

**İstanbul Beykent Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü
Psikolojide Araştırma Projesi Dersi Vize Projesi, 2024/2025, Bahar**

ÖĞRENCİNİN

ADI SOYADI :

NUMARASI :

İMZASI :

E-POSTA

ADRESİ :

PROJE DANIŞMANI :

İÇİNDEKİLER

1. GİRİŞ	2
1. Bağlanma Kuramı	3
1.1. Bağlanma Kavramı	3
1.2. Bağlanma Kuramı	4
1.3. Bağlanma Stilleri	5
1.4. Bağlanma Stilllerinin Erken Dönem İlişkiler Üzerindeki Etkisi	6
1.5. Bağlanma Stilllerinin Romantik İlişkilerdeki Rolü	8
KAYNAKLAR	10

1. GİRİŞ

Bağlanma kuramı, bireylerin erken dönem ilişkilerinin ilerleyen yaşam süreçlerindeki duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimlerini nasıl etkilediğini açıklayan önemli bir psikolojik teoridir. John Bowlby tarafından geliştirilen bağlanma kuramı, bireylerin özellikle bebeklik ve çocukluk dönemlerinde bakım verenleriyle kurdukları ilişkilerin, ilerleyen yaşamlarında kuracakları bağları nasıl şekillendirdiğine odaklanmaktadır (Bowlby, 1958). Bu kuram, insanların güvenli bir bağlanma figürüne sahip olmasının, psikolojik sağlık, stresle başa çıkma becerisi ve kişilerarası ilişkiler açısından belirleyici olduğunu öne sürmektedir.

Bağlanma kuramı kapsamında, Mary Ainsworth tarafından geliştirilen bağlanma stilleri modeli, bireylerin bağlanma ilişkilerini anlamada önemli bir çerçeve sunmaktadır (Ainsworth vd., 1978). Ainsworth, geliştirdiği “Yabancı Durum Testi” ile bebeklerin bakım verenleriyle olan etkileşimlerine dayanarak güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma olmak üzere üç temel bağlanma stili belirlemiştir. Daha sonraki araştırmalar, bağlanma stillerine “korkulu-kaçınan” bağlanma stiline de eklenmesiyle bu kategorileri genişletmiştir (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Bağlanma stilleri, bireylerin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri ve sosyal bağları üzerinde de etkili olmaktadır. Hazan ve Shaver (1987) yaptıkları çalışmalarla, bebeklikte gözlenen bağlanma stillerinin yetişkin romantik ilişkilerine nasıl yansıdığını ortaya koymuşlardır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerinde daha tatmin edici ve sağlıklı bağlar kurdukları, buna karşın kaygılı veya kaçınan bağlanma stiline sahip

bireylerin ilişkilerinde daha fazla çatışma ve güvensizlik yaşadıkları bulunmuştur (Hazan & Shaver, 1987).

Bağlanma kuramı ve stilleri, sadece bireysel psikoloji açısından değil, aynı zamanda klinik psikoloji, gelişim psikolojisi ve sosyal psikoloji gibi alanlarda da önemli bir araştırma konusu olmuştur. Özellikle çocukluk döneminde yaşanan bağlanma deneyimlerinin ilerleyen yaşlarda depresyon, anksiyete, stresle başa çıkma becerileri ve kişilerarası ilişkiler üzerindeki etkileri, birçok araştırmacının dikkatini çekmiştir (Mikulincer & Shaver, 2007).

Bu çalışmada, bağlanma kuramının temel kavramları, bağlanma stillerinin bireylerin psikososyal gelişimindeki rolü ve yetişkinlik dönemine etkileri ele alınacaktır. Özellikle, bağlanma stillerinin bireylerin romantik ilişkileri, sosyal bağları ve ruh sağlığı üzerindeki etkileri incelenecektir.

1. Bağlanma Kuramı

Çalışmanın bu bölümünde konu ile ilgili kavramsal çerçeveye ve literatür taramasına yer verilmiştir

1.1. Bağlanma Kavramı

İnsan, sosyal bir varlık olarak iletişim ve etkileşim ihtiyacına sahiptir. Hem duygusal hem de fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması adına bir yetişkinle etkileşime girer (Deniz, 2006). Bebek, kendisinin temel ihtiyaçlarını karşılayan kişilerin farkına vardıkça onlara yönelik ilgi geliştirmeye başlar ve böylece bağlanma süreci başlar (Bowlby, 1958). Bu bağlanma, bireylerin sıkıntılı zamanlarda huzur bulmalarını, keyifli dönemlerde ise çevrelerinde güven hissi oluşturan duygusal bir yapıdır (Ainsworth, 1991).

Bağlanma kuramını geliştiren John Bowlby'e (1958) göre, bağlanma, bireylerin yaşamındaki önemli figürlere karşı hissettikleri derin duygusal bağlarla açıklanır. Bebek doğduğunda, güvende olmak ve bakımı sağlanacak yetişkinlere ihtiyaç duyar ve bu ihtiyaç, çoğunlukla ebeveynlerden karşılanır (Bowlby, 1958).

Bebeğin güvenli bağlar kurması, gelecekteki ilişkileri açısından hayati önem taşır. Bağlanma, özellikle güven ve sevgi temelinde kurulan ilişkilerin önünü açmaktadır. Bebeklikte bağlanmanın sağlıklı bir şekilde gelişmemesi, hayat boyunca insanların

ilişkilerine olumsuz etkilerde bulunabilir. Bununla birlikte, anneye güçlü bir bağ kurmuş bir bebek, yetişkinliğinde daha sağlıklı ilişkiler geliştirebilirken, bebeklik döneminde sağlıklı bağlanamayan bireylerin ilerleyen yıllarda yakın ilişkilerde zorluk yaşamaları da mümkündür (Waters vd., 2000).

1.2. Bağlanma Kuramı

Bebeklerin bakım verenleriyle olan ilişkileri ve onların ihtiyaçlarını ele alan Bowlby (1980), özellikle bakım verenlerinden ayrıldıklarında bebeklerin gösterdiği tepkilere dikkat çekmiştir. Ayrılık anlarında bebeğin kaygı seviyesi artar ve başka bir kişi tarafından alınması durumunda daha yoğun bir stres yanıtı görüldüğünü fark etmiştir. Bebeklerin ayrılık ve kayıp durumlarına verdikleri tepkilerin tam olarak anlaşılabilmesi için, bebeğin annesiyle kurduğu ilişkinin dikkatle incelenmesi gerektiğini vurgulamıştır (Bretherton, 1992).

Bebeğin annesiyle kurduğu bu özel ilişkiye “bağlanma” adı verilirken, bebeğin kaybetmekten korktuğu ya da annesinin yokluğunda huzursuz olduğu kişi, “bağlanma figürü” olarak tanımlanır (Bowlby, 1980). Bağlanma figürüne dair olan bu ilişkiler, bebeğin kendi ihtiyaçlarına ve beklentilerine şekil verir. Bebeğin bu ilişkilerdeki tecrübeleri, gelecekteki davranışlarını belirleyen temel faktörlerdendir (Bowlby, 1958).

Bağlanma figürüyle sürekli ve tekrarlayan etkileşimler, bebeğin zihinsel temsilleri olan “İçsel Çalışan Modeller” ve “Bağlanma Temsilleri”ni geliştirmesine yol açar (Bowlby, 1958). Bowlby, içsel çalışan modelleri, bebeğin annesiyle kurduğu etkileşimler sonucu zihinsel olarak oluşan temsiller olarak tanımlar. Bu modelde, bebek kendisini sevebilir bir varlık olarak görmeye başlar ve annesinin ihtiyaçları doğrultusunda her zaman erişilebilir ve duyarlı olduğuna dair beklentiler geliştirmeye başlar (Bowlby, 1980). Bebeğin kendilik algısı, olumlu, gerçekçi bir benlik duygusunun oluşmasına yol açarken, dış dünyayla kurduğu ilişkiler ise sağlıklı ve olgunlaşan bağlanma temsilleriyle şekillenir (Diehl vd., 1998). İçsel çalışan modeller, ayrıca bireylerin olayları nasıl algılayacağına ve hangi olayları önemli sayacaklarına dair bir yönlendirici işlev de görür (Pietromonaco & Baret, 2000).

Bowlby (1980), bağlanma stillerinin, özellikle yaşamın ilk yıllarında geliştiğini ve aile içindeki kayıplar veya ayrılıkların çocuklukta yaşanan bağlanma stillerini etkileyebileceğini ileri sürmüştür. Bu bağlanma stilleri, çocuğun daha sonraki ilişkilerini ve çevre algılarını şekillendirir. Erken yaşlarda yaşanabilecek travmalar, bireylerin bağlanma biçimlerini kalıcı

şekilde etkileyebilir (Akbay, 2015). Bağlanma teorisi, yalnızca bebeğin o anki ruhsal durumunu veya bakım verenle olan ilişkisini değil, aynı zamanda gelecekteki romantik ilişkileri ve kayıplarla baş etme becerilerini de anlamaya yardımcı olur (Çelik, 2004). Bağlanma ihtiyacı karşılanmadığında, hem çocukluk hem de yetişkinlik dönemlerinde çeşitli ruhsal sorunlar gelişebilir (Güzel Özdemir vd., 2012).

Bartholomew ve Horowitz (1991), içsel çalışan modellerini kullanarak bağlanma stillerini dört kategoriye ayırmışlardır: “güvenli bağlanma” (hem benlik hem de başkalarıyla ilgili olumlu algılar), “kaygılı bağlanma” (olumsuz benlik algısı ve olumlu başkalarla ilişki), “kaçıncı bağlanma” (olumlu benlik algısı ve olumsuz başkalarla ilişki) ve “korkulu bağlanma” (hem olumsuz benlik hem de olumsuz başkalarla ilişki). Bu modelde, güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, hem kendilerine hem de başkalarına olumlu ve güvenilir bakarken, güvensiz bağlanma stiline sahip bireyler zaman zaman hem kendilerini hem de diğerlerini olumsuz algılayabilirler. Bu bağlamda, güvensiz bağlanma, bireylerin ilişkinin doğasına göre kendi ve başkalarıyla ilgili algılarının hem olumsuz hem de karmaşık olabileceğini gösterir (Kesebir vd., 2011).

1.3. Bağlanma Stilleri

Bağlanma stillerinin gelişimi, özellikle erken çocukluk dönemine dayandırılmaktadır. Bu dönemde edinilen bağlanma stilleri, bireyin yaşamının her aşamasında etkisini sürdürür ve bireyin sosyal ilişkileri, özellikle romantik ve arkadaşlık ilişkileri üzerinde önemli bir rol oynar (Siegel, 1999). Bu bağlanma stilleri, duygusal düzenlemeyi sağlamada, duygularla başa çıkmada ve sosyal aktivitelere katılımda önemli bir yol gösterici işlevi görmektedir (Shaver & Mikulincer, 2008).

Bağlanma teorisine önemli katkılar sağlayan bazı kuramcılar, bağlanma stillerini farklı açılardan ele almışlardır. Örneğin, Ainsworth vd. (1978), annesinin çocuktan ayrılması sonrasında çocuğun tepkilerine bakarak bağlanma stillerini üç farklı kategoriye ayırmıştır. Bu çalışmalar, erken dönemdeki bağlanmanın etkileri üzerine yoğunlaşırken, Hazan ve Shaver (1987), bu bağlanma stillerinin gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde de romantik ilişkilere nasıl yansıdığına odaklanmışlardır.

Bartholomew ve Horowitz (1991) ise bağlanma stillerini, bireyin kendisi ve diğerlerine dair olumlu ya da olumsuz düşüncelerine göre dört kategoriye ayırmışlardır. Bu model,

bağlanmanın kişisel algılarla nasıl şekillendiğini ve yaşamın her aşamasındaki ilişkilere nasıl etki ettiğini daha kapsamlı bir şekilde anlamamıza yardımcı olur.

1.4. Bağlanma Stillерinin Erken Dönem İlişkiler Üzerindeki Etkisi

Bağlanma kuramı, bireylerin çocukluk döneminde bakım verenleriyle kurdukları bağın, ilerleyen yaşamlarında sosyal ve romantik ilişkilerini nasıl şekillendirdiğini açıklayan önemli bir teorik çerçeve sunmaktadır. Bu kuram, ilk olarak John Bowlby tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Mary Ainsworth tarafından yapılan araştırmalarla pekiştirilmiştir (Bowlby, 1980; Ainsworth vd., 1980). Bağlanma kuramı, bireylerin erken yaşlardaki bakım verenleriyle kurduğu ilişkilerin, onların güven duygusu, duygusal düzenleme, sosyal beceriler ve ilişki dinamikler üzerindeki etkilerini vurgular. Bu bağlanma stilleri, yalnızca çocuklukta değil, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de ilişkiler üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır.

Bağlanma stilleri, bireylerin çocukluk dönemlerinde bakım verenleriyle kurdukları ilişkinin güvenli ya da güvensiz olmasına göre şekillenir. Ainsworth ve arkadaşları, bağlanma stillerini güvenli, kaygılı/kararsız, kaçınan ve korkulu-kaçınan olmak üzere dört ana grupta sınıflandırmıştır (Ainsworth vd., 1980). Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, bakım verenlerinin tutarlı, duyarlı ve destekleyici davranışları ile büyürler. Bu çocuklar, bakım verenlerine güvenerek çevreleriyle etkileşime girer ve gerektiğinde onlardan destek almayı öğrenirler. Erken yaşlarda güvenli bağlanan çocuklar, sağlıklı, destekleyici ve güvene dayalı ilişkiler kurma eğilimindedirler. Hazan ve Shaver (1987), güvenli bağlanmanın, bireylerin romantik ilişkilerinde de sağlıklı bir bağlanma modeline yol açtığını belirtmişlerdir.

Güvensiz bağlanma stilleri ise, bakım verenlerinin tutarsız, duyarsız ya da aşırı koruyucu davranışlarıyla şekillenir. Kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip bireyler, erken dönemde bakım verenlerinin belirsiz ve değişken tutumları nedeniyle duygusal açıdan güvensiz hissettikleri için, başkalarından onay alma ve reddedilme kaygısı yaşama eğilimindedirler (Mikulincer & Shaver, 2007). Bu kişiler, arkadaşlık ve romantik ilişkilerde sıkça kaygı, bağımlılık ve onay arayışı gösterirler. Bu durum, sık sık ilişki içinde aşırı bağımlılık, duygusal yoğunluk ve sürekli bir güven arayışına yol açabilir.

Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler, çocukluklarında duygusal yakınlık ve destekten

yoksun kalmışlardır. Bu bireyler, bağımsızlıklarını ön planda tutar ve duygusal yakınlıktan kaçınma eğilimindedirler. Bağlanma kuramına göre, kaçınan bağlanan çocuklar, duygusal olarak mesafeli kalmayı ve kendi başlarına çözüm üretmeyi öğrenirler (Bartholomew & Horowitz, 1991). Yetişkinlik döneminde, bu bireyler genellikle partnerlerine karşı duygusal olarak uzak durur ve romantik ilişkilerde bağlanma sorunları yaşayabilirler. Özellikle yakın ilişkilerde duygusal mesafe, iletişim eksiklikleri ve bağlanma sorunları bu kişilerin sık karşılaştığı zorluklardandır.

Korkulu-kaçınan bağlanma stili, hem kaygılı hem de kaçınan özellikler taşır. Bu bağlanma stiline sahip bireyler, başkalarına karşı hem güven duygusu arar hem de duygusal olarak yakınlaşmaktan kaçınır. Korkulu-bağlanan kişiler, genellikle ilişki içinde çelişkili duygular yaşar ve karşılıklı güveni sağlamada zorluk çekerler. Bu bağlanma stiline sahip bireyler, aşırı bağımlılık ve duygusal çekilme arasında gidip gelerek romantik ilişkilerde sıkça çatışma yaşayabilirler (Mikulincer & Shaver, 2007).

Bağlanma stillerinin erken dönem ilişkiler üzerindeki etkisi yalnızca çocukluk dönemiyle sınırlı değildir; bu etkiler ergenlik ve yetişkinlik yıllarında da devam eder. Fraley ve Shaver (2000), bağlanma stillerinin, özellikle romantik ilişkilerdeki kalıpları şekillendirdiğini ve bireylerin sevgi ve bağlılık anlayışlarını büyük ölçüde etkilediğini ifade etmişlerdir. Güvenli bağlanan bireyler, duygusal olarak daha sağlıklı, destekleyici ve uzun süreli ilişkiler kurma eğilimindeyken, güvensiz bağlanan bireyler, sıkça ilişki içindeki gerilimler, reddedilme kaygısı ve çatışmalar ile karşılaşmaktadırlar.

Bağlanma teorisinin modern uygulamaları, erken dönemde güvenli bağlanmanın sadece bireylerin romantik ilişkilerini değil, aynı zamanda kariyer başarısını, arkadaşlık ilişkilerini ve psikolojik sağlığını da olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Bu bağlamda, erken çocuklukta sağlanan güvenli bağlanma, bireylerin yaşam boyu sosyal ve duygusal uyumlarını artırır (Sümer & Güngör, 2006).

Sonuç olarak, bağlanma stilleri, bireylerin erken dönemdeki bakım veren ilişkilerinden büyük ölçüde şekillenen bir dinamiğe sahiptir. Bu bağlanma stillerinin yaşam boyu süren etkileri, özellikle romantik ilişkilerde ve sosyal etkileşimlerde derinlemesine hissedilmektedir. Bağlanma kuramı, bireylerin erken yaşlardan itibaren güvenli bağlar kurmalarının, sağlıklı ilişkiler geliştirme yolunda kritik bir adım olduğunu ortaya

koymaktadır.

1.5. Bağlanma Stilllerinin Romantik İlişkilerdeki Rolü

Bağlanma kuramı, bireylerin çocukluk dönemlerinde edindikleri bağlanma stillerinin, yetişkinlikteki romantik ilişkilerinde önemli bir rol oynadığını ileri sürer. Bu kurama göre, bağlanma stilleri, bireylerin partnerlerine olan güven düzeylerini, iletişim tarzlarını ve ilişkilerine yaklaşım biçimlerini şekillendirir (Bowlby, 1982). Romantik ilişkilerde güvenli bağlanmaya sahip bireyler, genellikle açık iletişim kurar, duygusal ihtiyaçlarını ifade edebilir ve sağlıklı sınırlar koyabilirler. Bu bireyler, ilişkilerinde duygusal yakınlık ve bağlılık kurmaya daha eğilimlidirler, çünkü geçmişte güvenli bir şekilde bağlanma deneyimi yaşamışlardır (Mikulincer & Shaver, 2007).

Öte yandan, güvenli bağlanmaya sahip olmayan bireyler, daha güvensiz bağlanma stillerini benimsemiş olabilirler. Güvensiz bağlanma stilleri, kaygılı, korkulu veya kayıtsız bağlanma biçimleri olarak tanımlanabilir. Kaygılı bağlanma, bireylerin partnerlerine aşırı bağımlı olmalarına ve sürekli onay aramalarına yol açabilir. Bu bağlanma stiline sahip bireyler, ilişki içinde sürekli bir kaygı hissiyle hareket ederler ve terk edilme korkusu nedeniyle aşırıya kaçan davranışlar sergileyebilirler (Bartholomew & Horowitz, 1991). Korkulu bağlanma, bireylerin ilişkiyi istemelerine rağmen, duygusal yakınlık kurmada zorluk yaşadıkları bir durumdur. Bu tür bireyler, partnerlerine karşı duygusal mesafe koyarak, ilişkiyi güvenli bir şekilde sürdürme konusunda sıkıntılar yaşayabilirler (Mikulincer & Shaver, 2007). Kayıtsız bağlanma ise, bireylerin partnerleriyle duygusal bağ kurmaktan kaçınmalarına ve genellikle bağımsız olmayı tercih etmelerine yol açar. Bu bağlanma stili, duygusal uzaklık ve bağlılık eksikliği ile ilişkilidir ve partnerlerine karşı duyarsız davranabilirler (Fraley, 2002).

Bağlanma stillerinin romantik ilişkilerdeki rolü, sadece ilişkiyi nasıl şekillendirdiğiyle sınırlı kalmaz, aynı zamanda eş seçme stratejilerini de etkiler. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler, partner seçimlerinde daha sağlıklı ve tatmin edici ilişkiler arayışındadırlar, çünkü daha önceki deneyimlerinden güven duygusunu benimsemişlerdir. Diğer taraftan, güvensiz bağlanma stillerine sahip bireyler, ilişkinin başlarında yoğun duygusal tepkiler verebilir veya partnerlerini sürekli olarak test etme eğiliminde olabilirler. Bu, uzun vadeli ilişki tatminini ve duygusal yakınlığı olumsuz yönde etkileyebilir (Murray, 2005). Bu bağlamda, bağlanma

stillerin, bireylerin romantik ilişkilerdeki davranışlarını ve partnerleriyle kurdukları duygusal bağlantıların kalitesini belirlediği söylenebilir.

Sonuç olarak, bağlanma stillerinin romantik ilişkilerdeki rolü, bireylerin ilişkilerindeki duygusal güvenliği, iletişim becerilerini ve genel olarak ilişki tatminini büyük ölçüde etkileyen bir faktördür. Güvenli bağlanma, bireylerin sağlıklı ilişkiler kurmasına olanak tanırken, güvensiz bağlanma stilleri, ilişki dinamiklerini zorlaştırabilir ve duygusal tatminsizliklere yol açabilir.

KAYNAKLAR

- Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachments and other affectional bonds across the life cycle. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 33-51). Routledge.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-241. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 350-373.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. Basic Books.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Çelik, E. (2019). Stress regarding academic expectations, career exploration, and school attachment: The mediating role of adolescent-parent career congruence. *Australian Journal of Career Development*, 28(1), 51-60. <https://doi.org/10.1177/1038416218822999>
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123-151. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_03
- Güzel Özdemir, P., Kadak, M. T., Nasıroğlu, S., & Özdemir, O. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Kesebir, S., Özdoğan Kavzoğlu, S., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji.

Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 3(2), 321-342.

Murray, S. L. (2005). The impact of attachment style on romantic relationship outcomes: An empirical investigation. *Personal Relationships*, 12(2), 235-246. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00113.x>

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161. <https://doi.org/10.1080/14616730210154171>

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

Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child Development*, 71(1), 164-172. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00130>