düzenlemenin alt boyutlarından olan içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemenin narsisizmi yordadığı bulunmuştur. Duygu düzenleme becerilerinin genel olarak kişilik özelliklerini yordadığı yapılan araştırmalar sonucunda belirlenmiştir (Borges ve Naugle, 2017). Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği de narsisizmi bir kişilik özelliği olarak ölçtüğünden çıkan sonuçlar beklenen yöndedir. Ayrıca duygu düzenleme kavramı genel olarak bireylerin stresli oldukları anlardaki durumlarını ve genel ruhsal hallerini kapsamaktadır (Koole, 2008). Narsistik özelliklere sahip bireylerde yaşanan duygusal iniş çıkışlar göz önüne alındığında bu iki kavram arasındaki ilişki araştırmacılar tarafından da merak konusu olmuştur. Aktaş (2017), yapmış olduğu çalışmada duygu düzenleme ile narsisizm arasında pozitif yönlü bir ilişki bulmuştur. Pierro, Sarno ve Madeddu (2017) narsisizm ve duygu düzenleme güçlüğü ile duygusal durumu kabullenme güçlüğü arasındaki ilişkiye baktığında anlamlı sonuçlar elde etmiştir. Elibol ve Sevi Tok (2019) duygu düzenleme güçlüğü'nün kaygılı bağlanma ile kırılan narsistik kişilik özelliği arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında duygu düzenleme güçlüğü'nün kırılan narsisizmi yordadığını bulmuştur. Yapılan bu çalışma sonuçlarından da görüleceği üzere duygu düzenleme ve narsisizm arasında var olan bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Yapılan bir diğer çalışmada 10-17 yaş arasındaki saldırgan öğrencilerin, saldırgan olmayan öğrencilere kıyasla narsisizm puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Ang ve Yusof, 2005). Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerinin zorbalık yapma, sözlü veya fiziksel saldırıda bulunmak gibi saldırganlıkla bağdaşan davranışlar içerdiğini ifade edersek işlevsel olmayan duygu düzenleme yönteminin narsisizmi hangi anlamda yordadığını çıkarabiliriz. Diğer açıdan bakılacak olursa işlevsel ve işlevsel olmayan duygu düzenlemenin her ikisinin de narsisizmi yordaması Çocukluk Çağı Narsisizm Ölçeği'nin narsisizmi patolojik bir özellik olarak değil de bir kişilik özelliği olarak ölçmesi ile ilgili olabilir. Bunun yanı sıra kişilerin narsisizm düzeyleri duygu düzenleme stratejilerinin kullanımını farklılaştırabilir.

5.2 Sonuç

Bu araştırma ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ve narsisizm düzeyleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerilerinin aracı rolünü incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmada elde edilen bulgular kapsamında aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

- 2) Araştırma sonuçlarına göre narsisizm ile bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken, kaçınan bağlanma ile negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur.
- 3) Narsisizm ile duygu düzenleme alt boyutlarından olan içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- 4) Bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ile duygu düzenleme becerilerinin alt boyutlarından olan içsel işlevsel duygu düzenleme arasında negatif, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken dışsal işlevsel duygu düzenleme arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- 5) Bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan kaçınan bağlanma ile duygu düzenleme becerilerinin alt boyutlarından olan içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme arasında negatif yönlü, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.
- 6) Bağlanma stilinin kaygı alt boyutu ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarının tam aracı role sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- 7) Bağlanma stilinin kaçınan alt boyutu ile narsisizm arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme boyutlarının tam aracı role sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- 8) Bağlanma stilinin kaygı alt boyutunun narsisizmi ve duygu düzenleme alt boyutlarından içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemeyi yordadığı bulunmuştur.

- 9) Bağlanma stiline kaçınan alt boyutunun narsisizmi ve duygu düzenlemenin tüm alt boyutları yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- 10) Duygu düzenlemenin içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutlarının narsisizmi yordadığı bulunmuştur.

5.3 Öneriler

1. Bu araştırmanın sınırlılığı ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencileri ile yapılmış olmasıdır. Bundan dolayı yapılacak çalışmalar daha geniş yaş dilimini kapsayabilir.
2. Araştırmada bireylerin narsisizm düzeyleri öz bildirimlerine göre belirlenmiştir. Bu durumda narsisizm dinamiklerinin anlaşılmasını zorlaştırmıştır. Yapılacak yeni çalışmalarda narsisizm düzeyleri belirlenirken veli ya da öğretmen bildirimine dayalı ölçeklerin kullanılması önerilmektedir.
3. Araştırma sonuçlarına göre bağlanma stilleri ile narsisizm arasında anlamlı ilişkiler çıkmıştır. Kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri ilerleyen yaşlarda bireylerin kişiler arası ilişkilerinde ve kişilik gelişimlerinde önemli etkilere sahiptir. Bundan dolayı ailelere bağlanma stilleri ile ilgili verilecek eğitimler bireylerin gelişimleri adına faydalı olabilir.
4. Duygu düzenleme becerileri genel olarak bağlanma stilleri ile narsisizm arasında tam aracı değişken olduğundan dolayı psikolojik danışmanlar, ebeveynlere duygu düzenleme becerilerine yönelik ve işlevsiz duygu düzenleme becerileri ile baş etmeye yönelik eğitimler verebilirler.
5. Bu araştırmada narsisizmi ölçmek için kullanılan ölçme aracı, narsisizmi bir kişilik özelliği olarak ele almıştır. Yapılacak olan çalışmalarda narsisizmin patolojik veya kırılğan-büyüklenmeci yönü ele alınabilir.
6. Narsisizm ile bağlanma arasındaki ilişkinin dikkat çekecek düzeyde olduğunu göz önünde bulundurursak araştırmaya dahil olan katılımcıların aile dinamiklerini anlamak için bireysel psikolojik danışma yapılabilir.

KAYNAKÇA

(2020, 11 29). Türk Dil Kurumu: <https://sozluk.gov.tr/> adresinden alındı

Ahmadi, V., Ahmadi, S., Honarmand , M. M., Zargar, Y., Arshadi, N., ve Mirshekar, S. (2013). The relationships between attachment styles and narcissism among students of shahid Chamran University in Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 215 – 218.

Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment : A Psychological Study Of The Strange Stituation*. Hillsdale, Nj: Erlbaum.

Ainsworh, M., Blehar, M., Waters, E., ve Wall, S. (2015). *Pattern of attachment*. New York: Psychology Press.

Akhtar, S., ve Thompson, J. A. (1982). Overview: Narcissitic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20.

Aktaş, A. (2017). *Türkiye örnekleminde narsistik özellik, öz şefkat ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniveristesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alcorn, M. W. (1994). *Narcissism and the literary libido: Rhetoric, text, and subjectivity*. New York: NY: New York University Press.

Ang, R. P., ve Yusof, N. (2005). The relationship between aggression, narcissism and self-esteem in asian children and adolescents. . *Current Psychology*, 24, 113-122.

Ang, R. P., ve Raine, A. (2009). Reliability, validity and invariance of the narcissistic personality questionnaire for children-revised (NPQC-R). *J Psychopathol Behav Assess*(31), 143–151. doi:DOI 10.1007/s10862-008-9112-2

- Atik, R. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin narsisizm düzeyleri ile şiddete yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Balcı, H. (2019). *Ortaokul 6. 7. 8. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile algılanan problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Barry, C. T., Frick, P. J., ve Killian, A. L. (2003). The relation of narcissism and self-esteem to conduct problems in children: a preliminary investigation. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(1), 139-152.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social*, 61(2), 226-244. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bennett, C. S. (2006). Attachment theory and research applied to the conceptualization and treatment of pathological narcissism. *Clinical Social Work Journal*, 34(1), 45-60.
- Besser, A., ve Priel, B. (2009). Emotional responses to a romantic partner's imaginary rejection: the roles of attachment anxiety, covert narcissism and self-evaluation. *Journal of Personality*, 77(1), 287-32.
- Bora, A., ve Gölge, Z. B. (2019). Narsisistik kişilik örgütlenmesi ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki. *21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi* (s. 24-30). Antalya: Türk PDR Derneği Yayınları.
- Borges, L. M., ve Naugle, A. E. (2017). The role of emotion regulation in predicting personality dimensions. *Personality and Mental Health*, 11, 314-334. doi:10.1002/pmh.1390
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Seperation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. New York: Random House.
- Bowlby, J. (2020). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Kradeniz, Ş., ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem akademi.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bylsma, W. H., Cozzarelli, C., ve Sümer, N. (1997). Relation between adult attachment styles and global self-esteem. *Basic and Applied Social Psychology*, 19(1), 1-16. doi: 10.1207/s15324834basp1901_1
- Calkins, S. D., ve Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation: Biological and environmental transactions in early development. J. J. Gross içinde, *Handbook of emotion regulation* (s. 329-348). New York: The Guilford Press.
- Campos, J. J., Campos, R. G., ve Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology*, 25, 394-402.
- Cassidy, J. (1988). Child Mother Attachment And The Self In Six Years Old. *Society for Research in Child Development*, 59(1), 121-134.
- Cihangiroğlu, N. (2012). Is There any Relationship between Narcissistic Personality and Organizational Commitment? *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(2), 119-126.
- Cole, P. M., Michel, M. K., ve Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. N. A. Fox içinde,

Monographs of the Society for Research in Child Development (Cilt 59, s. 73-100). Chicago: IL: University of Chicago Press.

- Cole, P. M., Martin, S. E., ve Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., ve Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397. doi:10.1037//0022-3514.74.5.1380
- Cramer, P. (2019). Narcissism and attachment. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 207(2), 69-75. doi:10.1097/NMD.0000000000000919
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-255.
- Çam, O., ve Keskin, G. (2007). Bağlanma sürecinin ergen açısından değerlendirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 23(2), 159-172.
- Çebi, E. (2016). *Ortaokul öğrencilerinde maddi değerler ve narsisizm*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63(1), s. 19-21.
- Dhal, A., Bhatia, S., Sharma, V., ve Gupta, P. (2007). Adolescent Self-Esteem, Attachment and Loneliness. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 3(3), 61-63.
- Dickinson, K. A., ve Pincus, A. L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188-207.
- Dodge, K., ve Garber, J. (1991). Domains of emotion regulation. J. Garber, ve K. Dodge içinde, *The Development of Emotion Regulation and Dysregulation* (s. 3-11). New York: Cambridge University Press.

- D'Zurilla, T. J., Maydeu-Olivares, A., ve Kant, G. L. (1998). Age and gender differences in social problem solving in college students, middle age, and elderly adults. *Personality and Individual Differences*, 25, 241-252.
- Egeland, B., ve Farber, E. (1984). İnfant-mother attachment: Related to its development and changes over time. *Child Develeopment*, 55(3), 753-771.
- Ekşi, F. (2012). Narsist kişilik özelliklerinin internet bağımlılığı ve siber zorbalığı yordama düzeyinin yol analizi ile incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(3), 1683-1706.
- Elibol, Ş., ve Sevi Tok , E. S. (2019). Bağlanma stilleri, duygu düzenleme, reddedilme duyarlılığı, yakınlık korkusu ve kendini saklamanın kırılğan narsisizm ile ilişkisi. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(2), 127-148. doi:10.31682/ayna.515625
- Elicker, J., Englund, M., ve Sroufe, L. A. (1992). Predicting peer competence and peer relationships in childhood from early parent-child relationships. I. R. Ladd içinde, *Family-peer relations: Models of linkage* (s. 77-106). Hillsdate: NJ: Erlbaum.
- Erhat, A. (2007). *Mitoloji sözlüğü (narkissos maddesi)*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erikson, E. H. (1968). *İdentity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Erten, Y. (2015). Tek kişilik balo: Narsisizm üzerine kuramsal ve klinik notlar. *Yansıtma Psikopatoloji ve Projektif Testler Dergisi*, 24, 11-32.
- Fossati, A., Feeney, J., Pincus, A., Borronı, S., ve Maffei, C. (2014). The structure of pathological narcissism and its relationships with adult attachment styles: A Study of Italian Nonclinical and Clinical Adult Participants. *Psychoanalytic Psychology*, 32, 403-431. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0037175>
- Foster, J. D., ve Campbell, W. K. (2007). Are there such things as “Narcissists” in social psychology? A taxometric analysis of the narcissistic personality inventory. *Personality and Individual Differences*, 43, 1321-1332.

- Frick, P. J., Bodin, S. D., ve Barry, C. T. (2000). *Psychological Assessment*, 12, 382-393.
- Fromm, E. (1990). *Sevginin ve Şiddetin Kaynağı*. (Y. Salman, ve N. İçten, Çev.) İstanbul: Payel Yayınevi.
- Gabbard, G. (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53, 527-532.
- Garcia, G. M. (2009). *Narcissism, self-esteem, and self-worth as predictors of aggression*. (Yüksek Lisans Tezi). Tennessee Üniversitesi, Chattanooga .
- Geçtan, E. (2013). *Psikodinamik psikiyatri ve normaldışı davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gerrig, R. J., ve Zimbardo, P. G. (2013). *Psikoloji ve yaşam*. (G. Sart, Çev.) Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Goleman, D. (2001). *Duygusal zeka : neden IQ'dan daha önemlidir?* (B. S. Yüksel, Çev.) İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gordon, S. L. (1989). The socialization of children's emotions: Emotional culture, competence and exposure. C. I. Saarni, ve P. Harris içinde, *Children's Understanding of Emotion*. New York: Cambridge University Press.
- Gönülalan, G. D. (2019). *Ortaokul öğrencilerinde öz yeterlik ve narsisizm*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gratz, K. L., Breetz, A., ve Tull, M. T. (2010). The moderating role of borderline personality in the relationships between deliberate self-harm and emotion-related factors. *Personality and Mental Health*, 4(2), 96-107.
- Griffin, D. W., ve Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430-445. doi: 10.1037/0022-3514.67.3.430
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. doi:10.1037/1089-2680.2.3.271

- Gross, J. J., ve Munoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical psychology: Science and practice*, 2(2), 151-164.
- Gross, T. T. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Gross, T. T., ve Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. T. T. Gross içinde, *Handbook of emotion regulation* (s. 3-24). New York: NY, US:.
- Gülmez, N. (2009). *Narsisistik liderlik*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma Stilllerinin ve Zihinsel Modellerin Kuşaklararası Aktarımında Anababalık Stilllerinin Rolü*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güven, M. (2019). *Narsisim alçakgönüllülük ve dindarlık ilişkisi*. (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation and Conditional Process Analysis*. New York: Guilford Press.
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional and moderated moderated mediation: Quantification, inference and interpretation. *Communication monographs*, 85(1), 4-40.
- Hazan, C., ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511-524. doi:http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511
- Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22. doi:https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1

- Hilt, L. M., Hanson, J. L., ve Pollak, S. D. (2011). Emotion Dysregulation. *Encyclopedia of Adolescence*(3), 160-169.
- Horney, K. (1994). *Psikanalizde yeni yollar*. (S. Budak, Çev.) İstanbul: Öteki Yayıncılık.
- Houle, M. M. (2001). *Gods and goddesses in greek mythology*. Berkeley Heights, NJ: Enslow Publishers Inc.
- Hwang, J. (2006). *A processing model of emotion regulation: Insights from the attachment system*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).Georgia State University, Atlanta.
- Hyson, M. (2004). Supporting children's regulation of emotions. M. Hyson içinde, *The emotional development of young children: Building an emotion-centered curriculum* (s. 82-96). Teachers College.
- İnce, S. (2020). *Okul öncesi dönem çocuklarının duygu düzenleme becerileri ile anne, baba ve öğretmenlerinin duygu sosyalleştirme davranışlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kara, B. (2020). *Ergenlerin ebeveyn ve akran bağlanma düzeyleri ile depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi)*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Karaaziz, M., ve Erdem Atak, İ. (2013). Narsisizm ve narsisizmle ilgili araştırmalar üzerine bir gözden geçirme. *Nesne Dergisi*, 1(2), 44-59. doi:10.7816/nesne-01-02-03
- Karabacak , A., ve Demir, M. (2017). Özerklik, bağlanma stilleri, bilinçli farkındalık ve duygu düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 271-291.
- Karasar, N. (2000). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel yayın dağıtım.
- Kaya, L. (2019). *Üniversite öğrencilerinde narsisistik eğilimler, bağlanma stilleri ve sosyal medya kullanımı*. (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: NY: Jason Aronson.
- Kernberg, O. F. (2012). *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. (M. Atakay, Çev.) İstanbul: Metis Yayınları.
- Kiel, E. J., ve Premo, J. E. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: Moderation by toddler gender. *Emotion*, 14(4), 782-793.
- Kırimer, F., Akça, E., ve Sümer, N. (2014). Orta çocuklukta anneye kaygılı ve kaçınan bağlanma: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II orta çocukluk dönemi ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 45-57.
- Kırpınar, İ. (2009). Narsist kişi-narsisizmin kültürü. *Türk Yurdu Dergisi*, 29(266), 26-31.
- Kısmetoğlu, G. (2019). *15-18 Yaş arası ergenlerde duygu düzenleme ve bilinçli farkındalık becerilerinin kaygı düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kızıltan, H. (2000). *Narcissistic Personality Inventory (NPI) Ölçeği'nin Türkçe formu dil eşdeğerliliği, güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kızıltan, H. (2016, 08 24). *Narsisizm ve Psikopatolojisi*. Psikomitoloji Web sitesi: <http://psikomitoloji.com/wordpress/2016/08/24/narsisizm-ve-psikopatolojisi/> adresinden alındı
- Klan, F. N. (2020). *Narsisizm ve dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı rolü*. (Yüksek Lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kobak, R. R., ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.

- Koç Ekinci, C. (2018). *Erişkinlerde narsistik kişilik özelliklerinin mizaç ve karakter boyutları ile bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Klayoncu Üniveristesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kogan, N. P. (1997). *Attachment and emotion regulation in mothers and infants*. Unpublished Doctoral Dissertation, Yale University, Connecticut, USA.
- Kohut, H. (1966). Forms and transformations of narcissism. *American Journal of*, 14, 243–271.
- Kohut, H. (1977). *The Restoration of the Self*. New York: Int.Univ. Press.
- Kopp, C. B. (1989). Regulation of Distress and Negative Emotions: A Developmental View. *Developmental Psychology*(25), 343-354.
- Köymen, E. (2019). *Büyüklenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizm ile bilişsel duygu düzenleme ve kişilerarası problemlerin ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kring, A. M., Johnson, S. L., Davison, G., ve Neale, J. (2017). *Anormal psikoloji*. (M. Şahin, Çev.) Ankara: Nobel Yayınları.
- Labuschagne, N. (1996). *Narcissism, family of origin, and career self-efficacy: A comparative study of university students*. (Yüksek Lisans tezi). Natal Üniversitesi.
- Larson, R., ve Lampman-Petratis, C. (1989). Daily emotional states as reported by children and adolescents. *Child Development*, 60, 1250-1260.
- Lelord, F., ve André, C. (2006). *"Zor Kişilikler"le Yaşamak*. (R. Madenci, Çev.) İstanbul: İletişim Yayınları.
- Levy, K. N., Blatt, S. J., ve Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and parental representations. *Journal of Personality And Social Psychology*, 74(2), 407-419.

- Levy, K. L., Ellison, W. D., ve Reynoso, J. S. (2011). *A Historical Review of Narcissism and Narcissistic Personality. The Handbook Of Narcissism And Narcissistic Personality Disorder*. NJ: John Wiley ve Sons.
- Loeffler, L. A., Huebben, A. K., Radke, S., Habel, U., ve Derntl, B. (2020). The association between vulnerable/grandiose narcissism and emotion regulation. *Frontiers in Psychology, 11*, 1-12.
- Lubit, R. (2002). The long-term organizational impact of destructively narcissistic managers. *Academy of Management Executive, 16*(1), 127-138. doi:10.5465/AME.2002.6640218
- Lyons-Ruth, K., ve Jacobvitz, D. (1999). Attachment disorganization: Unresolved loss, relational violence and lapses in behavioral and attentional strategies. J. Cassidy, ve P. Shaver içinde, *Handbook of attachment* (s. 520-554). New York: Guilford Press.
- Main, M., Kaplan, N., ve Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1/2), 66-104.
- Mason, C., ve Brackman, K. (2009). *Educating Todays Overindulged Youth Combat Narcissism by Building Foundations. Not Pedestals*. Plymouth: Rowmann ve Littlefield Publisher Inc.
- Masterson, J. F. (2008). *Bağlanma Kuramı ve Nörobiyolojik Kendilik Gelişimi Açısından Kişilik Bozuklukları*. (H. Şentürk, Çev.) İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Mikulincer, M., ve Sheffi, E. (2000). Adult attachment style and cognitive reactions to positive affect: A test of mental categorization and creative problem solving. *Motivation and Emotion, 24*(3), 149-174.
- Mikulincer, M., ve Shaver, P. R. (2007). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. *Guilford Press*.

- Newhill, C. E., Mulvey, E. P., ve Pilkonis, P. A. (2004). Initial Development of a Measure of Emotional Dysregulation for Individuals With Cluster B Personality Disorders. *Research on Social Work Practice, 14*(6), 443–449.
- Nur, İ. (2020). *Okul öncesi çocuklarının ebeveynleri, öğretmenleri ve arkadaşları ile ilişkilerinde sahip oldukları zihinsel temsillerinin okula uyumla ilişkisi*. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Adana .
- Ochsner, K. N., ve Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences, 9*(5), 242-249.
- Önder, A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin erken dönem uyumsuz şemaları ile duygu düzenleme yöntemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdemir, H. E. (2014). *Bir grup üniversite öğrencisinde bağlanma stilleri ile narsisizm arasındaki ilişki: reddedilme duyarlılığının aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özteke, H. İ. (2015). *Bağlanma eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar ve beden imgesi baş etme stratejilerinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordaması*. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Pallerito, A. (2013). *A mediation/moderation model of the effects of attachment on emotion regulation in preschoolers*. Unpublished Bachelor of Arts Thesis. Brandeis University, Boston.
- Piaget, J. (1954). *The construction of reality in the child*. New York: Basic Books.
- Pierro, R., Sarno, M., ve Madeddu, F. (2017). Investigating the relationship between narcissism and emotion regulation difficulties: the role of grandiose and vulnerable traits. *Clinical Neuropsychiatry, 14*(3), 209-215.
- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain , N. M., Wr, w., Wright, A. G., ve Levy, K. N. (2009). Initial construction and validation of the pathological narcissism inventory. *Psychological Assessment, 21*(3), 365-379.

- Pincus, Pincus, A. L., ve Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annu. Rev. Clin. Psychol*, 6, 421-446. doi:10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215
- Pistole, M. C. (1995). Adult attachment style and narcissistic vulnerability. *Psychoanalytic Psychology*, 12(1), 115-126.
- Plutchik, C. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. *In Theories Of Emotion*, 1, 3-33.
- Post, J. M. (2015). *Narcissism and Politics*. New York: Cambridge University Press.
- Premo, J. E., ve Kiel, E. J. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: Moderation by toddler gender. *Emotion*, 14(4), 782-793. doi:https://doi.org/10.1037/a0036684
- Raskin, R., ve Terry, H. (1988). A principal-component analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 54(5), 890-902.
- Reich, A. (1960). Pathologic forms of self-esteem regulation. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 15(1), 215-232. doi:http://dx.doi.org/10.1080/00797308.1960.11822576
- Rohnman, E., Neumann, E., Herner, M. J., ve Herner, H. W. (2012). Grandiose and vulnerable narcissism self-construal, attachment, and love in romantic relationships. *European Psychologist*, 17(4), 279–290.
- Ronningstam, E. (2010). Narcissistic personality disorder: A current review. *Curr Psychiatry Rep*, 75, 12-68. doi:10.1007/s11920-009-0084-z
- Ronningstam, E. (2017). Intersect between self-esteem and emotion regulation in narcissistic personality disorder - implications for alliance building and treatment. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 4(3), 2-13.
- Rothbart, M. K., Ziaie, H., ve O"Boyle, C. G. (1992). Self-regulation and emotion in infancy. N. Eisenberg, ve R. A. Fabes içinde, *Emotion and its regulation in early*

development: New directions for child development (s. 7-23). San Francisco: Jossey-Bass Publisher.

Rugancı, R. N. (2008). *Bağlanma biçimi, duygulanım düzenleme, psikolojik rahatsızlık ve ilişkisel dünyanın zihinsel yapılanması arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Russell, G. A. (1985). Narcissism and the narcissistic personality disorder: A comparison of the theories of Kernberg and Kohut. *British Journal of Medical Psychology*, 58, 137-148.

Sarıtaş Atalar, D. (2014). *Duygu Düzenleme, Ergenlik ve Ebeveynlik*. Ankara: ODTÜ Yayıncılık.

Sezer , S. (2019). *Narsistik kişilik özellikleri ile affedicilik arasındaki ilişki: Bağlanma stillerinin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: Guilford Publications.

Simpson, J. A., Rholes, W. S., ve Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434-446. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.62.3.434>

Smolewska , K., ve Dion, K. (2005). Narcissism and adult attachment: A multivariate approach. *Self and Identity*, 4, 59-68. doi:10.1080/13576500444000218

Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J., ve Colones, C. (2020). The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta-Analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review* , 23, 54–69. doi:<https://doi.org/10.1007/s10567-019-00299-9>

Sümer, N. (2006). Ergenlikte ebeveyn tutum ve davranışlarının bağlanma kaygısındaki rolü. *11. Ergen Günleri, Konuşma Metni*, (Aralık), Hacettepe Üniversitesi.

- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk Örnekleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Sümer, N., Polat, R., Ünal , S., Selçuk, E., Kaya, B., ve Çekem, B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(63), 38-45.
- Szasz, P. L., Szentagotai, A., ve Hofmann, S. G. (2011). The effect of emotion regulation strategies on anger. *Behaviour Research and Therapy*, 49(2), 114-119.
- Şahin Baltacı, H., ve Altan, T. (2016). Lise öğrencilerinde benlik saygısının yordayıcısı olarak depresyon, bağlanma ve şiddet eğilimi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(40), 227-239.
- Şahin, G. (2015). *Okul öncesi çocukların yürütücü işlevlerinin ve duygu düzenleme becerilerinin bağlanma örüntüleri açısından incelenmesi*. (Doktora Tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şeremet, A. (2019). *Güvensiz bağlanma ve yalnızlık arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Temel, D. (2008). *The role of perceived social problem solving, narcissism, self-esteem and gender in predicting aggressive behaviors of high school students* . (Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Thomaes, S., Stegge, H., Bushman, B. J., Olthof, T., ve Denissen, J. (2008). Development and validation of the childhood narcissism scale. *Journal of Personality Assessment*, 90(4), 382–391. doi: 10.1080/00223890802108162
- Thomaes, S., Bushman, B. J., Castro, B. O., Cohen , G. L., ve Denissen, J. A. (2009). Reducing Narcissistic Aggression By Buttressing Self-Esteem. , *Psychological Science*, 20(12), 1536–1542.

- Thomaes, S., Brummelman, E., Reijntjes, A., ve Bushman, B. J. (2013). When narcissus was a boy: Origins, nature, and consequences of childhood narcissism. *Child Development Perspectives*, 22-26.
- Thompson, R. A. (1990). Emotion and self-regulation. R. A. Thompson içinde, *Socioemotional development. Nebraska Symposium on Motivation* (Cilt 36, s. 367-467). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3, 269-307.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Timuroğlu, K., ve İşcan, Ö. F. (2008). İş yerinde narsisizm ve iş tatmini ilişkisi. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 22(2), 239-264.
- Tüzün, O., ve Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı Ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Twenge, J. M., ve Campbell, W. K. (2010). *Asrın vebası: Narsisizm illeti.* (Ö. Korkmaz, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınlar.
- Uğur, E. (2020). *Farklı sosyal çevrede yaşayan ergen gruplarının bağlanma, psikolojik sağlamlık ve duygu düzenleme açısından incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Vatan, S., ve Oruçlular Kahya , Y. (2018). Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(2), 192-201.
- Walden, T., ve Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 7-25.
- Wardetzki, B. (2019). *Dişi Narsisizm Uçlarda Yaşayanlar.* (F. Sarper Öztürk, ve M. Öğünmez, Çev.) Ankara: Dorlion Yayınları.

- Wei , M., Vogel, D. L., Ku, T.-Y., ve Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14–24.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6(4), 590-59.
- Yakeley, J. (2018). Current understanding of narcissism and narcissistic personality disorder. *BJPsych Advances*, 24, 305–315. doi: 10.1192/bja.2018.20
- Yersel, Z. (2019). *Çocuk ve ergenlerde anne baba tutumu ve bağlanma durumunun algıladıkları benlik saygısı ve çocukluk çağı narsisizmi ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldız, M. A. (2014). *Ergenlerde anne babaya bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve baş etme yöntemlerinin çoklu aracılık rolü*. (Doktora Tezi). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin Üniversitesi.
- Yılmaz, H. (2020). *Okul Öncesi Duygu Düzenleme Ölçeği'nin geliştirilmesi ve annelerin duygu düzenleme güçlüklerinin çocukların duygu düzenleme becerilerini yordayıcılığı*. (Doktora Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yörükan, T. (2020). *Bağlanma ve sonraki yaşlarda görülen etkileri*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Zeman , J., ve Garber, J. (1996). Display rules for anger, sadness and pain: It depends on who is watching. *Child Development*, 67, 957-973.
- Zhang, H., Wang, Z., You, X., Lü, W., ve Luo, Y. (2015). Associations between narcissism and emotion regulation difficulties: Respiratory sinus arrhythmia

reactivity as a moderator. *Biological Psychology*, 110, 1–11.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2015.06.014>

Zimmermann, p., Maier, M. A., ve Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25(4), 331-343.