XƏZƏR UNİVERSİTETİ

Fakültə: Təbiət Elmləri, Sənət və Texnologiya Yüksək Təhsil

Departament: Psixologiya

İxtisas: Klinik Psixologiya

MAGİSTR TEZİSİ

Mövzu: Cütlüklərdə bağlanma tərzi ilə münasibətdən məmnunluq arasındakı əlaqənin öyrənilməsi

Magistrant : Aytən Yusifova Rafail qızı

Elmi rəhbər: psixol. ü.f.d., dosent L.M.Cabbarova

Bakı-2024

MÜNDƏRİCAT

GİRİŞ ... 4

I FƏSİL. ƏDƏBİYYAT XÜLASƏSİ ... 9

1.1.Bağlılıq probleminin elmi-nəzəri aspektləri ... 9

1.1.1. Bağlılıq probleminin konseptual məsələləri. ... 9

1.1.2. Bağlılıq nəzəriyyələri və problemlə bağlı araşdırmalar. ... 13

1.1.3. Bağlanma tərzləri və onların əsas xüsusiyyətləri. ... 18

1.2. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə bağlılıq fenomeninin təzahürləri ... 24

1.2.1. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərin ümumi xarakteristikası. ... 24

1.2.2. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlər. ... 26

1.2.2.1. Sevgi münasibətləri. ... 29

1.2.2.2. Dostluq münasibətləri. ... 31

1.2.3. Yaxın münasibətlərdə bağlılıq fenomeninin təzahürləri ilə bağlı tədqiqatların təhlili ... 32

II FƏSİL.TƏDQİQATIN METOD VƏ METODİKALARI ... 38

2.1. Tədqiqatın təşkili və keçirilməsi. ... 38

2.2. Metodikalar ... 38

2.2.1. Demoqrafik məlumatlar anketi ... 38

2.2.2. Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası ... 38

2.2.3. Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası. ... 39

2.2.4. Cütlüklərdə münasibətdən məmnuniyyət indeksi. ... 39

2.3. Metod ... 39

III FƏSİL. TƏDQİQATDAN ALINAN NƏTİCƏLƏRİN STATİSTİK TƏHLİLİ VƏ MÜZAKİRƏSİ ... 41

3.1. Demoqrafik məlumatların göstəricilərin təhlili ... 41

3.2. . Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalasının nəticələrinin təhlili ... 41

3.3. Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalasının nəticələrinin təhlili ... 44

3.4. Cütlüklərin münasibətdən məmnunluq indeksinin nəticələrinin təhlili 45

3.5. Cütlüklərdə bağlanma tərzi və münasibətdən məmnunluq arasındakı əlaqənin statistik təhlili 55

NƏTİCƏ...62

İSTİFADƏ EDİLMİŞ ƏDƏBİYYAT SİYAHISI...65

ƏLAVƏLƏR...73

Giriş

Mövzunun aktuallığı. Müasir dövrdə münasibətlərin mürəkkəbliyi və önəmi, psixoloqları və tədqiqatçıları cütlüklər arasındakı münasibətləri daha çox anlamağa və öyrənməyə təşviq edir. Modern münasibətlərin quruluşu, psixoloji ədəbiyyatlarda daimi olaraq araşdırılan bir mövzudur. Bağlanma nəzəriyyəsi uzun müddətdir ki, şəxsiyyətlərarası münasibətləri başa düşmək üçün əsas konsepsiya kimi qəbul edilir. Bu nəzəriyyənin mərkəzi, ilkin qayğı göstərənlərlə erkən bağlılıq təcrübəmizin həyat boyu emosional və münasibətlər modellərimizi formalaşdırdığı anlayışıdır. Romantik münasibətlər kontekstində fərdlər münasibətlərin formasına və məmnunluq səviyyələrinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir edə biləcək müxtəlif bağlılıq nümayiş etdirirlər. Bu dissertasiya işi, cütlüklərdə bağlanma tərzi ilə münasibətdən məmnunluq arasındakı mürəkkəb əlaqəni araşdırmağa çalışır. Müxtəlif bağlanma tərzlərinin (güvənli, təşvişli və qaçınqan kimi) romantik münasibətlərdə necə təzahür etdiyini və partnyorların məmnunluq və hisslərinə necə təsir etdiyini araşdıraraq, bu tədqiqat münasibətlər psixologiyası sahəsinə dəyərli fikirlər vermək məqsədi daşıyır.

Bağlanma tərzi ilə münasibətdən məmnunluq arasındakı qarşılıqlı əlaqəni başa düşmək romantik münasibətlərin keyfiyyətini və uzunömürlülüyünü artırmaq üçün effektiv müdaxilələr və strategiyalar hazırlamaq üçün çox vacibdir. Güvən, bağlılıq və yaxınlıq kimi faktorları ehtiva edən bağlanma tərzləri cütlüklərin münasibət təcrübələrini formalaşdırır və münasibətdəki dinamiklərinə təsir edir. Xüsusilə də cütlüklər arasında münasibətin sağlamlığı və məmnunuluq səviyyəsi, fərdlərin ümumi yaşam keyfiyyəti üzərində önəmli bir təsirə malikdir. Bu səbəblə bağlanma tərzlərinin cütlüklərdə münasibətdən məmnunluq arasındakı əlaqə, psixologiyada və cütlük psxioterapiyasında vacib bir araşdırma mövzusu halına gəlmişdir.

Mövzunun işlənmə səviyyəsi. Bağlanma nəzəriyyəsi, John Bowlby tərəfindən inkişaf etdirilən və fərdlərin yaxın münasibətlər qurmaq, həmin münasibətləri davam etdirmək xüsusiyyətlərini açıqlamaq üçün istifadə olunan təməl bir yanaşmadır. Bu nəzəriyyə fərdlərin uşaqlıq dövründəki bağlanma təcrübəsinin yetkinlik dönəmində romantik münasibətlərdəki seçimlərinə və davranışlarına təsir etdiyini irəli sürür. Bağlanmanın nəzəriyyəyə çevrilməsi 1960-cı illərin sonlarında psixoloq Edward John Mostyn Bowlby tərəfindən həyata keçirilmiş və təcrübəyə əsaslanan ilk empirik sübutlar isə onun həmkarı Mary Dinsmore Ainsworth tərəfindən əldə edilmişdir (H. Batman, 2023) .

Erkən uşaqlıq dönəmində valideyn-uşaq münasibətlərinin insanın inkişafına, digər insanlarla münasibətinə və psixoloji uyğunlaşmasına təsir göstərməsi psixoloji ədəbiyyatlarda ümumi olaraq qəbul edilir. Bowlby, valideyn və uşaq arasında olan bağın, münasibətin uşağın bütün

həyatla olan bağına təsir etdiyini qeyd edir. Belə ki, ananın uşağı necə görməsi, anlaması əslində uşağın özünü necə görməsini və özü haqqında olan düşüncələrini, duyğularını formalaşdırır. Bu da uşağın həyatının növbəti dövrlərində olan seçimlərində və münasibətlərində özünü göstərir (A.Jeffery, 2015)

Körpəlik dönəmində uşağın ona qayğı göstərənlər qurduğu bağa diqqət yetirən tədqiqatçılar sonradan yetkinlik dövründə bağlanmanın əhəmiyyətini kəşf etdilər. Yetkinliyin əsaslarını ortaya qoyan Bowlby-dən sonra Ainsworth də körpə ilə ana arasındakı əlaqəni ortaya çıxaran araşdırmalar apardı. Ainsworth və digərləri (1978) öz tədqiqatları nəticəsində üç fərqli bağlanma tərzini ortaya qoydular. Hazan və Shaver (1987) romantik sevgi münasibəti zamanı böyüklərin bağlanması ilə bağlı araşdırmalar aparıblar (F. Ateş & R. Erdem, 2020) . Mary Ainsworth, bağlanma nəzəiyyəsinə araşdırmalara davam edərək, bağlılıq tərzləri (güvənli, təşvişli və qacınan) anlayışını təqdim edərək, emprik tədqiqatlar vasitəsiylə Bowlby-nin işini genişləndirdi.

Son illərdə aparılan araşdırmalar (P.Hazan & C.Shaver, 1988) göstərir ki, şəxsin bağlanma tarixçəsi yəni onun bağlanma tərzi, həyatının sonrakı dönəmində onun partnyor seçimində və partnyoruyla olan bağlılığı, münasibəti üzərində təsiri vardır. Hazan və Shaver, Bowlby və Ainsworth tərəfindən inkişaf etdirilən erkən uşaqlıq dövrü ilə bağlı araşdırmalarını, müəyyən etdiyi bağlanma tərzlərini, yetkin fərdlərə uyğunlaşdıraraq romantik münasibətlərə bağlılıq nöqteyi-nəzərdən baxılmasına dair yeni bir töhfə verdi.

1994-cü ildə Shaver tərəfindən aparılan araşdırmalara görə, yetkinlik dönəmində yaşanılan sevgi münasibətləri, yaşamın erkən uşaqlıq dövründə uşaq və ona baxan arasında qurulan bağ kimi, partnyora qarşı qurulan bir bağdır. Aparılan bu araşdırmaların nəticələrinə görə, yetkinlik dönəmində şəxsin partnyoru ilə qurmuş olduğu bağın, onun erkən uşaqlıq dönəmində valideynləri ilə (və ya uşağa baxan şəxs) qurulan münasibətin sağlam və keyfiyyətli olmasına görə dəyişiklik göstərir (Demir & Akpınar, 2018). Göstərilən vəziyyətlərə uyğun olaraq Hazan və Shaver tərəfindən aparılan araşdırmlara görə, John Bowlby tərəfindən irəli sürülən bağlanma sistemi həyat boyu aktivdir və yetkinlik dönəmində romantik münasibətlərdə, insanın bağlanma rolunu öz üzərinə götürməsi fikrini dəstəkləyir.

Digər tərəfdən münasibətdən məmnunluq, fərdlərin bir münasibətdən nə dərəcədə zövq aldıqlarını və münasibətdən nə qədər qane olduqlarını yansıdan önəmli bir faktordur. Sağlam münasibətlərdə, cütlüklər ümumilikdə bir-birlərinə emosional dəstək verər, birlikdə problem həll edərlər və birlikdə vaxt keçirərlər. Münasibətdən məmnunluq, cütlüklərin münasibətlərinin keyfiyyətini müəyyən edən kritik bir ölçüdür və fərqli faktorlara bağlı olaraq dəyişə bilir.

Azərbaycan psixologiyasında qarşılıqlı münasibətlər, onların təbiəti, xüsusiyyəti, tipləri və bu sahədə şəxsiyyətin keyfiyyət göstəricilərinin roluna Ə.S.Bayramov, Ə.Ə.Əlizadə, H.Ə. Əlizadə, K.R.Əliyeva, S.İ. Mansurova və b. tədqiqat-lar həsr etmişlər. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə tənhalıq problemi və şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə attraksiya problemləri də diqqət çəkən məsələlərdəndir. L.M.Cabbarova və R.R.Cavadova problemə bu aspektdən yanaşaraq araşdırmalar aparmışlar. Cütlüklərdə münasibətdən məmnunluğa təsir edən amillər kimi, A.Q.Kamalova Azərbaycan ailələrində ailədaxili münasibətlərin dinamikasını araşdırmışdır. Ə.F.Müntəziri-Niya, uşaq və valideynlər arasında bağlılığın sosial-psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırmışdır. N.M.Hassanlı da ailədə uşağın inkişafının psixoloji xüsusiyyətlərini tədqiq etmişdir. K.M.Şiriyeva, Azərbaycanın Cənub zonasında ailə konfliktləri və onların psixoloji təhlili baxımdan araşdırmalar aparmışdır. S.Y.Əliyeva, T.Ə.Əliyeva da uşaqların şəxsiyyətinin inkişafında valideynlərini rolunu tədqiq etmişdir.

Tədqiqatın obyekti. Bağlanma tərzi və münasibətlərdən məmnunluq arasındakı əlaqə **(**18-54 yaş aralığında olan evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərdir).

Tədqiqatın predimeti. Cütlüklərdə bağlanma tərzləri və qarşılıqlı münasibətlərdən məmnunluq səviyyəsinin öyrənilməsi, həmçinin onlar arasındakı əlaqənin tədqiqi.

Tədqiqatın hipotezi.

1. Bağlanma tərzi və münasibətdən məmnunluq arasında statistik olaraq əlaqə mövcuddur.
2. Qaçınan bağlanma tərzinə malik olan fərdlərin münasibətdən məmnunluq səviyyəsi daha aşağıdır.
3. Güvənli bağlanma tərzinə malik olan fərdlərin münasibətlərindən məmnuniyyət səviyyəsi digər bağlanma tərzlərinə malik olan fərdlərin münasibətdən məmnunluq səviyyələrindən statistik olaraq daha yüksəkdir.

Tədqiqatın məqsədi. Evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərin hansı növ bağlanma tərzinə malik olduqlarını təhlil etmək, bu bağlanma tərzlərinin təzahür xüsusiyyətlərinə nəzər salmaq, cütlüklərin münasibətdən məmnunluq səviyyəsini tədqiq etmək.

Tədqiqatın vəzifələri. Tədqiqatla bağlı qarşıya qoyulmuş müəyyən məqsədlərə nail olmaq üçün aşağıda qeyd olunan vəzifələrin həlli vacib hesab edilmişdir.

1. Bağlılıq probleminin ədəbiyyatda qoyuluşunu öyrənmək.
2. Cütlüklər arasında münasibətdən məmnunluq üzərində bağlanma tərzlərinin mövcud olan psixoloji təsirlərinin araşdırılması.
3. Bağlanma tərzlərini müəyyən edən metodikaların işlənilib hazırlanması.

4. Bağlanma tərzlərinin müəyyən edilərək fərdlərdə qeydə alınan psixoloji xüsusiyyətlərin onların sosial-psixoloji rifahı üzərində təsirini araşdırmaq.
5. Cütlüklərdə münasibətdən məmnunluq səviyyəsini müəyyən edən metodların işlənilib hazırlanması.
6. Psixoloji göstəricilər və sosial faktorlar arasında korelyasiyanı müəyyən etmək.
7. Əldə edilmiş nəticələrin klinik-psixoloji, müqayisəli və riyazi təhlili.
8. Evli və ya nişanlı şəxslərdə qeyd olunan bağlanma tərzinin, münasibətlərində təzahür edən sosial-psixoloji xüsusiyyətlərin minimum həddə çatdırılması üçün göstəricilərin dinamikası sistemli formada öyrənildikdən sonra tövsiyyələtin formalaşdırılması və irəli sürülməsi.

Tədqiqatın gedişində istifadə olunan metodikalar. Qeyd olunan vəzifələrin yerinə yetirilməsi və tədqiqatın fərziyyəsinin yoxlanılması üçün aşağıdakı metodlardan istifadə edilmişdir:

1. Nəzəri təhlil: dissertasiya işində araşdırılan problem üzrə elmi mənbələrin təhlili aparılmışdır.
2. Demoqrafik məlumatlar anketi: Tədqiqat işində iştirak edən evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərin cins, yaş, təhsil, münasibətin müddəti, məşğulluq statusu və partnyorunun məşğulluq statusunu təyin etmək məqsədiylə tərtib edilmişdir.
3. Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası: Evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərin hansı növ bağlanma tərzinə malik olduğunu müəyyən etmək üçün istifadə edilmişdir. Cindy Hazan və Phillip Shaver tərəfindən 1987-ci ildə tərtib edilmişdir
4. Cütlüklərdə münasibətdən məmnuniyyət indeksi: Evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərin münasibətdən məmnunluq səviyyəsini müəyyən etmək üçün istifadə edilmişdir. Amerikalı psixoloqlar, Funk, J. L. və Rogge, R. D tərəfindən 2007-ci ildə tərtib edilmişdir.
5. Cütlüklərdə münasibətin qiymətləndirilməsi: Evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərdə münasibətlərin dəyərləndirilməsi və məmnunluq səviyyəsini təyin etmək məqsədiylə istifadə edilmişdir. S.Hendrick tərəfindən inkişaf etdirilmişdir.

Tədqiqatın elmi əhəmiyyəti. Tədqiqat işində araşdırılan elmi və nəzəri fikirlər psixologiya sahəsində olan bilikləri inkişaf etdirərərk gələcəkdə bu mövzuda aparılacaq yeni araşdırmalar üçün müxtəlif fikirlərin formalaşması baxımından əhəmiyyətli rol oynayır. Digər tədqiqatlarla müqayisədə aparılan araşdırma cütlüklərdə bağlanma tərzinin müəyyən edilməsi mühim rol

oynayır. Həmçinin bu sahədə aparılan müxtəlif profilaktik tədbirlərin görülməsi və aradan qaldırılma yolları üçün nəzəri mənbə rolunda çıxış edir.

Tədqiqatın elmi yeniliyi. Tədqiqat işində Azərbaycanda ilk dəfə olaraq cütlüklərdə bağlanma tərzlərinin müəyyən edilməsi və bunun münasibətdən məmnunluğa təsir göstərməsinin psixoloji baxımdan öyrənilmişdir. Həmçinin:

- Cütlüklərin hansı növ bağlanma tərzinə malik olduqları müəyyən edilmiş;
- Bu bağlanma tərzinin onların münasibətlərinə təsiri öyrənilmiş;

Tədqiqat işinin strukturu. Dissertasiya işi giriş, 3 fəsidən, həmçinin hər bir fəsilə daxil olan yarımfəsillərdən, nəticə, ədəbiyyat siyahısı və əlavələrdən ibarətdir.

I FƏSİL. ƏDƏBİYYAT XÜLASƏSİ

1.1. Bağlılıq probleminin nəzəri aspektləri

1.1.1. Bağlılıq probleminin konseptual məsələləri.

Erkən uşaqlıq dönəmində formalaşan valideyn və uşaq münasibəti şəxsin inkişafına, digər insanlarla münasibətinə və psixoloji sağlamlığına təsir etdiyini müəyyən edən araşdırmalar vardır. Bu, araşdırmalar arasında ilk və ən əhəmiyyətli olanı John Bowlby`in uşaq və ona baxan şəxs arasında olan bağın normal inkişaf üçün olduqca vacib olduğunu göstərən tədqiqatdır (Crockenberg, 1993).

Bu bağlılıq, daha sonra uşağın həyatında sosial, emosional və koqnitiv inkişafın əsas mütəhərrikinə çevrilir. Erkən uşaqlıq illərində körpənin ilk bağlanma təcrübəsi son dərəcə vacibdir, çünki bu, gələcəkdə uşağın digər insanlara və ümumi olaraq hadisələrə qarşı duyğu və davranışlarını daimi şəkildə formalaşdıracaq təməl qoyur. Həmçinin uşağın ona qayğı göstərən şəxslərlə qurduğu bağ, onun gələcəkdə dünyaya baxış bucağına, ətrafı qavramağına təsir göstərir. Tədqiqatlar göstərir ki (John Bowlby, 1988), ilk bağlanma təcrübəsi həm şəxsiyyətin inkişafına, həm də xüsusilə güvən hissinin formalaşmasına təsir edir və buna görə də insanın həyatı boyu sabit münasibətlər qurmasına,seçimlərinə və dünyanı anlamasına təsir edir.

Erkən uşaqlıq dönəmində uşaq tərəfindən ona baxan şəxslərə qarşı inkişaf etdirilən bağlanma və bunun yetkinlik dönəmindəki təsirləri haqqında ilk dəfə 1958-ci ildə John Bowlby tərəfindən psixologiyada araşdırılmışdır. John Bowlby`in irəli sürdüyü açıqlamalara görə, uşaqlar dünyaya gəldiyi andan etibarən ilk 12 ayda ona baxan anaya və ya ana rolunda olan şəxsə qarşı güclü libidinal bağ inkişaf etdirir. Bağlılıq inkişaf etdirdiyi insanla yaxın münasibət qurmağa can atır, ondan uzaqlaşdığı zaman isə kədər və stress əlamətləri göstərməkdədir (Öztürk, 2020). Müxtəlif amillərin formalaşdırdığı bu bağ, altında yatan əlamətlərə görə fərqlidir. John Bowlby, bu bağı izah edən 4 komponenti təsvir etmişdir (Schore, 2013) :

1. İkinci dərəcəli stimullar (Secondary Drive): ana körpənin fizioloji ehtiyaclarını qarşılayır və onu qidalandırır. Körpənin ən təməl ehtiyacları olan qidalanma, defekasiya (tualet təlimi), güvəndə olma və sığınacaq ana tərəfindən təmin edilir.
2. İlkin əmmə (Primary Object Sucking): ana südü ilə qidalanan uşaq süd əmərkən anası ilə fiziki bağı olduğunu hiss edir. Əsas ehtiyaclardan olan qidalanma tələbini qarşılayan əmmə davranışı eyni zamanda fiziki bir bağ mənasına gəlməkdədir. Dünyaya gələn körpə ilk fiziki təmasını əmmə davranışı vasitəsilə ana ilə qurur.

3. İlkin obyektdən “yapışma” (Primary Object Clinging): körpə anayla fiziki təmas qurmağa, onu qucaqlamağa və onu tutmağa ehtiyac duyur. Ana fiqanuruna yapışan körpə bu vasitəylə özünü təhlükəsizlikdə hiss edir. Qidalanma ilə yanaşı güvəndə hiss etmə ehtiyacı da təməl ehtiyaclar arasındadır. Bu davranış güvəndə hiss etmə tələbini ödəmək üçün nəzərdə tutulub. Körpə anasını qucaqladığında xarici dünyanın təhlükələrindən qorunduğunu hiss edərək özünü daha da güvəndə hiss edər.
4. İlkin ana bətninə dönmə arzusu (Primary Return to Womb Craving): ana bətnindən çıxan körpə xarici dünyanı kəşf etdikdən sonra ora geri dönməyi arzulayır.

İnkişafını olduqca gec tamamlayan və bu baxımdan digər canlılarla müqayisədə fərqlənən insanlar, dünyaya gəldikdən sonra öz ehtiyaclarını özünün qarşılamağa başlamasının uzun zaman almasını nəzərə alındığında körpənin ona baxana qarşı inkişaf etdirdiyi bağlılıq son dərəcə qaçınılmazdır (E. Öztürk, 2020).

Bu bağlanma ilə əlaqəli təməl bir fərziyyənin yaranmasına səbəb olur. Belə ki, digər canlıların əksəriyyəti dünyaya gəldiyi andan bir neçə saat sonra özləri ətrafla bir bağ qurur və baxıma ehtiyac duymadan yaşaya bilirlər. Lakin, insan övladı dünyaya gəldiyi zaman tam yetkin olmadığı üçün baxıma ehtiyacı olur və sadəcə yetkin bir insan ona baxmağa və qorumağa istəkli olarsa, yaşaya bilir.

Doğulduqdan sonra uşaqlar inkişaf dövründə, ailə dinamikasının əlverişli, ya da əlverişsiz olmasından asılı olmayaraq, ona baxan insanlara bağlanma ehtiyacı içində olur. Xaotik və səhlənkar bir ailədə böyüyən uşaqlar, özlərində bir növ ikili bağlanma inkişaf etdirirlər. Bu ikili bağlanma, fərddə dissosiativ müdafiənin başlanğıc nöqtəsidir və travma almış uşaq üçün uyğunlaşma cəhdidir.

Bağlanma kəşfi, baxımı, sosiallığı və cinsi münasibəti də əhatə edən bir-biri ilə əlaqəli davranış sistemlərindən biridir. Hər sistem fərqli funksiyanı yerinə yetirir, uşaqlıq dönəmindəki bağlanma əsas sistemlərdən biridir və tam olaraq aktivləşməsi digər sistemlərin də aktivləşməsinə səbəb olur. Uşaq, güvəndə hiss etdiyi zaman bağlanma sistemi sabitdir və digər davranış sistemləri də hərəkətə keçməyə hazır hala gəlir.

Uşaqların bağlanma davranışı hər kəslə qurula biləndir kimi görünür, lakin yaşamın altıncı və ya yeddinci ayına qədər bütün normal körpələr, bu davranışları öz seçimlərinə bağlı olaraq onunla yaxınlıq qurmaq istədikləri və ondan ayrı qalmağa etiraz etdikləri tək bir insana yönəldir (Schaffer və Emerson, 1964). Bağlanmanın funksiyası uşağın davranışlarında aydın şəkildə görülür.

Bağlılıq inkişaf etdirdiyi şəxsin seçimində körpədəki narahatlıq əlamətlərinə müsbət və doğru reaksiyanın verilməsi bağlılıq fiqurunun təyinedicisidir (Hazan & Shaver, 1994). Bu ilk və ən önəmli münasibətdə yaşananlar, uşağın gələcəkdəki bütün münasibətlərində təsiredici rola malikdir. Ana ilə olan bağ, insanın mənəvi quruluşunu həm də gələcəkdəki bağlanma tərzlərini müəyyən edir. Bu dönəmdə bağlanma dövrü istək və niyyətdən asılı olmadan inkişaf edir və ana ilə uşaq instiktiv olaraq bir-birləriylə emosional bir təmas qurma arayışında olar. Bağlılıq inkişaf etdirilən insanla qarşılıqlı əlaqədə, körpələr onlara verilən reaksiyalara əsasən davranışlarını tənzimləyirlər. Beləliklə, bütün bunlar körpədə mənlik şüuru və bağlı şəxsiyyət anlayışlarını ehtiva edən "daxili işləmə modellərini" meydana gətirirlər. Valideyn və uşaq arasındakı müsbət ünsiyyət nəticəsində uşağın xoşbəxt və həssas çevrədə yaşamsı onun mənlik şüurunu gücləndirərək dözümlülük qabiliyyətini inkişaf etdirir (N. Sargın & S. Avşaroğlu və.s 2014).

Bağlanma mövzusu müxtəlif bənzətmələrlə açıqlanmağa çalışılmışdır, Linzdey, Thampson ve Spring (1989) bunu iki yolu olan bir küçə olaraq adlandırmışdılar və onun keyfiyyətinə hər iki tərəf təsir göstərir. Uşaq ilə ana arasındakı bağ, açar ilə kilid arasındakı bağlılığa bənzəyir. Başqa bir metaforla ifadə olunsa, uşağın divarda onun emosianal ipini bağlayacağı anasından başqa heç nə yoxdur. Və bu, uşağın sevgi, istilik, emosianal bağ ehtiyacını təmin edər. Uşağın özünü güvəndə hiss etməsi, qorxularından, narahatlıqlarından azad olması önəmlidir, anası tərfəindən sevilmədiyini, qəbul olunmadığını hiss etmək uşaq üçün böyük bir təşviş yaradır (Linzdey & Thampson və.s 1989).

John Bowlby, bağlanma ilə əlaqəli araşdırmalarına davam etdiyi illərdə, bağlanma davranışının universal, bütün mədəniyyətlərdə ortaq olaraq görülən bəzi xüsusiyyətlərinin olduğunu vurğulamışdır. Bunlardan biri spesifiklik xüsusiyyətidir. Bağlanma davranışı çox insana qarşı yox sadəcə bir və ya iki insana qarşı inkişaf etdirilən davranışdır. Birdən çox şəxsə qarşı yönəldilmiş bağlanmanın inkişafı zamanı, bağlılığın intensivliyi bağlananın yönəldiyi obyektə görə dəyişəcək və o, iyerarxik quruluş təşkil edəcəkdir. Məsələn: Anaya qarşı dərin bir bağlanma inkişaf etdirən körpə, digər qohumlara qarşı daha az intensivlikdə bir bağlılıq inkişaf etdirəcəkdir. Bu baxımdan, bağlanmada iyerarxik bir quruluş vardır və bu xüsusiyyət spesifiklik olaraq adlandırılır.

Bağlanmanın digər xüsusiyyəti onun müddətidir, bağlanma həyatın böyük bir hissəsini əhatə edən bir davranış növüdür. Uşaqlıq dövründə inkişaf etdirilmiş və qurulan bağlılıq davranışları zamanla azala bilər və yerinə yeni bağlar yarana bilər, lakin çox zaman yaşamın ilk dönəmində qurulan bağlanmalar uşağın həyatı boyu davam edir. Bağlanmanın yaranması, davam etməsi,

yox olması və yeni bir bağlılığın yaranması zamanı, insanda dərin emosianal reaksiyalar yaranır. Bağlanmanın əvvəlində pozitiv emosiyalar görülərkən, ayrılıq zamanı təşviş, narahatlıq və kədər kimi emosiyalar müşahidə edilir (N. Sargın & S. Avşaroğlu və.s 2014).

Bağlanmanın xüsusiyyətlərindən bir digəri də ontogenez xüsusiyyətidir. Doğumdan sonra körpə ilk doqquz ay ona baxan insana qarşı bağlılıq inkişaf etdirir. Uşaqlıq dövründə isə ona baxanla yanaşı digər münasibət qurduğu insanlara qarşı da bağlılıq inkişaf etdirmək meylindədir. Bir şəxsiyyət olmaq yolunda addımlayan uşağın yaşamının bu dövründə inkişaf etdirdiyi bağlanma davranışı ümumiyyətlə yaşamının digər dövrlərində də davam edir (Anbar, 2013).

Bağlanma davranışına aid olan bir digər vacib element öyrənmədir. Bağlanma davranışını inkişaf etdirmək üçün lazım olan ən təməl şərt bağlılıq qurulan insanın digər insanlardan ayırd edilə bilməsidir. Uşaq tərəfindən tanıdıq və ya yad insanın fərqləndirilməsinin öyrənilməsi bağlılığın təməlini yaradır. Bu aspektdən öyrənmə, bağlanmanın təməl xüsusiyyətlərindən biridir (Atak & Taştan, 2012) .

İnsan üçün önəmli bir hissəyə malik olan orqanizasiya (təşkilat) bağlanmanın da təməlini təşkil edən elementlərdən biridir. Erkən uşaqlıq dönəmində, bir çox xarici stimullarla və ödənilməsi gərək ehtiyaclarla qarşılaşılır. Bu vəziyyətdə, körpə stress yaşayar və bu stress anında ananın göz kontaktı, səsi, üzü, qoxusu və toxunması körpə üzərində sakitləşdirci təsirə malikdir. Bu hal orqanizasiya yəni təşkilat ünsürü ilə açıqlanmaqdadır (Demirtaş, 2012) .

Son olaraq bağlanmanın bir digər xüsusiyyəti bioloji funksiyasıdır, demək olarki bütün məməli növlərində həyatda qalmaq istəyən yeni doğulmuş bala, anaya bağlıdır. Balaca, zəif və gücsüz yeni doğulmuş bala təhlükədən qurtulmaq, həyatda qalmaq üçün bir yetkinə xüsusəndə anaya ehtiyac duyur. Yeni doğulmuş bala, onu qoruyan və həyatda qalmasına kömək edən güclü yetkinə, anaya qarşı bağlılıq inkişaf etdirər. Bu durum, həyatda qalmaq instikti və güvəndə hiss etmə ehtiyacının nəticəsidir.

John Bowlby-ə görə fərdin valideynləri ilə əldə etdiyi təcrübələr, bağlılıq və yetkinlik dönəmində yaşadığı romantik münasibətlər, evlilik və öz uşaqlarına qarşı tətbiq etdiyi valideynlik tərzi arasında səbəb-nəticə əlaqəsi vardır. Erkən uşaqlıq illərində, uşağın valideynləri ilə və ya ona baxan şəxs arasında qurduğu bağlılıq, uşağa güvənli bir təməl yaradaraq onu xarici dünyanı kəşv etməyə yönəltməkdədir. Bu tərzdə böyüdülən uşaqlar, yetkinlik dönəmində daha sağlam münasibətlər quracaq və özü dünyaya uşaq gətirdiyi zaman daha sağlam valideynlik tərzi inkişaf etdirəcəkdir.

Bağlanma bir insanı digərinə zaman və məkanda bağlayan dərin və davamlı emosional bağdır. Bağlanmanın qarşılıqlı olması lazım deyil. Qarşılıqlı olmasa belə, insan başqa bir fərdlə bağlana bilər. İnsanlar arasındakı emosional əlaqə onların bağlanma qabiliyyətindən və bağlanma tərzindən asılıdır. İnsanların həyatlarında olan digər insanlar (həyat yoldaşı, uşaqlar, bacı-qardaşlar, dostlar və hətta insanın özüylə, valideynləriylə) ilə qurduqları bağ çox vaxt həyatın ilk illərində erkən uşaqlıq dönəmində onlara baxım verənlə (adətən valideynlərlə) qurulan bağla güclü şəkildə əlaqəlidir. İnsanların yetkinlik dönəmində şəxsiyyətlərarası münasibətlərində yaşadıqları çətinliklər, bənzər şəkildə yaşamın ilk illərində erkən uşaqlıq dönəmində uşağın ona qayğı göstərənlə (valideynlər) yaşadığı təcrübələrə dayanır.

1.1.1. Bağlılıq nəzəriyyələri və problemlə bağlı araşdırmalar

Ümumidünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST) 1950-ci ildə John Bowlby-ni Londondakı kimsəsiz uşaqların çoxunun psixi sağlamlığı üzərində bir araşdırma təqdim etməyə çağırdı. Bu çağırış, oğlan uşaqları arasında erkən yaşda anadan ayrılmalar ilə sonrakı dönəmlərdə cinayətkarlıq arasında müsbət və güclü bir əlaqənin olduğuna işarət edən “44 oğru uşaq: şəxsiyyətləri və yaşamları” (Bowlby, 1944) mövzulu məqaləsini nəşr etdikdən sonra gəldi. Ümumidünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST) hesabatı, xüsusilə yaşamın ilk üç ilində anadan ayrılığın uşaqları artan fiziki və psixi xəstəliklər riskinə saldığına işarə edirdi. Təsirli olmasına və pozitiv qəbul görülməsinə baxmayaraq hesabatın çatışmayan bir hissəsi var idi, yaşamın erkən illərində anadan ayrılığın nə üçün bu dərəcədə mənfi təsirlərə yol açdığını açıqlamaqda uğursuz idi (Hazan, 1998).

John Bowlby, psixoanaliz təlimi almışdır, lakin hələ uşaq terapiyasını tətbiq etməyə başlayan kimi özünü psixoanalitik nəzəriyyənin çatışmazlıqları olaraq qəbul etdiyi problemlərlə üz-üzə tapdı. Psixoanalitik nəzəriyyənin ən çox tənqidə açıq yanı fantaziya və daxili aləm üzərində, başqa hərşeyi təcrid edər şəkildə fokuslanması idi. Eyni zamanda, psixoanalitik nəzəriyyə ilə John Bowlby-in öz müşahidələri arasındakı ziddiyyətlər onu narahat edirdi. Psixoanalitik nəzəriyyəyə görə “uşaqlar, analarını onların aclıq ehtiyacını təmin etdikləri üçün sevərlər”, lakin bu yanaşma ilə internat evindəki uşaqların nəzarətçilər tərəfindən baxım görməsinə baxmayaraq narahat və təşvişli olması hətta inkişaflarında geriləmənin olması ilə uyğun gəlmirdi. John Bowlby-in psixoanalitik nəzəriyyədə gördüyü bu çatışmazlıqlar onun Ümumidünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST) hesabatında da yaranan suallarla bir cavab axtarışına başlamasında təsirli olmuşdu.

Bu axtarış, onu elmi ədəbiyyatları araşdırmağa təşviq etdi, lakin o cavabın önəmli bir hissəsi olduğuna inandığı şeyi etologiyada tapdı. Quşların və məməlilərim bağlanma davranışlarıı ilə əlaqəli araşdırmalar onun düşüncələrində xüsusi təsirə malik oldu. Bu araşdırmaları onu, ananın yoxluğunun doğuşdan gələn bir ehtiyacın ödənilməsini əngəllədiyi üçün uşağın inkişafı baxımından zərərli olduğu görüşünə gətirdi. Lorenz və Tinbergen kimi etoloqların işləri anadan gəlmə və intiktiv meyllərin belə əlverişsiz olduğu mühitlərdə necə təhrif olunduğu və ya inkişafda uğursuz ola bildiyini göstərən heyrətamiz nümunələrlə təmin etdi (Doinita & Maria, 2015). Təxminən 20 il sonra, John Bowlby bağlanma nəzəriyyəsi üzərində araşdırmalarını inkişaf etdirərək üç təməl cildli kitabından ilkini nəşr etdi. Daha sonra bağlanma nəzəriyyəsi üzərində edilən araşdırmalar getdikcə genişlənməyə və inkişaf etməyə başladı.

Son illərdə ana-uşaq münasibətləri ilə bağlı araşdırmaların əhəmiyyətli hissəsini bağlanma mövzusunun təşkil etdiyi müşahidə edilmişdir (Donley, 1993). Bu vəziyyətin ən əsas səbəbi, valideyn-uşaq münasibətlərini təfərrüatlandıra bilmənin hər iki nəsil üçün getdikcə daha çox əhəmiyyət kəsb etməsidir. Çünki bağlanma ikitərəfli bir prosesdir. Bir çox tədqiqatçılar ana-uşaq münasibətlərinin davamlılığının sonrakı təcrübələrin əsasını təşkil etdiyini iddia edirlər (Roe & Drivas, 1993). Galbo (1984) bir gəncin həyatında ən vacib insanların anası və atası olduğunu qeyd edirdi. Lecroy (1988) bildirdi ki, valideynlərlə yaxın münasibət gənclərin psixi sağlamlığında həlledici rol oynayır (A.Ş. Soysal & Ş. Bodur və.s 2005).

Bağlanma nəzəriyyəsi üzərində araşdırmalar edərək bu nəzriyyəni aydınladanlardan biri də Harry Harlow olmuşdur. Harry Harlow, bala meymunlardan istifadə edərək apardığıtədqiqatardan vacib nəticələr əldə etmişdi.

Bala meymunlardan bir qismini doğulduğu andan etibarən analarından və digər meymunlardan ayıraraq təcrid olunmuş bir mühitdə saxlayaraq Harry Harlow, meymunların bir qismini 3, bir qismini 9 və bir qismini 12 ay müddətində digər meymunlardan təcrid olunmuş mühitdə saxladıqdan sonra digər meymunların arasına salmışdır. Təcrid olunan bala meymunların digər bala meymunlara nisbətən daha çox təşvişli, aqressiv və hücumçu davranışlar göstərdiyi olduğunu müşahidə edilmişdir. Bundan əlavə, bu mənfi davranış və hisslər ilə təcrid müddəti birbaşa mütənasib olaraq dəyişir. Bu nəticələr, ana ilə qurulan bağların sosial davranışlara təsir etdiyini göstərir.

Harry Harlow-un, bir digər tədqiqatı ana ilə körpə arasında qurulan bağın səbəbləri ilə əlaqəlidir. Bu tədqiqatda Harry Harlow, bir qrup bala meymunu analarından ayırmış və bir otağa qoymuşdur. Bu otaqda iki ədəd suni ana meymun vardır. Bu suni meymunlardan biri

dəmir tellərdən hazırlanıb və sinə nahiyəsində süd dolu butulka bağlanmışdır, digər suni meymunda isə heç bir qida maddəsi yoxdur, lakin ətrafı yumuşaq və isti tüklərlə örtülmüş maketdir. Edilən müşahidələr göstərmişdir ki, bala meymunlar adətən günlərinin çox hissəsini yumuşaq və isti tüklərlə örtülmüş suni ana meymunla keçirmişdir. Digər suni ana meymuna isə yalnız acdıqları zaman gedirmişlər. Bala meymunlara qorxulu bir əşya göstərdikləri zaman isə onlar, tüklü maketə doğru qaçırdılar. Təhlükə anında rahat və yumuşaq bir qucağa ehtiyacın olmasının qidaya olan ehtiyacdan daha üstün olduğu bu tədqiqat bəticəsində göstərilmişdir. Bu tədqiqatlardan da göründüyü kimi körpənin ana qucağında daha güvəndə hiss edir və anayla olan bağlılıq davranış və duyğulara birbaşa təsir edir (E. Öztürk, 2020).

Bağlanma nəzəriyyəsi ilə əlaqəli digər bir araşdırmanı 1979-cu ildə Mary Ainsworth aparmışdır. Mary Ainsworth, Bolwby-in etoloji üzərindəki düşüncələriylə tanış idi, lakin bunun ana və körpə arasındakı bağlılığı anlamaq üçün kifayət olmadığını hesab edirdi. Mary Ainsworth, Şərqi Afrika Sosial araşdırmalar institutunda işlədiyi Ugandaya getdi və bu institutun köməyi ilə öz tədqiqatlarını aparmağa başladı. Mary Ainsworth-un bağlanma nəzəriyyəsinə aid çalışmaları Uganda və Baltimore olmaqla iki layihə üzrə ayrılır (D. Marry & S. Ainsworth, 2015).

Uganda tədqiqatında Mary Ainsworth, yeni doğulmuş süddən kəsilməmiş körpələri (1-24 aylıq) olan 26 ailəni 9 aya qədər olan dövrdə ziyarət edərək günün ikinci yarısı 2 saat ərzində müşahidə apardı. Bu müşahidə ərzində Mary Ainsworth anayla uşaq arasındakı münasibəti incələyir və nə zaman ana uşağın davranışlarına, ağlamasına necə reaksiyalar verir onu incələməyə başlayır. Bu tədqiqatın məqsədi ana və uşaq arasındakı qarşılıqlı əlaqənin fərdi fərqlərini araşdırmaq və körpənin verdiyi reaksiyalara ananın həssaslığını dəyərləndirmək idi. Bu ziyarətlərdə, körpənin emosianal ehtiyaclarını anlayıb qarşılaya bilən və onlarla sevgiylə münasibət quran analar yüksək həssas olaraq dəyərləndirilmişdir. Körpəsiylə münasibət qurmaqda çətinlik çəkən və onun ehtiyaclarını anlamaqda əziyyət çəkən analar isə aşağı həssas olaraq dəyərləndirilmişdir.

Bu tədqiqat nəticəsində Mary Ainsworth, bağlanma növlərini A, B və C olmaqla 3 qrupa ayırmışdır. B qrup uşaqlar, anaları onlardan uzaqlaşdığı zaman stress əlamətləri göstərir, daha sonra sakitləşir və anaları geri qayıtdığında şən reaksiya verirlər. C qrup uşaqlar, anaları onlardan ayrıldığı zaman güclü stress əlamaətləri göstərərək sakitləşə bilmir, anaları geri dönən zaman isə həm onunla yaxınlaşır, həm də onu rədd edir. A qrupunda olan uşaqlar isə anaları onlardan ayrıldığı zaman heç bir reaksiya göstərmir və anaları geri qayıdan zaman yenədə yaxınlıq qurmağa reaksiya göstərmir və ananı görməzdən gəlir.

Uzunlamasına edilən bu araşdırmaya görə B qrupundakı analar, körpənin emosianal ehtiyaclarına və onlardan gələn siqnallara digər iki qrupa nisbətən daha yüksək həssaslıq göstərmişdir. Ananın körpənin ehtiyaclarını qarşılaması və ondan gələn siqnallara cavab vermə dərəcəsi, uşağın xarici aləmdən gələn stimullara qarşı reaksiyasını və gözləntilərini müəyyən edir. Bu ehtiyacların qarşılanması, xarici stimullara yönəlmiş müsbət qavrama inkişaf etdirməsini təmin edərkən, ehtiyaclarına cavab ala bilməyən uşaqlar isə təşvişli bir davranış növü inkişaf etdirəcəkdir.

Ganda araşdırmasının dataları üzərində düşünən zaman Mary Ainsworth, daha əvvəl heç bir araşdırmaçının etmədiyi bir müşahidə layihəsi olan Baltimore layihəsi üzərində işləməyə başladı. Yenə təbii müşahidə aparmağa qərara gəlmişdi, lakin burada müsahibələr daha az rol oynayacaqdı. Baltimore ailəsindən olan 26 iştirakçı işə qəbul edildi. İlk ay 18 ev ziyarəti ilə başlayıb 54 həftə davam elədi. Hər ziyarət anaların rahat hiss edib normal rutinlərinə davam edə bilmələri üçün 4 saat çəkdi və hər ailə üçün təxmini 72 saat data toplama ilə nəticələndi. Bu tədqiqatda, ana ilə körpə arasındakı münasibətlər daha dərindən ələ alınmış və incələnmişdir. Burada, ana və körpənin üz-üzə qarşılıqlı əlaqələri, ağlama, yaxın fiziki təmas, itaət, yaxınlaşma davranışı üzərində analizlər edildi. Körpələrin siqnallarına qarşı anaların nə qədər həssas və tez cavab verməsi fərdi fərqləri gözəçarpacaq şəkildə ortaya qoydu. Analar, öz oyun davranışlarını uşağınkı ilə uyğunlaşdırdığı zaman uşaqlar əyləncəli, gülümsəmə və səs çıxarmayla reaksiya verdi. Lakin, analar üz-üzə əlaqəni sakit və gülümsəmə ifadəsi olmadan başlatdığı zaman sonrakı münasibətdə sakit və qısa idi. İlk aylarda ananın körpənin ağlamasına qarşı yüksək dərəcədə həssaslıq göstərməsi sonrakı aylarda uşaq daha az ağlayır və üz ifadələri, mimikalar və səsə qarşı daha etibar etməyə meylli olurlar. Bənzər şəkildə ilk aylarda daha çox təmas edən, qucaqlanan uşaqlar sonrakı aylarda daha az təmas istədiləq, ancaq təmas olduğu zaman isə bunu tətmin edici qəbul etdilər və sevgi dolu olaraq sinifləndirildilər. Mary, bu nəticələri ana ilə olan ilk aylarda tətmin edici və ya rədd edici təcrübələrə əsaslanan uşağın sonrakı dönəmdə olan gözləntilərinə istinad olaraq açıqladı (S. Goldberg & J. Kerr, 2000).

Amerikalı psixiatr Zeanah (1997), bağlanmanın keyfiyyətini ana və uşaq arasında olan münasibətin müəyyən etdiyini qeyd etmişdir. Ana və uşaq arasında olan münasibətin təməli erkən uşaqlıq dönəmində fizioloji ehtiyacların ödənilməsinə dayanır. İnsan doğulduğu andan etibarən onun aclıq, susuzluq kimi təməl ehtiyaclarının ödənilməsi ana tərəfindən qarşılanır. Daha sonra ananın uşaqla keçirdiyi vaxt və bu vaxtı necə idarə etdiyi önəm daşıyır. Uşağın sosial və emosional baxımdan inkişaf etməsində mövcud bağın güclənməsində ananın həssaslığı çox vacibdir (İsabella, 1993). Ana və uşaq münasibətində həm ana, həm də uşaq bir-

birlərinin emosiolarına cavab verdikləri dərəcədə aralarındakı emosioanal münasibətin keyfiyyəti artmaqdadır (İsabella, 1993).

Bağlanma nəzəriyyəsinin genişlənməsində mühim rol oynayan Mary Ainsworth, ana və uşaq arasında bağlanma tərzinin inkişaf etməsində, ananın uşağın işarətlərinə qarşı həssaslığını müəyyən etmişdi. Ainstworth hesab edirdi ki, həssas bi r ana bunları edər:

1. Uşaqdan gələn siqnalları diqqətlə və anında qəbul edər.
2. Bu siqnalları uşağın perspektivinden baxaraq düzgün şərh edər. Məsələn, uşaq ağladığı zaman ana, bu ağlamanın aclıqdan, qorxudan, narahatlıqdan, ağrıdan və yaxud sıxıntıdanmı qaynaqlandığını bilir.
3. Uşağın verdiyi siqnallara uyğun reaksiya göstərir.
4. Uşağın məyusluqlarında, onun bu, məyusluğa tolerantlıq göstərə bildiyi zamana qədər reaksiya göstərir. Məsələn, uşaq ağrıdan ağlayırsa, ana uşağın ağrıya dözə bildiyi ana qədər ona reaksiya verir (N. Sargın & S. Avşaroğlu və.s 2014).

Judith Solomon və Mart Main, uşaqların bağlanmasını daha dərindən incələyərək araşdırmışlar. Bu tədqiqat, anayla uşaq arasında “həll olunmamış” bağlanmaya daha çox fokuslanmışdır. “Həll olunmamış” bağlanma uşaqların anaları ilə yaşadıqları stressli və ya qorxulu təcrübələri ardından necə reaksiya verdiklərini araşdırmağa yönəlmişdir. Bu tədqiqatda da Mary-nin A, B və C qrupundakı modelə istinad edir. Eyni tədqiqat zamanı Judith Solomon və Mart Main uşaqların bəzilərinin qorxduğunu, ananın yenidən gəlməsi zamanı ona yaxınlaşaraq stabil bir reaksiya vermədiklərini və uzaqlaşdırqlarını müşahidə etmişdilər. Edilən bu araşdırma, “qarışıq bağlanma” adı verdikləri bağlanma stilini irəli sürdü. Bu tədqiqatda qarışıq bağlanma göstərən uşaqların itki, travma və ana tərəfindən pis münasibət göstərilməsi kimi halların olduğunu göstərmişdir. Bu tədqiqatlar, ana və uşaq arasında qurulan bağların illər içində dəyişmədiyini və daha sonra uşağın həyatının digər dönəmlərində bütün münasibətlərinin təməlini qoyduğunu göstərmişdir.

Bağlanma nəzəriyyəsinə başqa bir yanaşma Cindy Hazan və Phillip Shaver-in romantik münasibətlər və bağlanma yanaşmasıdır. Hazan və Shaver romantik sevgi münasibətlərinə bağlanma nəzəriyyəsi ilə yeni və dəyərli bir baxış bucağı qazandıra biləcəklərini iddia edirdilər. Onlara görə yetkinlik dönəmində partnyora qarşı oan bağlanma ilə uşaqlıq dönəmində körpənin ona baxana qarşı inkişaf etdirdiyi bağlılıq arasında əlaqə vardır. Hazan və Shaver bu istiqamətdə iki mərhələli tədqiqat keçirmişlər, hansıki yetkin bağlanmayla əlaqəli aparılan ilk tədqiqatdır. Tədqiqatda, sorğu və anketlərdən istifadə edərək yetkin insanların bağlanma stilləri və romantik münasibətləri arasındakı əlaqə araşdırılmışdır. Tədqiqatın nəticəsinə görə, uşaqlıq

dönəmindəki bağlanma tərzi, yetkinlikdə qurulan romantik münasibətlərə təsir göstərir. Eyni zamanda bu tədqiqat, bağlanma nəzəriyyəsiylə münasibətlər arasındakı əlaqəninin önəmini vurğulamışdır (S.Terzi, 2014).

John Bowlby, doğulduğu andan etibarən körpənin psixi sağlamlığının müsbət yöndə inkişaf etməsi üçün anayla olan bağlılığın önəmini də vurğulamışdır. Beynin inkişafının böyük bir hissəsi yaşamın ilk 3 ilində tamamlanarkən bioloji hormonlar da istehsal edir. Genetik kodlar da daxil olmaqla bu hormanlar xarici mühitin sosial davranışlarına görə formalaşır. Bu hal, beynin bioloji və sosioloji quruluşunu təsdiq edir.

Beynin inkişafının böyük bir hissəsi doğumdan sonra inkişaf etməyə başlayar, əgər valideynlər uşaqlara daha pozitiv çevrə bəxş edərsə uşaqlar daha sağlam inkişaf edərlər. Bağlanma ilə əlaqəli aparılan beyin görüntüləmə araşdırmalarında ana ilə uşaq arasında qurulan bağlanma münasibəti, beynin mükafat alma hissəsini aktivləşdirdiyi müşahidə edilmişdir (F. Pehlivan, 2021).

Hələ tam təsdiqlənməmiş bir başqa yanaşma isə ana ilə uşaq arasındakı bağlılığın hamiləlik dönəmindən başladığına aid yanaşmadır. Ana bətnində olan döl ananın emosiyalarına reaksiya verə bilir. İyirmi altıncı həftədən etibarən dölün qavrama, reaksiya göstərmək və eşitdiyi məlumatları tutma kimi qabiliyyətlərinin olduğu bilinir. Beləliklə, ana bətnində ananın hiss etdiklərini və ananın bədənində meydana gələn dəyişikliklərin uşağa transfer edə bilməsi bağlanmanın ilk təməlini qoyur. Hamiləlik dönəmində ananın qarnına toxunaraq körpənin fiziki olaraq hiss edilməsi və qəbul edilməsi bağlılığın ilk təməlinin qoyulması üçün olduqca vacibdir (A. Şebnem & Ş. Bodur, 2005).

1.1.2. Bağlanma tərzləri və onların əsas xüsusiyyətləri

Bağlanma tərzi, anayla uşaq arasında uşaqlıq dövründə yaşananlarla bağlıdır. Yəni beynin bağlanma fenomenini "güvən, istilik və qoruma" ilə yoxsa "qorxu, tərk edilmə və yalnızlıq" ilə əlaqələndirdiyi və uyğunlaşdırdığı ilə bağlıdır. Doğulan zaman uşaqda heç bir oriyentasiya və özüylə əlaqəli güvəni yoxdur. Uşaq anaya güvəndiyi qədər həyata güvənəcəkdir. Şəxslərarası bağlanma, çox böyük ölçüdə emosionaldır, burada əsas olan qarşıdakı şəxsin orada olması deyil, necə orada olduğudur. Məsələ o şəxsin duyğularıyla və ən önəmlisi sevgiylə orada olub olmadığıdır. İnsanın duyğularının kökü bağlanma prosessində dayanır və duyğuların mübadiləsi bağlanma prosessinin əsas komponentidir. İnsanların bir-biriylə paylaşdığı duyğular, onların bir-birlərinə qarşı necə reaksiya verdikləri haqqında məlumat verir. Ananın

uşağı ilə olan münasibəti emosional cəhətdən keyfiyyətli olmadığı zaman uşaq özünü maşın kimi hiss edə bilər. Bağlanma tərzlərini belə açıqlamaq olar (Schore, 2013):

Güvənli bağlanma: Anadan ayrılıq anında narahat olur, başqaları tərəfindən sakitləşdirilə bilər, anayla təkrardan qovuşduqdan sonra çox sevinir və qucaqlayır. Digər hallarda sakit, dinc, xoşbəxt və uyumludur. Güvənli bağlanmış uşaqlar, müəllimləri və dostlarıyla yaxın münasibətlər qurmaqda və davam etdirməkdə daha uğurludurlar. Güvənli bağlanma, psixoloji rifah və emosianal sağlamlıq, özünə inam kimi psixi göstəricilərlər müsbət əlaqəlidir. Güvənli bağlanma, emosiyaların başa düşülməsi, problem həll etmə bacarığı, vicdan hissinin inkişafı və müsbət mənlik anlayışının formalaşması ilə əlaqələndirilir. Güvənli bağlanan uşaqlar təşvişi və bənzər mənfi emosiyalarla fokuslanmaq yerinə problemi necə həll edəcəklərinə daha çox yönəlirlər, beləliklə təşvişi və qorxuları nəzarət altında saxlayaraq bu mənfi emosiyaları maraqlı şəkildə istifadə edə bilirlər. Güvənli bağlanan uşaqların anaları, uşağın müsbət emosiyaları ilə yanaşı mənfi emosiyalarını da qəbul edir və uşağın onu narahat edən halların azad şəkildə ifadə etməsi üçün uyğun olan mühiti yaradırlar. Mənfi emosiyaların da həyatın bir hissəsi olduğunu başa düşmələri üçün bu kimi halları fürsət olaraq qiymətləndirirlər. Valideynlər də uşaqların həm müsbət, həm də mənfi hisslərini qəbul edici münasibətlə qarşılamaları və emosiyaları haqqında açıq danışmağa təşviq etməsi uşağın mənlik şüurunun inkişafını dəstəkləyir. Güvənli bağlanan bir uşaq, münasibətlərə etibar edərək onu idarə etməyi öyrənərək, güvənilir baxım verən modeli ilə sevgi və qayğıya layiq olduğu mənlik şüuru modeli inkişaf etdirir və bu modeli daha sonra quracağı bütün münasibətlərinə daşıyır. Bağlanma figuruyla qurulan güvənli münasibətin, körpənin özünü güvəndə hiss etməsi, ehtiyaclarının ödənilməsi, emosional yaxınlıq görmək gözləntisinin qarşılanması kimi müsbət halda irəliləməsi zamanı körpə özünü sevilməyə və təsdiqlənməyə layiq görərək dəyərli olduğunu hiss edəcəkdir. Beləliklə, başqalarınıı və dünyanı etibarlı və müsbət yer kimi qəbul edəcək və emosiyalarını asanlıqla ifadə edəcəkdir (N. Sargın & S. Avşaroğlu və.s 2014).

Təşvişli bağlanma: Təşvişli bağlanan uşaqlar anaları onlardan uzaqlaşdığı zaman olduqca güclü qorxu, təşviş və əsəbilik göstərirlər. Xüsusilə ikinci qısa ayrılıqdan sonra yenidən qovuşma zamanı anaya qarşı qaçınqan olurlar və yad bir insana qarşı analarına qarşı olduqlarından daha çox dostca davranış göstərə bilirlər. Ana yenidən uşağın yanına qayıtdığı zaman uşağın mənfi emosiyaları hələ də davam edər, asanlıqla sakitləşməz və başqa şeylərlə məşğul olmaq mövzusunda istəksizdirlər. Bu bağlanma tərzinə sahib olan körpələrin analarının uşaqların kömək çağırışına qarşı daha az cavab verən qrupda olduqları müşahidə edilmişdir. Xüsusilə körpələri ağladıqları zaman, onlarla maraqlanmadıqları və körpələri qucaqlarına aldıqları zaman daha az şəfqətli olduqları müşahidə edilmişdir. Bu körpələrin güvənli

bağlananlara nisbətən gün ərzində daha çox ağladıqları, ayrılıqlara daha az etiraz etdikləri və anaları ilə yenidən birləşdiklərində onları ağlayaraq qarşıladıqları müşahidə edilmişdir.

Anaya təşvişli bağlanan və müqavimət göstərən olaraq sinifləndirilən uşaqlar, anayla yaxın təmas qurmaq, onunla əlaqədə olmağa və təmas qurmağa qarşı müqavimət göstərmək arasında qərarsızdılar. Bəziləri digər körpələrə nisbətən daha çox əsəbi, bəziləri isə daha passivdirlər. Ainsworth-a görə təşvişli müqavimət (anxious-resistant attachment) göstərən körpələr, onlara baxan yanlarındaykən başqalarıyla və ətraflarıyla maraqlanırlar. Lakin, hər hansısa bir ayrılıq vəziyyətinin ardından həm ona baxanla bir yerdə olmaq, həm də uzaqlaşmaq istəyirlər, ana ilə uşaq arasındaki bağın təməlində əmin çevrə arayışı olduğunu söyləyir. Çevrə etibarlı deyilsə təşviş davranışının ortaya çıxması diqqət çəkir

Qaçınqan bağlanma: Ainsworth-a görə təşvişli müqavimət (anxious-resistant attachment) göstərən körpələr, onlara baxan şəxslər yanlarında olduğu zaman araşdırıcı davranışlarına davam edir və öz emosiyalarını bu şəxslə paylaşmırlar. Ancaq, baxıcıları hər hansı bir halda mühitdən uzaqlaşıb geri gəldiyi zaman heç bir dəyişiklik olmamış kimi məşğul olduqları işə diqqətlərini yönəldərlər. Təşvişli bağlanan uşaqlar, bağlanma ilə əlaqəli təhdidlərə qarşı ifrat hipersayıq olarkən, qaçınqan bağlanma tərzinə sahib olan uşaqlar isə stressli hallar zamanı bağlanma ilə əlaqəli olan duyğularını basdırırlar. Analarının gedişindən narahat olmamış kimi görünürlər və anaları geri qayıtdığında isə yaxın olmaqdan qaçınır sakit və ya diqqətsiz görünürlər. Fiziki təmas və ya rahatlama ehtiyacı duymurlar, analarına yaxın olmaq üçün heç bir səy göstərməzlər. Körpə, anasına qarşı rəddedici, laqeyd, biganə olaraq fiziki təmas və yaxınlıq ehtiyacını rədd edən bir şüura sahib olur. Beləliklə bağlanma ehtiyacı aktivləşdiyi zaman, ifrat dərəcədə yaxın olma və qaçınma münaqişəsini də gətirir. Digər körpələr kimi analarıyla yaxın təmas qurmaq istəsələr də, rədd edilmə gözləntiləri səbəbiylə sanki analarıyla aralarında heç bir bağ yoxmuş kimi davranırlar.

Qaçınma tərzinə malik olan uşaqlar, anaları məsafəli davranaraq onları təcrid etdiyi üçün onunla yaxınlıq əlaqəsi qurmazlar və nə etsələr də analarını məmnun edə bilməzlər. Böyüdükcə daimi tənqid edildiklərini və onlarla maraqlanılmadığını anlayar. Bu səbəbdən rədd edilməkdən, tərk edilməkdən, qəbul edilməməkdən ifrat dərəcədə qorxurlar və təşviş içində yaşayarlar. Həm emosiyanal quruluşa malik olan, həm də rədd edilən və tənqid edilən uşaqlar qaçınqan bağlanma tərzini inkişaf etdirməyə meyllidirlər. Bu uşaqların, ümumilikdə, məsafəli, soyuq, tənqid edici, təhqir edici və pis davranan anaları vardır. Bu uşaqlara, çağalıq dövrlərinə, boşluq duyğusu, rədd edilmə və anlayışsızlıq təcrübələri damğasını vurmuşdur.

Qarışıq/Qeyri-Müəyyən bağlanma: Bu bağlanma tərzi, təşvişi idarə etmək üçün ardıcıl strategiyanın olmaması ilə xarakterizə olunur və qaçınma-ambivalent davranışının qarışığı ilə meydana çıxır. Bu bağlanma tərzinin, uşağa baxan şəxs depresiyaya düşdüyü zaman, narahat olduğunda və ya körpəyə istismar edici bir şəkildə davrandığında ortaya çıxdığı görüşü vardır.

Bağlanma davranışının yaranması və inkişafı:

Birinci mərhələ: 0-2 ayı əhatə edir, doğuşdan dərhal sonra yaranan bağlanma, əmmə zamanı döşün axtarılması, başın çevrilməsi, udma, barmaq əmmək, tutmaq, anaya tərəf dönmək, qidalanma vaxtını təyin etmək və hazırlanma şəklində özünü göstərir. Bu mərhələ, doğuşdan başlayaraq on iki həftəlik dövrünə qədər uzana bilir, əlverişsiz şəraitdə böyüyən uşaqlar üçün bu mərhələ daha çox uzana bilər (Karateke, 2010).

İkinci mərhələ: 2-7 ayları əhatə edir və bağlanma davranışının ən asan aktivləşdiyi 6 aydan 5 yaşa qədər olan dövr, ananın əlçatanlığı ilə bağlı gözləntilərin inkişafı baxımından ən həssas dövrdür (Bovlby, 2014). Bu mərhələdə körpə anasını görəndə gülümsəyərək daha çox səslər çıxarır və başqasına baxdığından daha uzun müddət anasını gözləriylə izləyir (Bowlby, 2012). Təxminən altı ayda körpələr analarını tanımağa, başqalarına nisbətən anaya daha çox baxmağa, anaya çevrilib onu təqlid etməyə və ona toxunmağa başlayırlar. Bu davranışlar uşağın idrak inkişafı ilə də bağlıdır. Bu aylarda körpələr, analarının daimi qalıcı və unikal varlıq olduğunu başa düşürlər. Bu aylardan sonra körpənin anaya bağlılığı güclənir. (Makkobi, 2012).

Üçüncü mərhələ: Bu mərhələ 7-24 ayları əhatə edir və bu mərhələ, aydın şəkildə bağlanma mərhələsi olaraq adlandırılır. Körpə artıq anasını əsas təməl bağlanma fiquru olaraq müəyyən edir. Daima anasını axtarmaq, onu tapmaq və vaxt keçirmək istəyir (Karateke, 2010). Bu mərhələdə körpənin insanlara qarşı davranışı getdikcə dəyişməyə başlayır beləki körpənin reaksiyaları getdikcə ananı digərlərindən daha çox fərqləndirilməklə yanaşı, ana gedəndə onu izləmək, qayıdanda onu salamlayacaq qədər genişlənir. Tanımadığı yad adamlara qarşı zaman keçdikcə daha çox ehtiyatla yanaşır və yad insanlara qarşı qorxu və ya geri çəkilmə davranışı göstərir (Bowlby, 2012). Körpə diqqətini bütün ehtiyaclarını ödəyən insana yönəldir. Doqquz aylıq olduqdan sonra, xüsusilə uşaq təhlükə hiss etdikdə, anaya yapışmaq yəni yad birinin varlığı zamanı meydana gəlir (Bowlby, 2012). On səkkiz aylıq körpə, özünü təhlükədə hiss edən zaman tanımadığı adamla necə davranacağını daha yaxşı qavrayır, anasına doğru qaçır və ya həmin məkandan çıxır. Beləliklə, yad adamın varlığına qarşı olan qorxu dövrünü də geridə qoyur. Körpənin bu vəziyyətin öhdəsindən gəlmək qabiliyyətinin inkişafı güvənli bir bağlanmanın inkişafı ilə bağlıdır. (Karateke, 2010).

Dördüncü mərhələ: iyirmi dörd ay və sonrakı dövrləri əhatə edən bu mərhələdə bağlanma davranışı demək olar ki, üçüncü ilin sonuna qədər bir çox uşaq tərəfindən çox güclü və davamlı olaraq nümayiş etdirilir (Bowlby, 2012). Uşağın bağlılıq inkişaf etdirdiyi şəxslə başlayan sosial münasibətlərində ən sıx emosioları bağlanmanın qurulması, saxlanması, pozulması və ya yenilənməsi zamanı yaşayır. Bağlı olduğu şəxs ilə ikisi arasındakı bağ təhdid edilmədən qorunduğu müddətcə, uşağın etibarlı bir bağlılıq inkişaf etdirməsi gözlənilir. Bu vəziyyətdə müsbət zehni inkişaf ilə birlikdə sosial davranışlarında narahatlıqdan uzaq, uğurlu/müsbət münasibətlər qurması ehtimalı yüksəkdir (R. Fraley & K. Brennan, 2000).

Bowlby, eyni zamanda "ayırılıq" araşdırmalarına diqqət yetirmişdir, yəni uşaqlar baxçaya gedərkən və ya hansısa başqa bir halda analarından ayrılarkən reaksiyalarını müşahidə etmişdir. Reaksiyaları, "qarşı çıxma", "ümidsizlik" və "qopma" olaraq üç mərhələyə ayırmışdır (Masterson, 2013). Uşaq bir mərhələdən digərinə keçəndə və ya iki mərhələ arasında dəyişim etabında olarkən günlərlə və ya həftələrlə bu mərhələdə qala bilər. Birinci mərhələ, etiraz mərhələsi, dərhal başlaya bilər və ya gecikə bilər. Bir neçə saatdan bir neçə həftəyə qədər davam edə bilər. Bu müddətdə uşaq, ana itkisindən çox kədərlənir və bütün resurslarından istifadə edərək onu geri qaytarmağa çalışır. Belə ki, uşaq tez-tez yüksək səslə ağlayacaq, özünü ətrafa atacaq və itkin anasının varlığını göstərə biləcək hər hansı bir görüntü və ya səs üçün axtarışa gedəcək. Onun bütün davranışları anasının geri dönəcəyinə dair güclü bir gözlənti olduğunu göstərir. Bu arada, bəzi uşaqlar ümidsizcə bir dayəyə bağlanarkən, dayə onun üçün nəsə etməyi təklif edəndə bütün alternativ variantları rədd edə bilər (Bowlby, 2014).

Uşaqların anasının yoxluğuna reaksiyalarının ikinci tərəfi, qısa müddətli ayrılıqların belə uzunmüddətli təsirlərə malik olmasıdır. Hələ etiraz mərhələsində ikən analarına qovuşsalarda, tərk edilmə ilə bağlı yüksək səviyyədə narahatlıq, fiziki təmas və ayrılmamaq üçün təskinlik üçün həddindən artıq ehtiyac nümayiş etdirirlər (D. Marry & C. Blehar, 2015).

Ümidsizlik mərhələsinin xarakterik xüsusiyyəti ondan ibarətdir ki, uşağı sakit və hərəkətsiz saxlamaq və ona sağalmaq imkanı verməkdir. Əgər valideynlər övladlarının dediklərini nəzərə almırlarsa, onlara əhəmiyyət vermirlərsə, bu, zorakılıqdır. Özünü uşağından ayıran ana, uşaqlar arasında müqayisələr aparmaq, bir-birini qısqandırmaq da zorakılıq olaraq təyin olunur (F. Güneş, 2014). Məsələn, ananın uşağa qarşı davranışları arasında, uşağa qəzəblənmək, uşağın yaxınlaşmaq cəhdlərini rədd etmək, uşağı evdən getməklə təhdid etmək və ya onu internat evinə verməklə hədələmək kimi sanksiyalar uşaqlara böyük psixoloji zərər vurur. Bunlar təkrar-təkrar və intensiv şəkildə həyata keçirildikdə, xüsusən də ananın ehtiyac yanında olub-olmayacağına dair ciddi şübhə və etibarsızlıq yaranır və beləliklə insanın tərk edilmə qorxusunu və digər

vəziyyətlərə qorxu ilə reaksiya vermə meyliliyini artırır (Bowlby, 2012). Qorxu uşaqların inkişaf prosesində tez-tez yaşadığı duyğulardan biridir. Balaca uşaqlar analarından ayrılmaq qorxusunu yaşayırlar. Anaları olmadan heç nə edə bilməyəcəklərini və çarəsiz qalacaqlarını düşünürlər (Steifenhofer, 2000). Qəzəbli davranış həm ananın uzaqlaşmasına, həm də uşağın emosional tarazlığının dəyişməsinə səbəb olur. Sevgi dolu valideynlər tərəfindən böyüdülən uşaqlarda göründüyü kimi, bəzən "alovlu qəzəbə" bağlı güclü və dərin bir sevgi əvəzinə, qayğı dolu və qeyri-müəyyən bir emosional hal tərəfindən nəzarət altında saxlanıla bilən dərin inciklik inkişaf edir (N. Sargın & S. Avşaroğlu və.s 2014).

Bowlby nəzəriyyəsində valideynlər körpəni isti, təhlükəsiz mühitlə təmin etdikcə, uşağın valideynlə münasibət qurmaqda çox az çətinlik çəkəcəyini proqnozlaşdırır (Bee & Boyd, 2009). Nəzəriyyənin əsas məqamı isə ananın körpəsinə xarici dünyanı araşdıracağı və lazım olduqda təhlükəsizlik hissi ilə geribildirim verə biləcəyi etibarlı bir mühit yaratmasıdır (Tüzün & Sayar, 2006).

Bowlby bağlanmanın altıvəziyyətinin olduğunu iddia edir:

- Yaxınlığı qoruma davranışı: birinci bağlanılan şəxsin yanında olmaq istəyi (məsələn, ana).
- Ananın kəşfiyyat üçün mənbə kimi istifadəsi: Uşağın anasına hər yaxın olmaq istədiyi zaman anasının ona baxdığını və qarşılıq verməyə hazır olduğunu müşahidə etdikdə xoşbəxt olacaq və uzaq məsafələri kəşfə çıxa biləcək.
- Hiss etmə: Əgər ana, onun yanında və ya asanlıqla əldə edilə bilən yerdədirsə, özünü güvəndə hiss edəcək.
- Yanaşma davranışı: Anaya yaxınlaşıb onu izləmək.
- Kəşfiyyat davranışı: Xüsusilə ana fiquruna və ətrafdakı obyektlərə diqqətin intensivliyi və davamlılığıdır.
- Geri çəkilmə (qorxu) davranışı; xüsusilə ana fiquruna münasibətdə özünü necə göstərir.

Bağlanmanın daxili işləmə modeli, uşağın bağlı fiqurun mövcudluğuna və ya etibarlılığına dair əminliyi (və ya olmaması), uşağın şəfqət, sevgi gözləntisi və uşağın ətrafı kəşf etməsi üçün həqiqətən təhlükəsiz baza olduğuna inamı kimi elementləri ehtiva edir. Daxili model uşağın həyatının birinci ilinin sonuna doğru formalaşmağa başlayır və ilk 4 və ya 5 il ərzində getdikcə inkişaf edir, daha əhatəli və möhkəm hala gəlir. 5 yaşlı uşaqların əksəriyyətində anaya və ya dayəyə qarşı daxili modelə bir mənlik modelinə və münasibətlər modelinə sahibdir (Bee & Boyd, 2009). Erkən uşaqlıqda ana ilə qurulan bağlılıq sonrakı illərdə digər insanlarla qurulan münasibətlərin əsasını təşkil edir (Arslan & Arı, 2012).

Bütün valideynlər övladlarının sağlam, xoşbəxt və özünə güvənən insanlar kimi böyüməsini istəyir. Bununla belə, bu arzuolunan xüsusiyyətlərə malik olan uşaqlar, ümumiyyətlə hər iki valideynin də uşaqlara daha çox vaxt və diqqət ayırdıqları sabit evlərdə böyüyürlər. Beləliklə, valideynlik ilə məşğul olmaq çox dərin və əzəmətlidir. Eyni zamanda, valideynlik gələcək nəslin psixi sağlamlığına təsir göstərən əhəmiyyətli dərəcədə önəmə sahibdir və uğurlu valideynlik çox çalışmaq deməkdir (Deniz & Hamarta və s., 2005).

1.2. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə bağlılıq fenomeninin təzahürləri

1.2.1. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərin ümumi xarakteristikası.

Sosial varlıq olan insan üçün ünsiyyət qurmaq və digər insanlarla münasibətdə olmaq qaçınılmaz bir təbii ehtiyacdır. İnsanların qarşılıqlı münasibətləri onların bir-birini qavraması və anlaması prosesində formalaşır və inkişaf edir. Sosial psixologiyada araşdırmalar, müxtəlif növ ehtiyacları ödəmək üçün insanların ünsiyyət qurduğunu göstərir. Aid olmaq və sevgi ehtiyacı, birlikdə yaşayaraq qorxu və tənhalığı azaltma ehtiyacı, nəsli davam etdirmə ehtiyacı, fiziki ehtiyaclar və sosial ehtiyaclar misal olaraq verilə bilər (T.Doğtaş & F.Sapmaz, 2012).

İnsanların yaşamaq üçün, həyatlarını davam etdirə bilmək üçün fizioloji ehtiyacları ilə yanaşı onların emosional ehtiyacları da vardır (Atak & Taştan, 2012). İnsanlar çox zaman bu emosional ehtiyaclarını şəxsiyyətlərarası ünsiyyətlər quraraq qarşılayırlar. Emosional ehtiyacları qarşılamaq üçün qurulan münasibətlər, şəxsin öz istəyilə seçdiyi yaxınlıq, ehtiras, bağlılıq, sevgiylə qurulan bir neçə ünsiyyətlərdən ibarətdir. Yaxın münasibətlər deyiləndə, qohumluq, dostluq, sevgi münasibətləri nəzərdə tutulur.

Şəxsiyyətlərarası münasibətlər dedikdə tərif olaraq "iki və ya daha çox insan arasında yaranan fərqli yaxınlıq, sosial və emosianal bağ, münasibət və yaxınlaşma" kimi təsvir edilir(T.Doğtaş & F.Sapmaz, 2012). Müxtəlif ədəbiyyatlarda şəxsiyyətlərarası münasibətləri alimlər, münasibətlərin fərqli formada xarakteristikasını şərh etmişdir .

Leary (1957), münasibətləri bir şəxsin digər şəxsə və ya şəxslərə qarşı göstərdiyi davranışların bütünü olaraq qeyd edir. Plutchik (1997), şəxsiyyətlərarası münasibətləri ümumi mənada fərdlərin digər şəxslərlə olan münasibətlərində yaşadıqları duyğu, düşüncə və davranış tərzləri olaraq dəyərləndirir. Horovitz (1996) isə, şəxsin başqalarıyla inkişaf etdirdiyi, qarşılıqlı əlaqədə olmasını təmin edən bütün tip münasibətləri şəxsiyyətlərarası münasibət olaraq tərif edir (İ. Erden, 2021).

Şəxsiyyətlərarası münasibətlər anlayışı çox zaman şəxsiyyətlərarası ünsiyyət qavrayışı içərisində əla alınır. Bu baxış bucağı ilə bəzi psixoloqlar, şəxsiyyətlərarası ünsiyyəti, qaynağını və hədəfini insanların müəyyən etdiyi qarşılıqlı ünsiyyət olaraq qeyd edərək, şəxsiyyətlərarası münasibətləri də bu ünsiyyətdə şəxslərin istifadə etdiyi alət olaraq qeyd edirlər.

Təriflərə baxıldığı zaman "şəxsiyyətlərarası münasibətlər" anlayışının ünsiyyətdən əlavə duyğu, düşüncə və davranış komponentlərinin ehtiva etdiyi "duyğuların və qarşılıqlı" qavrayışlarının təməl elemntlərindən yaranmışdır. Burdan yola çıxaraq, şəxsiyyətlərarası münasibətlər, iki və ya daha çox insan arasında inkişaf edən, müxtəlif ehtiyaclardan qaynağını alan, tanışlıqdan səmimiyyətə qədər fərqli intensivlikdə yaşanan, qarşılıqlı emosianal əlaqə və davranışlar olaraq qeyd edilir.

Şəxs digər insanlarla ünsiyyətdə olarkən həm qarşı tərəfə təsir edir, həm də qarşı tərəfdən təsirlənir. Təsirlənənin və təsir edən tərəflərin zaman və vəziyyətə görə dəyişə bildiyi, eyni zamanda təsirlənmə və təsir etmənin də situasiyada olan faktorlara görə dəyişə bildiyi nəzərə alındığında şəxsiyyətlərarası münasibətlərin incələnməsinin əhəmiyyəti ortaya çıxır.

Şəxsiyyətlərarası münasibətləri incələyən zaman fərdlərin düşüncələrinin, duyğularının və davranışlarının, qarşı tərəfdə yer alan digər insanların birbaşa və ya dolaylı olaraq necə təsirləndiyini anlamaq və açıqlamaq üçün səy göstərir. Leary (1995) şəxsiyyətlərarası münasibətləri incələyərkən, şəxsiyyətlərarası münasibətlərə nəzər yetirilməsi fikrini irəli sürür. Bu səbəblə şəxsiyyətlərarası davranış, bir insanın başqa digər insana yönəlmiş açıq, şüurlu, etik və simvolik reaksiyalarından yaranır.

Bu baxımdan, hər şeydən əvvəl şəxsiyyətin inteqral cəhətlərindən biri kimi mənlik şüuru diqqəti xüsusilə cəlb edir. Şəxsin digər insanlara qarşı olan münasibəti onun mənlik şüurunun əsasını təşkil edir. İnsanın özünü dərk etməsi, özü haqqında olan təsəvvürləri, özünün hərəkət və əməllərini başa düşməsi və özünü qiymətləndirməsi onun digər insanlarla olan münasibətləriylə bağlıdır (Ə.S.Bayramov & Ə.Ə.Əlizadə, 2009).

İnsanların qarşılıqlı münasibəti onların bir-birini qavraması və anlaması prosesində formalaşır və inkişaf edir. İsanların bir-birini qavraması müxtəlif amillərlə şərtlənir: fərdi həyat təcrübəsi, yaş, cins, peşə, təhsil, etnik mənsubiyyət və. s şəxsiyyətlərarası münasibətlərə mühim təsir göstərir.

İnsanların qarşılıqlı şəxsiyyətlərarası münasibətləri öz reallığını ünsiyyət prosesində tapır. Ünsiyyət və şəxsiyyətlərarası münasibətlər bir-birilə əlaqəli olsa da, onları eyniləşdirmək olmaz. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərin tipi və xarakteri ünsiyyətin məzmununa və formasına

əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir, lakin insanların münasibətləri son dərəcə kəskin olduqda belə, ünsiyyət spesifik formalarda mövcud olur. Beləliklə, ünisyyət adamların bir-birinə münasibətinin müsbət və ya mənfi olmasından asılı olmayaraq bütün hallarda zəruri surətdə həyata keçirilir. Şəxsiyyətlərarası qarşılıqlı münasibətlər müxtəlifdir. Funksional baxımdan formal və qeyri-formal olaraq ayrılır.

Formal münasibətlər hər bir şəxsin müvafiq konkret qrupda onun rəsmi status ilə şərtlənən münasibətlərin məcmusundan ibarətdir. Onlar fəaliyyətin normativ cəhətlərini əks etdirir və müəyyən qaydalarla tənzim edilən işgüzar münasibətlərlə ifadə olunur. Rəsmi münasibətlər səviyyəsində kollektiv üzvləri arasında fəaliyyətin məzmunu və təşkilat vasitələrinə uyğun olaraq struktur-funksional asılılıq, məsul asılılıq münasibətləri sistemi yaranır.

Formal münasibətlərlə yanaşı sosial-psixoloji xarakter daşıyan qeyri-formal münasibətin yaranması mahiyyət etibarilə şəsi xarakter daşıyır. Qeyri-formal şəxsi münasibətlər heç kəs tərəfindən müəyyən edilmir, psixoloji cəhətdən əlverişli şərait olduqda öz-özünə təşəkkül edir.

Qeyd etmək lazımdırki, şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə subyektiv, psixoloji amillər həll edildiyindən həmin amillər münasibətlərdə özünəməxsus iz buraxır. Məhz buna görə də hər bir şəxs ünsiyyəti düzgün qura bilmək üçün münasibətdə olduğu adamın subyektiv mövqeyini öyrənməyə çalışır. Bu proses müxtəlif vasitələrin köməyilə həyata keçirilir. Beləliklə, münasibət saxlanılan şəxsin kim olduğu, hansı mövqedə olduğu, rəğbət və ya əks hisslərdə olduğu aşkara çıxarılır (M.Ə. Həmzəyev & S.F. Əmiraslanova, 2007).

Nəticə olaraq münasibətlər insan həyatının ayrılmaz bir hissəsidir və insanların emosional, sosial və psixoloji ehtiyaclarını qarşılamağa kömək edir. Sağlam münasibətlər, insanların xoşbəxt və dolğun həyat yaşamalarını təmin edərkən, bu münasibətləri inkişaf etdirmək və davam etdirmək, insanların şəxsi, psixoloji və sosial rifahını artıran əhəmiyyətli bir vasitədir.

1.2.2. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlər.

Baumesister və Leary (1996) insanların daimi, müsbət və mənalı şəxsiyyətlərarası münasibətlər qurmaq və davam etdirmək üçün ümumi bir motivə sahib olduqlarını irəli sürür. Sosial bağlar inkişaf etdirmək kimi, bu bağların yoxluğu və ya itkisi də olduqca təsirlidir. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlər kortəbii olaraq deyil, cazibədən yaranan duyğu və davranışlar nəticəsində, əldə olunandır (K.Ayşegül, 2021).

Fərdlər üçün digərləriylə münasibətdə olmaq kifayət deyil, eyni zamanda bu münasibətin və bağların davam etdirilməsi də əhəmiyyət kəsb edir. Yaxın şəxsiyyətlətarası münasibətlərin davam etdirilməsi, ünsiyyətdə səy göstərməyi və münasibətin saxlanılması strategiyaları tələb edir.

Şəxsi iştirak, emosional bağlanma və daimi qarşılıqlı əlaqəni ehtiva edən yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlər, fərdlər üçün həm xoşbəxtlik, həm də təşviş mənbəyi ola bilir. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə, tərəflərin arasında spesifik davranışlar, davranış normaları, fərdi meyllər, fərqliliklər kimi səbəblərlə dağıdıcı və ya konstruktiv münaqişələr yarana bilir. Bu münaqişələrin, sıxlığı və necə ələ alındığı fərqlilik göstərir.

Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlər, cəlb etmə, saxlanılması, münaqişənin həll edilməsi, münasibətin pozulması zamanı münasibətdə olan tərəflərin necə hiss etdiklərinin, düşündüklərinin və davrandıqlarının münasibətin həm sabitliyi, həm də keyfiyyəti baxımından təsirli ola biləcəyi müşahidə edilir (K.Ayşegül, 2021).

Şəxsiyyətlərarası münasibətlər xüsusi olan və olmayan münasibətlər və ya yaxın və səthi münasibətlər olaraq qruplaşdırılır(N.Yıkıcı, 2023). Bu qruplaşdırmanın olmasında insanların qarşılıqlı paylaşımları və emosional yaxınlıq dərəcələri rol oynayır. Bir münasibətin şəxsi və ya şəxsi olmayan olaraq ayrılması üçün tərəflərin uzun bir müddət birlikdə olmaları və münasibətin tanışlıqdan yaxınlığa doğru irəliləməsi lazımdır. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərin tanışlıqdan yaxınlığa qədər formalaşması prosesi bir sıra mərhələləri əhatə edir.

Şəxsiyyətlərarası münasibətlər prosesinin ilk mərhələsi təmas qurmaqdır. Göz təması ilə ilk əlaqə qurulduqdan sonra tanışlıq, söhbət, bədən dili kimi proseslər baş verməyə başlayır. Göz təmasının saxlanılması və söhbətin dərinləşməsi kimi qarşılıqlı əlaqənin saxlanılması münasibəti davam etdirir. Bu mərhələdə qarşılıqlı əlaqə zamanı tərəflər bir-birindən xoşlanmazsa münasibət olduğu yerdə qırılar və davam etməz. Tərəflər münasibəti davam etdirmək istədiyində ikinci mərhələ olan "maraq" mərhələsinə keçilir.

Bu mərhələdə tərəflər bir-biriylə maraqlanmağa və bir-birləri haqqında daha çox şey öyrənməyə başlayırlar. Artıq sosial və emosional münasibət başlayır və tərəflər onlar üçün önəmli olan şeyləri paylaşmaqla, ortaq yaşantılar və ortaq çevrə yaratmağa cəhd edirlər (İ.Erden, 2021).

Marağın irəliləməsindən sonra üçüncü mərhələ "yaxınlıq" mərhələsi başlayır. Münasibətin bir müddət davam etməsi nəticəsində daha yaxınlıq və daha çox xüsusi şəxsi həyatın paylaşılması prosesi yaranır. Tanışlıq artıq yaxın münasibətə çevrilmişdir.

Şəxsiyyətlərarası münasibətlərin inkişafında axırıncı mərhələ, yaxınlığın davam etməsi və daha dərin qarşılıqlı paylaşımların ortaya çıxması şəklində ola bildiyi kimi, eyni zamanda marağın itməsi kimi də nəticələnə bilər. Bu mərhələ münasibətdən məmnunuluğa görə müəyyən olunur (Graham & Lafollete. 1989).

Bu nöqteyi-nəzərdən demək olar ki, həqiqi mənada heç bir münasibət, şəxsi keyfiyyətlərdən ayrı deyil. Lakin, şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə tərəflərdən biri, sadəcə digərinin bir rolu yerinə yetirdiyi və ya bir ehtiyacı ödədiyi üçün münasibətə daxil olursa, bu xüsusi olmayan münasibətdir. Belə münasibətlərdə, tərəflər rolu kimin daşıdığı və ya ehtiyacları kimin ödədiyi ilə maraqlanmaz. Tək əhəmiyyətli olan bunu kiminsə etməsidir.

Digər tərəfdən, fərdin unikal bir fərd kimi digəri ilə qurduğu münasibət elə səviyyədə bir şəxsi münasibətdir ki, bu münasibətdə bir tərəf digəri üçün sadəcə bir rolu üstlənmir və ya sadəcə ehtiyacları ödəmir. Qarşılıqlı olan və səmimi paylaşımlar, münasibəti müəyyən edən əsas vacib ünsürlərdən biridir.

Bütün münasibətlərdə, insan, istər ehtiyacların qarşılanması, istər də rolların üstlənməsi və ya emosional, mənəvi paylaşımların olması nəticəsində bir-birinə bağlanır, lakin belə bir münasibət, hər zaman və ya vəziyyətdə yaxın münasibət adlandırılmır. Bir münasibətin yaxın münasibət olaraq müəyyən edilməsində ən əsas meyar tərəflərin bir-birinin maraqlarını qorumaq və bir-birini xoşbəxt etmək üçün qarşılıqlı istəyidir.

Qarşılıqlı paylaşımda olmaq və münasibətə könüllü olmaq yaxın münasibətlərin əsasını təşkil edir. Yaxın münasibətlər, qarşılıqlı münasibətdə olan hər bir insanın digərinin maraqlarını öz maraqları ilə eyniləşdirdiyi münasibətlərdir.

Şəxsiyyətlərarası münasibətlərin yaxın və şəxsi münasibətlər kimi səciyyələndirilməsini təmin edən əsas anlayışlardan biri də səmimiyyətdir. Təməli güvənə dayanan və güvən üstündə yaranan səmimiyyət, bir insanın başqa bir digər insana özü haqqında bir sir verməsi və ya digərləriylə paylaşa bilmədiyi şəxsi bir informasiyanı o insanla paylaşması zamanı yaranan dostluq alış-verişi olaraq səciyyələnməkdədir.

Səmimiyyət yalnız şəxsi məlumatların açıqlanması deyil, eyni zamanda həm də məhrəmiyyəti əhatə edir. Şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə səmimiyyətə gəldikdə isə özünü qarşı tərəfə açan şəxs, qarşı tərəfin bu məhrəmiyyətə hörmət edəcəyinə və ona zərər verməyəcəyinə, onun rifahından istifadə etməyəcəyinə qarşı əmin olar və güvən hiss edər. Bu mənada, məhrəmiyyət səmimiyyəti şərtləndirən ən əsas amildir.

Sağlam şəxsiyyətlərarası münasibətlər nəticəsində səmimiyyət təkcə social və emosional qazanclar təmin etmir, həm də fərdin özünü tanıma biliyinə müsbət töhfə verir. Şəxs güvən və səmimiyyətə uyğun olaraq qarşı tərəflə nələrsə paylaşır. Bu paylaşımlar, güvən və səmimiyyətlə şəxs qarşısındakı insanla yaxın münasibətə başlayır və davam edir.

Nəticə olaraq, yaxın münasibətlər insanların bir-biriylə emosional, psixoloji və fizioloji olaraq yaxın bağlar qurduğu və davam etdirdiyi münasibətləri əhatə edir. Bu tip münasibətlər, ailə üzvləri, romantik sevgi münasibətləri və yaxın dostluq əlaqələrində olur. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlər, insanların emosional dəstək tapdıqları, bağlılıq qurduqları və birlikdə zaman keçirdikləri xüsusi bir münasibətlərdir.

1.2.2.1. Sevgi münasibətləri

Sevgi bütün cəmiyyətlərdə və mədəniyyətlərdə var olan və demək olarki hər insanın həyatında ən azı bir dəfə yaşadığı emosional bir haldır. Son illərdə psixologiyada tədqiqat sahələrində yer alan sevgi anlayışı, əslində çox uzun illərdən bəri başda ədəbiyyat sahəsi olmaqla bir çox incəsənət sahələrində ən çox işlənən mövzulardan biri olmuşdur.

Şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə sevgi münasibətlərinə müxtəlif yanaşmalar vardır. Hindenin sevgi münasibətlərinə yanaşması şəxslərarası münasibət modelidir. Hindenin bu yanaşmasına görə münasibətlər davranışlar toplusu deyil, qarşılıqlı təsir toplusudur. Bu yanaşmanın əsas fokuslandığı hissə fərdlər deyil onların bir-birinə olan təsiridir. Buna görə də münasibətlər, onları meydana gətirən insanların qarşılıqlı təsirindən yaranır (H.Atak & N.Taştan. 2012).

Levinger və Sneok sevgi münasibətlərini və sevgini araşdıraraq, sevgi münasibətləri modelini yaramışdılar. Onlar, sevgi münasibətləri modelini dörd münasibət səviyyəsində tədqiq ediblər. Birinci səviyyə əlaqənin olmamasıdır, yəni bir-birinin varlığından xəbərsiz olan iki şəxsdən söz edilir. İkinci fərqindəlik səviyyəsi olaraq adlandırılan bu səviyyədə şəxslərin hələ şəxsiyyətlərarası münasibəti formalaşmayıb. Sadəcə şəxslərdən biri digərinin varlığının və xarici görkəminin fərqində olmuşdur. Səthi münasibət səviyyəsində şəxslər arasında artıq münasibət yaranmağa başlamışdır və vardır. Dördüncü səviyyədə qarşılıqlı şəxsiyyətlərarası münasibət və əlaqələr mövcuddur. Bu səviyyədə olan münasibətlər insanların qarşılıqlı əlaqələrinin intensivliyindən asılı olaraq dəyişə bilir.

Bu nəzəriyyəyə görə, münasibətlər bu dörd səviyyə arasında irəliyə və geriyə doğru gedərək dəyişiklik göstərə bilir. Bu nəzəriyyədə münasibətlər əsas əhəmiyyətli hesab edilərək

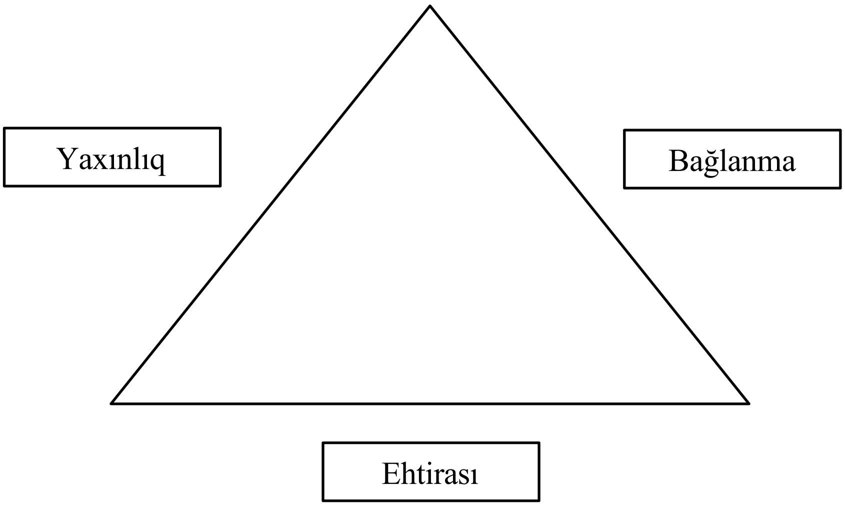
müəyyənləşdirilmişdir və bir-birindən fərqli növdə olan münasibət və münasibət səviyyələrindən bəhs edilmişdir.

Sevgi münasibətlərinə başqa bir yanaşma Sternbergin üçbucaq sevgi nəzəriyyəsidir. Bu nəzəriyyəyə görə, sevgi münasibətləri yaxınlıq, ehtiras və bağlılıq elementləri olan bir anlayışdır. Bu elementlər bir üçbucağın hər bucağının bir nöqtəsinə uyğun gəlir (Şəkil1.1).

Üçbucaq sevgi nəzəriyyəsində yaxınlıq anlayışına şəxsiyyətlər arasındakı yaxınlıq, qarşılıqlı anlayış, münasibət və emosional baxımdan partnyora qarşı bağlı olmaq duyğuları daxildir. Bunlara əlavə olaraq, verilən və alınan emosional dəstəyə də işarədir. Bu emosialar cütlüklər arasında isti bir sevgi münasibəti yaşamasına da yön verən duyğulardır.

Bir sevgi münasibətində ehtiras, romantizm, fiziki cazibədarlıq, seksuallıq və bəyənmə kimi instiktlər üstünlük təşkil edir. Cinsi istəklər bir çox sevgi münasibətlərinin ehtiras aspektini təşkil edir. Ehtiras, özünə hörmət, üstünlük, böyümə, nəzarət etmə, cəlbedicilik və seksuallıq kimi ehtiyac və istəklərin geniş yayılmış ifadəsidir. Bundan əlavə, insanın özünə inamı, başqaları üzərində təsir edə bilməsi, özünü gerçəkləşdirməsi kimi məsələlərdə də ehtirasın yaşanmasının əhəmiyyətli rolu vardır.

Bağlanmanın mənası odur ki, şəxs kimisə sevdiyinə qərar verib və özünü bu sevgiyə həsr edib. Cütlüklər birlikdə yaxşı bir münasibət davam etdirə bilərlər, ancaq bu vəziyyət heçdə hər zaman belə olmaya bilər. Şəxs öz partnyoruna qarşı gerçək sevgi duyğuları hiss etməsə də, ona qarşı bağlı olduğunu hiss edə bilər ya da partnyoruna qarşı bağlı olmasa da ona qarşı həqiqi sevgi hiss edər.



Şəkil1.1 Sternberg sevgi üçbucağı (H.Atak & N.Taştan 2012)

1.2.2.2. Dostluq münasibətləri

Dostluq, əhəmiyyətli şəxsiyyətlərarası münasibətlərdən biridir. İnsan həyatının hər dövründə dostları olur. Uşaqlıqdan yaşlılıq dövrünə qədər təkliyə üstünlük verən insanlar nəzərə alınmasa, dostsuz keçirilən bir dövr yoxdur. Bu baxımdan dostluq, şəxsi həyatın gedişində olduqca əhəmiyyət kəsb edir. Dostluq, fərqli funksiyaları ilə insanların müxtəlif aspektlərdə inkişaf etməsini təmin edir. İnsanların sosiallaşmağını təmin etdiyi kimi bir çox psixoloji və sosial funksiyaları da var. Sosial baxımdan dostluq münasibətləri, insanların sosial ehtiyacını qarşılayaraq sosiallaşmasını təmin edir. Psixoloji baxımdan isə dostluq, şəxsin tənhalığının qarşısını almaqla yanaşı onun özünügerçəkləşdirməsində və inkişafında mühim rol oynayır.

Dostluq insanların sosial və emosional ehtiyaclarını ödəyən, yaşama keyfiyyətini artıran əhəmiyyətli şəxsiyyətlərarası münasibətlərdən biridir. İnsanların həyatında əvəzolunmaz yeri olan dostluqlar fərdlərin xoşbəxtliyinə, ruh sağlamlığına və ümumi həyat məmnunluğuna əhəmiyyətli dərəcədə təsir edir.

Qədim yunan fəlsəfəsində dostluq münasibətləri haqqında ilk dəfə fikirlərini ifadə edən qabaqcıl filosoflardan biri Aristotel olmuşdur. Aristotelə görə üç növ dostluq var: mənfəətə əsaslanan dostluq, həzzə əsaslanan dostluq və ərdəmli dostluq. Mənfəətə əsaslanan dostluq münasibətində əslində sevilən insanın özü deyil, bir-birlərinin münasibətindən əldə etdikləri mənfəətlərdir. Həzzə əsaslanan zövq üçün qurulan dostluq münasibətlərində də bu belədir. Burada da sevilən, insanın cəmiyyət içində olan şəxsi xarakter keyfiyyətlərindən əlavə onunla xoş vaxt keçirilməsidir (Ö.Aytaç & T.Mehmet, 2019).

Əgər dostluğun motivasiyası mənfəətdirsə, insanlar bir-birlərini şəxsi maraqlarına görə sevərlər. Əgər bu motivasiya zövqdürsə, sevgi birlikdə keçirilən vaxtdan alınan həzzlə düz mütənasib olur. Bu zaman, dostluq münasibəti yararlı olan və bir-biriylə xoş vaxt keçirilən münasibət adlandırılır. Çünki, bu münasibətdə dost olunan şəxs özü olduğu üçün deyil, sahib olduqları üçün sevilir.

Qatqısız və ərdəmli dostluq münasibəti, mükəmməl xarakterlərin eyni mükəmməlikdə bir-birinə bənzəməsi deməkdir. Bu dostluq münasibətində, şəxslər heç bir pis niyyət olmadan bir-birlərinə eyni xoş hissləri bəsləyirlər. Kamil insanların gördüyü iş kamilliyi ehtiva etdiyi üçün dostluq da təbii olaraq yaranır və davamlılıq qazanmış bir dəyər kimi müəyyən edilə bilər. Ərdəmli olaraq adlandırılan dostluq münasibətlərində, dostluğu yaradan insanların öz xüsusiyyətlərindən qazandıqları güclə dostluğun təməl elementləri yaşanmağa başlayır.

Claude-Adrien Helvetius isə dostluğu, ehtiyac üzərində dəyərləndirir. Onun fikrinə görə bir ehtiyaca qarşılıq düşməyən yəni bir ehtiyacı qarşılamayan dostluq olmaz, əks halda dostluq səbəbsiz olur. Lakin, insanların hər biri eyni ehtiyaclara sahib olmadıqları üçün aralarındakı dostluq da fərqli səbəblərdən yaranır. Bəzi insanlar əyləncəyə və ya maddiyyata ehtiyac duyar, bəziləri etibara, bəziləri də sadəcə danışmağa, dərdlərini başqa insanlara açmaq imkanına ehtiyac duyar. Helvetius, dostluğu bu baxımdan tədqiq edilməsindən daha əhəmiyyətli başqa heç bir araşdırmanın olmayacağını irəli sürür.

Dostluq, sosiallaşma və sosial əlaqələr baxımından fərdlərə əhəmiyyətli dərəcədə təsir edən bir münasibətdir. Dostluq münasibəti, insanların sosial çevrə ilə əlaqə qurması və mühitə uyğunlaşması baxımından vacibdir. Dostluq münasibətlərində, dostlar bir-birlərinə fayda verirlər. Dostlar, uşaqlıqdan yaşlılıq dövrünə qədər ailə və qohumlardan sonra gələn yaxın insanlardır.

1.2.3. Yaxın münasibətlərdə bağlılıq fenomeninin təzahürləri ilə bağlı tədqiqatların təhlili

İnsanın doğulduğu andan etibarən davamlı mövcudluğu üçün başqalarından asılı olur. İlk başda birbaşa olaraq insan doğulduğu andan anadan asılı olur. Ana, öz növbəsində hamiləlik dövründə başqalarından dəstək üçün asılı olduğundan, uşaq da dolayısı ilə digərlərindən asılı olur. Belə ki, elə bu səbəbdən sosial varlıq olan insan həyatı boyu digər insanlarla ünsiyyət qurması, münasibətlərin yaranması olduqca önəmlidir. Həmçinin, əgər insan münasibətdə özünü güvənli hiss edirsə və eyni zamanda özünə də güvənirsə, partnyoruna qarşı da müsbət münasibətdə olur. Bundan əlavə, güvənli bağlanma tərzinə malik olan insanlar, romantik münasibətlərdə, özlərinə və partnyorlarına qarşı eyni şəkildə inkişaf etdirdiyi müsbət düşüncələr və yanaşmaları mövcud olur. Romantik münasibətdən başqa bu vəziyyət fərdin sosial mühitində və həyatında inkişaf etdirdiyi "mənlik" ilə də əlaqəlidir və bu da öz növbəsində təsir göstərir. Şəxsin erkən uşaqlıq dönəmində inkişaf etdirdiyi bağlılıq onun yetkinlik dönəmində qurduğu münasibətlərə istər müsbət, istərsə də mənfi şəkildə təsir göstərir (Halat & Hovardaoğlu, 2011).

Doğuşdan gələn sistemlərin ən vacib və aydın olanı sosial davranış sistemi bağlılıqdır (F.Demirdağ, 2017). John Bowlby, qeyd etdiki həyatın demək olarki hər mərhələsində insanlar bir neçə başqa xüsusi fərdlərə qarşı güclü bağlılıq formalaşdırmağa meylli olur. "Məhəbbət bağı" adlandırılan bağın nüvəsi bir şəxsin başqa bir fərd üçün malik olduğu cazibədir. Nə qədər

ki, insanlar münasibətlərində mehriban olur bu zaman aralarındakı bağ toxunulmaz qalır, belə münasibətlərdə insanlar təhlükəsiz və güvəndə hiss edir. Lakin, bu münasibətlər ixtiyari yaxud qeyri-ixtiyari şəkildə pozulduğu zaman (ölüm və ya ayrılıq) təşviş və stress halı başlayır(M.Bulut & Z.Karacagil, 2021).

Baxmayaraq ki, bağlanma davranışı xüsusilə uşağın bir və üç yaşları aralığında özünü göstərir, John Bowlby iddia edirdi ki(J.A. Simpson, 2015), bağlanma davranışı insanların hər yaşında özünü göstərir. John Bowlby qeyd edir ki, bir çox hallarda irəli sürüldüyü kimi, bağlanma davranışı reqressiv olmaqla yanaşı, beşikdən məzara qədər insan təbiətinin normal və sağlam bir hissəsidir. O, həyəcan vəziyyətində bağlanma davarnışının yüksək intensivlikdə ortaya çıxmasına dair sübutlar əsasında bu nəticəyə gəlib. Belə hadisələr hər yaşda baş verə bilər. Beləliklə, böyüklərdə bağlanma davranışı, çox güman ki, fərd stressli olduğunda, qorxduğunda və xəstə olduqda aydın görünür.

John Bowlby-nin psixopatologiyanın inkişafında erkən münasibətlərin əhəmiyyətinə vurğu etməsi, Freud-un bir çox psixi pozuntuların fərdin ən erkən münasibətlərində izlənilə biləcəyinə olan inancı ilə əlaqələnirdi və uyğun gəlirdi. Bağlanma nəzəriyyəsinin mərkəzi prinsipi ondan ibarətdir ki, erkən bağlanmanın müxtəlif nümunələri fərdin sonrakı münasibətləri üçün fərqli nəticələrə malikdir. Məsələn, bağlanma nəzəriyyəsi proqnozlaşdırır ki, güvənli bağlanma tərzinə malik olan uşaqlar, güvənsiz bağlanma tərzinə malik olan uşaqlardan daha çox sosial və emosional bacarıqlara sahib olur (Sroufe & Kreutzer 2002).

Sağlam şəxsiyyətin mühüm xüsusiyyətlərindən biri də ətrafındakı insanlarla yaxın və səmimi münasibətlər qurmaq bacarığı. Yaxın və səmimi münasibətlər qurmaq, fərdin həm şəxsiyyətini, həm də sosial inkişafını əhəmiyyətli dərəcədə artıran və təsir edən ən mühüm amillərdən biridir John Bowlby-nin bağlanma nəzəriyyəsi, əvvəlcə uşaqlar və onların valideynləri arasındakı emosional bağı izah etmək üçün hazırlanmış olsa da John Bowlby bu bağlılığın həyat boyu davam etdiyini və insan yaşamının ən vacib elementi olduğuna inanır. Bütün bunlardan yola çıxaraq bağlanma nəzəriyyəsi, yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətləri anlamağa imkan verən əhəmiyyətli ünsürlərdən biridir (Y.İ.Çağlayan & M.İpek, 2019) .

Bağlanma, həyat boyu davam edən və inkişaf edən bir prosesdir. İnsanlar uşaqlıqdan güvənsiz bağlılıq inkişaf etdirə bilər, amma yetkinlik dönəmində yaxın şəxsiyyətlərarası münasibət təcrübələrindən təsirlənərək güvənli bağlılıq inkişaf etdirə bilər və ya uşaqlıq dönəmində güvənli bağlanma tərzinə malik olan insanlar yetkinlik dönəmində şəxsiyyətlərarası münasibətlərində güvənsiz bağlılıq yarana bilər (S.Terzi, 2014). Yetkinlikdə bağlılıq münasibəti, fərdlərin yaxın şəxsiyyətlərrası münasibətləri xüsusilə romantik münasibətlər

kontekstində izah edilir. Bağlanmanın zədələnməsi və bu tərzdə dəyişməsi, fərdlərin yetkinlik yaşına çatmış romantik münasibətlərində güvənli bağlanmanın pozulması prosesini izah edən bir üsuldur (Millikin, 2000).

Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə, bağlanma nəzəriyyəsi və bağlanma tərzləri olduqca önəm daşıyır. Belə ki, bağlanma tərzləri şəxsi inkişafımızın bir hissəsidir və eyni zamanda bu dəyişşdirilə də bilər bu səbəblə əgər şəxs bağlanma tərzini anlayırsa, hansı növ bağlılıq inkişaf etdirib və onu necə dəyişə biləcəyini öyrənərsə, daha sağlam münasibətlər, daha sağlam bir həyat qurmağa kömək edər. Bununla yanaşı həmçinin, insan həm özünün, həm də partnyorunun hansı növ bağlanma tərzinə malik olduğunu müəyyən edər və anlayarsa, daha sağlam, qane edici və münasibətin daha uzun müddətli olmasına kömək edər. Münasibətlərdə bu vacib nüansları anlamaq və daha sağlam bağlanma tərzi inkişaf etdirməklə daha struktura malik münasibət qurmaq mümkündür (Y.İ.Çağlayan & M.İpek, 2019) .

Bowlby, insanın anadangəlmə psixobioloji sistemlə (bağlanma davranış sistemi) doğulduğunu iddia edir və bu, onları əhəmiyyətli dərəcədə başqalarına yaxınlıq axtarmağa sövq etməyə (bağlanma tərzləri) ehtiyac yaradır. Bu sistem əsas tənzimləyici və balanslaşdırıcı funksiyaları yerinə yetirir (təhlükələrdən qorunma və sıxıntının yüngülləşdirilməsi) bütün insanlarda hər yaşda baş verir, lakin ən birbaşa və şəffaf şəkildə körpəlik dövründə müşahidə edilə bilər (Bowlby, 1988). Bowlby (1973) həmçinin bağlanma sisteminin fəaliyyətində mühüm fərdi fərqləri də təsvir etmişdir (M.Mikulincer, 2005). Uşağa ehtiyac anında onun mövcud istəklərinə reaksiya vermək, qarşılıqlı münasibətdə bağlanma sisteminin optimal işləməsini asanlaşdırır, nisbətən sabit bağlanma və təhlükəsiz, güvən hissi təşviq edir və çətinliyin tənzimlənməsi strategiyası kimi dəstək atarışına inam yaradır (M.Mikulincer, 2005). Bir insanın bağlanma tərzi etibarlı şəkildə mövcud və dəstəkləyici olmadıqda, yaxınlıq axtarışı narahatlığı aradan qaldıra bilmir, bağlanma təhlükəsizliy hissi əldə edilmir və yaxınlıq axtarışından başqa təsir tənzimləmə strategiyaları (ikinci dərəcəli bağlanma strategiyaları, iki əsas anlayış baxımından konseptuallaşdırılır. ölçüləri, qaçınma və narahatlıq) inkişaf etdirilir (M.Mikulincer, 2005).

Anasına güvənli və ya güvənsiz bağlılığı olan şəxslərin sosial həyatında problemlərin öhdəsindən gəlmək və deviant davranışlar nümayiş etdirməkdə bəzi fərqləri var. Təhlükəsiz fərdlər kömək lazım olduqda ətrafdakılardan kömək istəməkdən çəkinmir və ətraf mühitə asanlıqla uyğunlaşa bilirlər. Güvənsiz bağlılığı olanlara gəldikdə isə onlar özlərinə və ətraflarına baxışları ümumiyyətlə mənfidir. Bağlanma tərzinə görə özünə və ətrafa münasibəti

dəyişən fərd, getdiyi hər mühitə bu xüsusiyyəti daşıma qabiliyyətinə malikdir (F. Ateş & R. Erdem, 2020) .

Yeniyetmələr və böyüklər üzərində aparılan tədqiqatlarda bu nəzəri fikirlərin sınaqları, ümumiyyətlə, insanın bağlanma tərzinə – müəyyən bir bağlılıq təcrübəsinin daxililəşdirilməsi nəticəsində yaranan münasibət gözləntilərinin, emosiyaların və davranışların sistematik modelinə yönəlmişdir (Fraley & Shaver, 2000). Əvvəlcə tədqiqat Ainsworth, Blehar, Waters və Wall-un (1978) körpəlikdə bağlanma tərzlərinin üç kateqoriyalı tipologiyasına (güvənli, təşvişli və qaçınqan) daha sonra Hazan və Shaverin (1987) romantik münasibətlərdə oxşar böyüklər üçün bağlanma tərzlərinin konseptuallaşdırılmasına əsaslanırdı. domen. Sonrakı tədqiqatlar (məsələn, Bartholomew & Horowitz, 1991; Clark & Shaver, 1998) bununla belə, bağlanma tərzlərinin iki ölçülü məkanda bölgələr kimi daha uyğun şəkildə konseptuallaşdırıldığını ortaya qoydu (Mikulincer, 2002).

Tipik olaraq bağlılıqdan qaçma adlanan birinci ölçü, bir insanın münasibətdə partnyorların xoş niyyətinə nə dərəcədə inanmadığını və davranış müstəqilliyini və partnyorundan emosional məsafəni qorumağa çalışdığını əks etdirir. Tipik olaraq bağlılıqda təşvişli adlanan ikinci ölçü bir insanın ehtiyac anlarında partnyorunun olmayacağından narahat olma dərəcəsini əks etdirir (M.Mikulincer, 2005).

Bağlanma tərzləri eyni zamanda insanın münasibətdən məmnuniyyətinə də təsir göstərərək məmnunluq səviyyəsini müəyyən etməyə imkan verir. Buna görəki, bağlanma tərzləri şəxsin münasibətlər haqqında inancını, güvənini, hisslərini müəyyən edir. Bu səbəblə erkən uşaqlıq dönəmindən başlayaraq güvənli bağlanma tərzi inkişaf etdirən şəxslərin münasibətləri daha sağlam və məmnunluq səviyyəsi daha yüksəkdir. Eyni zamanda bağlanma nəzəriyyəsinə görə, insanın bağlanma tərzi onun münasibətlərində mübahisələr, konfliktlərə də təsir göstərdiyi müşahidə edilib. Crowley (2008) və digərləri tərəfindən aparılan tədqiqatlarda göstərilir ki, münasibətlərdə mübahisələr və konfliktlər qaçınılmazdır, lakin bu mübahisə və konfliktlərin həll olunması münasibətdə səmimiyyəti və güvəni artırır. Güvənli bağlanma tərzinə malik olmayan insanlar, şəxsiyyətlərarası münasibətlərində yaranan mübahisələri, konfliktləri həll edə bilmir və yaranan problemi daha da çətinləşdirməyə meyllidirlər. Xüsusilə təşvişli və qaçınqan bağlanma tərzinə malik olan insanlarz, bu hallarda daha narhat və ya münasibəti bitirməyə üstünlük vermək kimi qabiliyyətləri inkişaf etmişdir (F.Majidova & M.İpek, 2020).

Gottman 1993-cü ildə apardığı tədqiqata əsasən qeyd etmişdir ki, qaçınqan və təşvişli bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsi aşağıdır. Hazan və Shaver (1987) , Ainsworth tərəfindən inkişaf etdirilən üçlü bağlanma tərzindən irəli çıxaraq

üç tərzdə münasibət olduğunu irəli sürmüşdür. Güvənli bağlanm tərzi inkişaf etdirən şəxslər, münasibətlərində daha güvənli və rahat hiss edərək partnyorlarına qarşı daha bağışlayıcı və uyumlu olurlar. Təşvişli bağlanma inkişaf etdirən şəxslər isə, şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə özlərini daha dəyərsiz hiss edərlər və daha çox qarşı tərəfdən asılı olduqları münasibətlər qurmağa meylli olarlar. Eyni zamanda bu şəxslər, tərk edilmə, rədd edilmə və təcrid olunma qorxusu yaşayarlar. Buna görə də təşvişli bağlanma tərzinə malik olan insanlar, münasibətdə olduqları partnyorlarına qarşı güvənsiz və qısqanc olmağa meyllidirlər. Bu səbəbə görə, təşvişli bağlanma tərzinə malik olan şəxslər, münasibətlərində gözləntilərinin qarşılanmaması hissi ilə hərəkət edərək daha qısa müddətli və daha az qane edici münasibətlər yaşayarlar. Digər tərəfdən qaçınqan bağlanma tərzi inkişaf etdirən fərdlər, münasibətlərində qarşı tərəfə güvənməkdə çətinlik çəkər və eyni zamanda yaxınlıq qurmaqdan imtina edərlər. Çox yaxın münasibətlər qurmaq, partnyorunun ona bağlanması qaçınqan bağlanma tərzinə malik olan insanları qorxudaraq uzaqlaşdırır (F. Majidova & M. İpek, 2020).

Campbell və digərləri tərəfindən inkişaf etdirilən və bağlılıq nəzəriyyəsi çərçivəsində apardıqları araşdırmada, münasibətə əsaslanan münaqişə və dəstək qavrayışlarının münasibətdən məmnunluq keyfiyyəti, yaxınlıq və gələcək gözləntiləri ilə necə əlaqəli olduğu araşdırılmışdır. Tədqiqatın birinci hissəsində, dost cütlükləri14 gün ərzində bir neçə ssenaridən ibarət gündəlikləri tamamladılar və sonra gündəlik araşdırması zamanı baş verən əsas problemi müzakirə edərkən videoya çəkildilər (2-ci hissə). 1-ci hissədə müəyyən edilmişdir ki, təşvişli şəkildə bağlanmış fərdlər öz partnyorları ilə daha çox münaqişə edir və bu münaqişələr əhəmiyyətli dərəcədə artmağa meyllidir. Müşahidə edilmişdir ki, gündəlik münasibətlərə əsaslanan münaqişə anlayışı, çox təşvişli bağlanma tərzinə malik olan insanlarda münasibətdən məmnuniyyətə mənfi təsir göstərir. Tədqiqatın ikinci hissəsində, yüksək dərəcədə təşvişli bir bağlanma tərzinə sahib olan fərdlər daha çox narahat oldular və münaqişələrin şiddətini artırdılar (müşahidəçilər tərəfindən qiymətləndirildi) və həmin fərdlər daha narahat hiss etdilər. Bütün bu aspektlərlə güvənsiz bağlanma tərzi yəni təşvişli bağlanmanın inkişafı; Münasibətdən məmnunluq, yaxınlıq hissi və əlaqədə davamlılıq qavrayışına mənfi təsir etdiyi müşahidə edilmişdir (Y.İ. Çağlayan & M. İpek, 2019) .

Saavedra, Chapman və Rogge tərəfindən aparılan kəmiyyət araşdırmasında, bəzi dəyişənlər baxımından bağlanma tərzləri və yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərin keyfiyyəti araşdırıldı. Təhlillər göstərdi ki, həm təşvişli bağlanan insanlar, həm də qaçınqan bağlanma tərzi inkişaf etdirən şəxslərin münasibətlərin keyfiyyətinə dair aşağı məmnunluq səviyyəsinə malikdirlər və bağlanmadan yayınma zamanı içində olduqları münasibətlərində aşağı münasibət məmnuniyyəti zamanla artır. Bundan əlavə, düşmənçilik daşıyan münaqişənin qavranılması

zamanı təşvişli bağlanma tərzinin qismən təsir etdiyi və yüksək bağlanma təşvişinin aşağı münasibət məmnuniyyətinə səbəb olduğu müşahidə edilmişdir. Tədqiqatda düşmənçilik səviyyəsində baş verən münaqişələrin zamanla bağlılıq təşvişi və münasibətdən məmnunluq arasındakı əlaqələri daha da artırdığı müşahidə edilmişdir (Y.İ.Çağlayan & M.İpek, 2019) .

Bağlanma tərzləri yalnız münasibət harmoniyasına, yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərə deyil, həm də ailə üzvlərinin evdəki münasibətlərinə təsir göstərir. Bu, onların öz rollarını necə oynamasından tutmuş, yaranan problemləri necə həll etmələrinə və ailə üzvləri arasında ünsiyyəti necə təmin etmələrinə qədər bir çox vəziyyətləri başa düşməkdə həlledici ola bilər. Elmi ədəbiyyata əsaslanaraq aydın olur ki, yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərin xüsusiyyətləri, xüsusən də romantik münasibətlərin uyğunlaşması fərdlərin sağlamlığına təsir göstərir. Güvənli bağlanma tərzlərinə sahib olan və müsbət qarşılıqlı münasibətdə olan partnyorların bir-birləri ilə daha az ziddiyyət təşkil edəcəyi və problemlərini asanlıqla həll edəcəyi və buna görə də münasibətdə, həyatlarının keyfiyyətinin olduqca yaxşı olacağı düşünülür. Bundan əlavə, evlilikdə olan nifaq təkcə həyat yoldaşlarına deyil, həm də uşaqlara mənfi təsir göstərə bilər. Nəticədə bütün bu amillər birbaşa və ya dolayı yolla yaxın münasibətlər harmoniyasına müəyyən mənada təsir göstərir (Y.İ.Çağlayan & M.İpek, 2019) .

II FƏSİL. TƏDQİQATIN METOD VƏ METODİKALARI

2.1. Tədqiqatın təşkili və keçirilməsi

Tədqiqat işi 100 nəfər 18-54 yaş (m=33,5; sd=1,8) aralığında evli, nişanlı və münasibəti olan tədqiq olunanlar ilə aparılmışdır. Tədqiq olunanlar Bakı şəhərində yaşayan evli, nişanlı və münasibəti olan şəxslərdir. Belə ki, tədqiq olunanlar randomizasiya metodunun bir növü olan "qartopu" üsulu ilə seçilmişdir. Tədqiqat işi üçün seçilən bu şəxslərə, tədqiqat haqqında geniş şəkildə məlumat verilmiş və məxfilik qaydaları ətraflı izah edilmişdir. Tədqiqat işi könüllülük prinsipinə müvafiq olaraq həyata keçirilmişdir. Tədqiqata qoşulmaq tamamilə istəyə bağlı olduğu üçün, araşdırmanın ilk mərhələsində tədqiqata 160 nəfər iştirakçı cəlb edilmişdir. Lakin 60 nəfər şəxsə verilən bütün metodlar tam doldurulmamış və ya yarıda buraxılmışdı. Bu səbəblə də tədqiqat işi seçilən 100 nəfər şəxs ilə davam etdirilmişdir.

2.2. Metodikalar

Tədqiqat işinin məqsəd və vəzifələrinə, irəli sürülən fərziyyələrə uyğun olaraq aşağıda qeyd olunan metodlar seçilmişdir:

- Demoqrafik məlumatlar (tərəfimizdən hazırlanmışdır)
- Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası (C.Hazan & F.Shaver)
- Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası (S.Hendrick)
- Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi (J.Funk & R.Rogge)

2.2.1 Demoqrafik məlumatlar anketi

Tərəfimizdən hazırlanan demoqrafik məlumatlar anketi, tədqiqat işində iştirak edən şəxslərin cins, yaş, mədəni statusu (evli/nişanlı/münasibətdə), münasibətin müddəti, təhsil səviyyələri və məşğulluq statuslarını təyin etmək məqsədi ilə tərtib edilmişdir.

2.2.2. Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası

Tədqiqat işində iştirak edən şəxslərin hansı növ bağlanma tərzinə malik olmasını müəyyən etmək üçün Amerikalı psixoloqlar Hazan C. Və Shaver P. tərəfindən hazırlanan "Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası" istifadə edilmişdir. Bu şkala, 18 mülahizə və likert tipli (1-2-3-4-5) cavab variantlarından (tamamilə mənə uyğun deyil, qismən uyğun deyil, müəyyən edə bilmirəm, qismən uyğundur, tamamilə mənə uyğundur) ibarətdir. Şkalanın nəticələrinə uyğun olaraq, böyüklərdə bağlılığın üç tərzini - güvənli, qaçınqan və təşvişli təyin etmək

mümkündür (Collins.N & Read.J 1990). Şkala ölkəmizə adaptasiya edilməyi üçün, etibarlılığı tərəfimizdən müəyyən edilmişdir.

2.2.3. Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası

Tədqiqat zamanı cütlüklərdə münasibətdən məmnunluq səviyyəsini təyin etmək üçün Amerikalı psixoloq Hendrick S. tərəfindən hazırlnan "Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası" istifadə olunmuşdur. Bu şkalanın əsas məqsədi cütlüklərin romantik münasibətlərdən məmnunluğu müəyyənləşdirməkdir. Şkala 7 sualdan və likert tipli (1-2-3-4-5) cavab variantlarından (heç vaxt, nadir hallarda, bəzən, çox zaman, hər zaman) ibarətdir. Şkalanın nəticələrinə əsasən, münasibətdən məmnunluğun aşağı və yüksək səviyyəsini təyin etmək mümkündür (Hendrick.S, 1988). Şkala ölkəmizə adaptasiya edilməyi üçün, etibarlılığı tərəfimizdən müəyyən edilmişdir.

2.2.4. Cütlüklərdə münasibətdən məmnuniyyət indeksi

Tədqiq olunan şəxslərin münasibətdən məmnunluq səviyyəsini, məmnunluq indeksini müəyyən etmək üçün Amerikalı psixoloqlar Funk J. və Rogge R. tərəfindən hazırlnan "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi" metodu istifadə edilmişdir. Bu metod 32 mülahizədən və bu suallara müvafiq olaraq likert tipli fərqli cavab variantlarından təşkil edilmişdir. Metodun nəticəsinə əsasən cütlüklərin münasibətlərindən məmnunluq indeksi təyin edilir və məmnunluq səviyyəsi müəyyən edilir (Funk & Rogge, 2007). Metod ölkəmizə adaptasiya edilməyi üçün, etibarlılığı tərəfimizdən müəyyən edilmişdir.

2.3. Metod

Tədqiqat metodların əldə olunan nəticələrin statistik təhlili üçün IBM SPSS (29.0) proqramının müvafiq ölçmə meyarları istifadə edilmişdir.

Tədqiqat zamanı istifadə edilən metodlar ("Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası", "Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası", "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi") ölkəmizə adaptasiya olunmadığı üçün, etibarlılığını yoxlamaq məqsədi ilə ilk olaraq 50 nəfər şəxsə təqdim edilmişdir. Əldə olunan nəticələr "Chronbach's alpha" ilə yoxlanılmışdır. "Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası"nın etibarlılıq dərəcəsinin $\alpha = 0,81$, "Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası"nın etibarlılıq dərəcəsinin $\alpha = 0,75$, "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi"nin etibarlılıq dərəcəsinin $\alpha = 0,83$ olduğu müəyyən edilmişdir. Əldə olunan bu nəticələrə etibarlı olduğu üçün ($\alpha > 0,70$), tədqiqat zamanı istifadə edilməsi məqsədəuyğun hesab edilmişdir.

Tədqiqat metodlarının işlənilməsindən əldə olunan nəticələrin hesablanması və ortalama göstəricilərinin təyin edilməsi üçün, “Compare mean” ölçmə meyarı istifadə edilmişdir. Verilənlərin normallığını (normal paylanıb/paylanmadığını) müəyyənləşdirmək üçün “Kolmogorov-Smirnov” və “Shapiro-Wilk” normallıq testləri istifadə edilmişdir. Normallıq testlərindən alınan nəticələrə əsasən parametrik testlərdən “Pirson” korrelyasiya əmsalı və ANOVA dispersiya analizi seçilmişdir. Cütlüklərin bağlanma tərzləri və münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasında statistik olaraq əhəmiyyətli əlaqənin olmasını müəyyənləşdirmək üçün “Pirson” korrelyasiya əmsalı istifadə edilmişdir. Güvənli bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin digər bağlanma tərzlərinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsindən statistik olaraq əhəmiyyətli dərəcədə yüksək olduğunu, həmçinin də qaçınan bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin statistik olaraq əhəmiyyətli dərəcədə aşağı olduğunu müəyyənləşdirmək üçün ANOVA dispersiya təhlili istifadə edilmişdir.

Tədqiqatın nəticələrinin etibarlılığı $p<0,05$ dərəcəsinə əsasən müəyyən edilmişdir.

III FƏSİL. TƏDQİQATDAN ALINAN NƏTİCƏLƏRİN STATİSTİK TƏHLİLİ VƏ MÜZAKİRƏSİ

3.1. Demoqrafik məlumatların göstəricilərin təhlili

3.8. Cütlüklərin münasibətdən məmnunluq indeksinin nəticələrinin təhliliTədqiqatda iştirak edən 100 nəfər tədqiq olunanın 50%-i (50 nəfər) kişilər, 50%-i (50 nəfər) qadınlardır. Tədqiq olunanların 63%-i (63 nəfər) evli, 23%-i (23 nəfər) nişanlı və 14%-i (14 nəfər) münasibətdə olan şəxslərdir. Tədqiq olunan şəxslərin 36%-nin (36 nəfər) münasibət müddəti 0-10 il, 53%-i (53 nəfər) 11-20 il, 11%-i (11 nəfər) 20 ildən çoxdur münasibətdə olan şəxslərdir. Məşğulluq statusuna əsasən, tədqiq olunanların 64%-i (64 nəfər) işləyən, 36%-i (36 nəfər) işsiz şəxslərdir. Təhsil səviyyəsinə əsasən tədqiq olunanların 2%-i (2 nəfər) təhsili olmayan, 5%-i (5 nəfər) orta təhsilli, 19%-i (19 nəfər) orta-ixtisas təhsilli, 74%-i (74 nəfər) ali təhsilli olan şəxslərdir.

Tədqiq olunan şəxslərin demoqrafik məlumatlar üzrə əldə olunan nəticələri aşağıda cədvəl 3.1-də təqdim edilmişdir.

<table>
<tr><th colspan="6">Cins</th><th colspan="6">Məşğulluq statusu</th></tr>
<tr><td colspan="3">Kişi</td><td colspan="3">Qadın</td><td colspan="3">İşsiz</td><td colspan="3">İşləyir</td></tr>
<tr><td colspan="3">50%</td><td colspan="3">50%</td><td colspan="3">36%</td><td colspan="3">64%</td></tr>
<tr><th colspan="6">Mədəni vəziyyəti</th><th colspan="6">Münasibət müddəti</th></tr>
<tr><td colspan="2">Evli</td><td colspan="2">Nişanlı</td><td colspan="2">Münasibətdə</td><td colspan="2">0-10 il</td><td colspan="2">11-20 il</td><td colspan="2">20 ildən çox</td></tr>
<tr><td colspan="2">63%</td><td colspan="2">23%</td><td colspan="2">14%</td><td colspan="2">36%</td><td colspan="2">53%</td><td colspan="2">11%</td></tr>
<tr><th colspan="12">Təhsil səviyyəsi</th></tr>
<tr><td colspan="3">Təhsilsiz</td><td colspan="3">Orta təhsilli</td><td colspan="3">Orta-ixtisas təhsilli</td><td colspan="3">Ali təhsilli</td></tr>
<tr><td colspan="3">2%</td><td colspan="3">5%</td><td colspan="3">19%</td><td colspan="3">74%</td></tr>
</table>

Cədvəl 3.1. Tədqiq olunanların demoqrafik göstəriciləri

3.2. Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalasının nəticələrinin təhlili

Demoqrafik göstəricilər təyin edildikdən sonra, tədqiq olunan şəxslərin bağlanma tərzlərini müəyyən etmək üçün onlara “Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası” təqdim

edilmişdir. Bu şkalanın nəticəsinə müvafiq olaraq tədqiq olunanlar bağlanma tərzinə əsasən qruplara daxil edilmişdir.

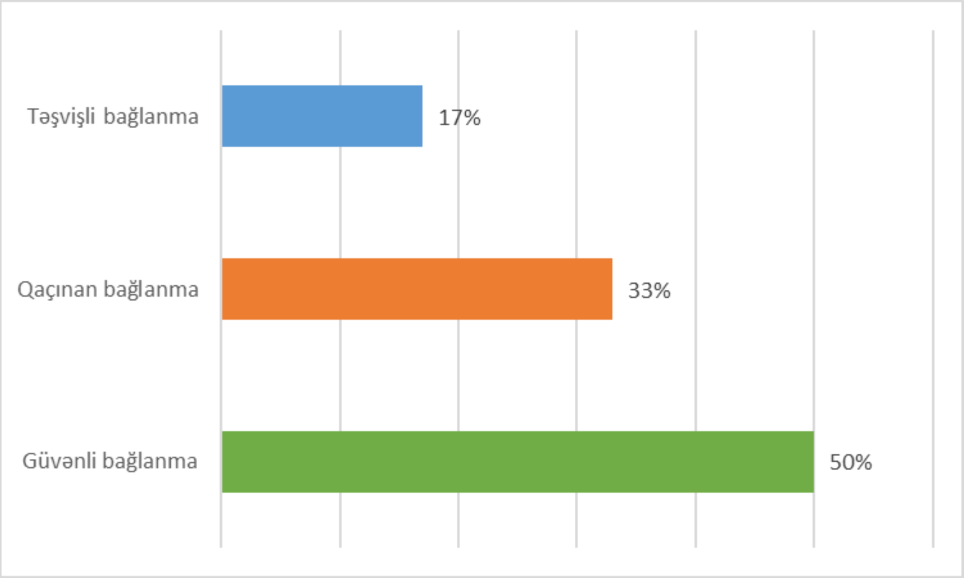
Şkalanın işlənilməsindən əldə olunan ümumi nəticələr aşağıda cədvəl 3.2-də təqdim edilmişdir.

Mülahizələr	**Tam olaraq mənə uyğun deyil**	**Qismən uyğun deyil**	**Müəyyən edə bilmirəm**	**Qismən uyğundur**	**Tam olaraq mənə uyğundur**
	M				
1.Mən özümə başqalarından asılı olmağa icazə verməkdə çətinlik çəkirəm	5,1	2,2	1,4	1,2	1,2
2.İnsanlar heç vaxt onlara ehtiyac duyduqda yanında olmurlar	4,8	3,1	1,1	1,1	1,7
3. Digər insanlara bağlı olan zaman özümü rahat hiss edirəm	1,4	1,1	1,9	3,5	3,9
4.Mən bilirəm ki, nə vaxt insanlara ehtiyacım olsa onlar yanımda olacaqlar	1,2	1,5	1,2	2,3	4,7
5.Mənim üçün insanlara tamamilə güvənmək çətindir	5,3	2,6	2,1	1,1	1,2
6.Ehtiyacım olan zaman həmişə digər insanlara arxalana biləcəyimə əmin deyiləm	3,4	2,9	1,8	1,4	1,3
7.Mən tez-tez tərk edilməklə bağlı narahatlıq hiss edirəm	1,6	2,2	1,7	3,7	5,1
8.Mən tez-tez partnyorumun məni sevməməsiylə bağlı narahatlıq hiss edirəm	4,8	3,2	1,1	1,1	1,2
9.Digər insanların mənim yaxın olduğum kimi mənə yaxınlaşmaqdan çəkindiyini görürəm	3,5	2,6	2,2	1,9	1,2
10.Mən tez-tez partnyorumun məni tərk	4,3	3,6	2,7	1,6	1,4

edəcəyilə bağlı narahat oluram					
11.Mən başqa bir insanla tamamilə birləşmək istəyirəm	3,8	2,9	1,4	1,7	1,5
12.Mənim birləşmək istəyim çox vaxt digərlərini qorxudur	4,5	2,4	1,6	1,4	1,4
13.Digər insanlara yaxınlaşmağı nisbətən asan hesab edirəm	1,3	1,8	2,2	3,3	4,7
14.Çox vaxt kimsə mənimlə yaxın olanda narahat olmuram	1,1	1,3	1,6	2,9	3,9
15.Digər insanlara yaxın olmaq məni biraz narahat edir	4,3	1,5	1,6	1,4	1,7
16.Kimsə mənə çox yaxınlaşanda əsəbləşirəm	3,9	2,7	1,7	1,4	1,5
17.Digər insanların məndən asılı olması mənə rahat hiss etdirir	1,4	1,4	2,7	1,5	5,1
18.Çox vaxt partnyorlarım mən özümü rahat hiss etdiyimdə daha yaxın olmaq istəyirlər	2,9	2,5	1,5	1,6	1,3

Cədvəl 3.2. “Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası”nın nəticələri

Şkaladan alınan nəticələrə əsasən müəyyən etmiş oluruq ki, tədqiq olunanların 50%-nin (50 nəfər) bağlanma tərzi güvənli, 33%-nin (33 nəfər) qaçınan, 17%-i (17 nəfər) təşvişlidir (şəkil 3.1.). Nəticələrə nəzər saldıqda tədqiq olunan şəxslər arasında güvənlə bağlanma tərzinin nisbətən daha çox olduğunu müşahidə etmiş oluruq (cədvəl 3.3.)



Şəkil 3.1. Tədqiq olunanların bağlanma tərzi üzrə göstəricilərinin təsviri

Bağlanma tərzi	N	%	M
Güvənli bağlanma	50	50%	22,7
Qaçınan bağlanma	33	33%	15,6
Təşvişli bağlanma	17	17%	8,1

Cədvəl 3.3. Tədqiq olunanların bağlanma tərzi üzrə göstəriciləri

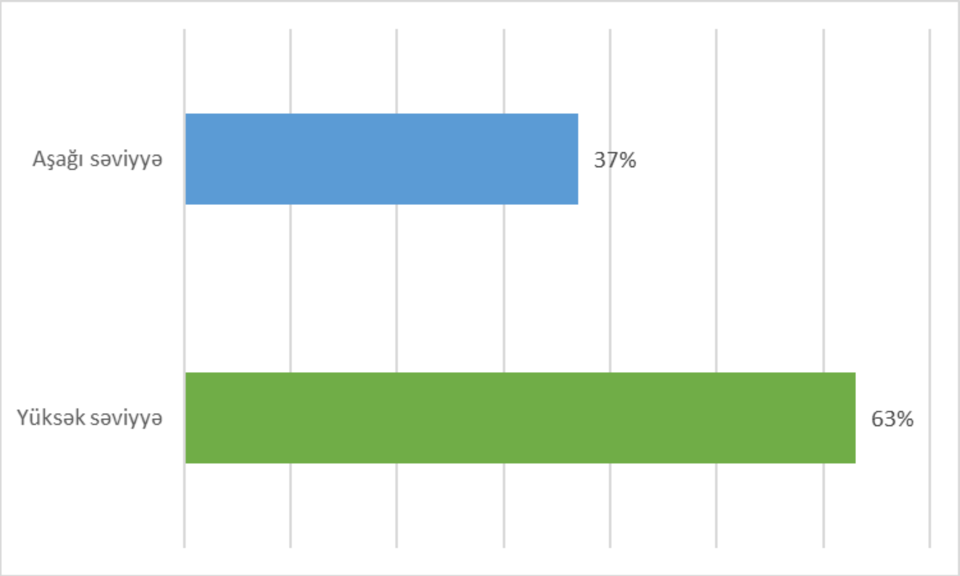
3.3. Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalasının nəticələrinin təhlili

Tədqiqat zamanı cütlüklərdə münasibətdən məmnunluq səviyyəsini təyin etmək üçün onlara "Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası" təqdim edilmişdir. Şkaladan əldə olunan nəticələr cədvəl 3.4-də təqdim edilmişdir.

Mülahizələr	Heç vaxt	Nadir hallarda	Bəzən	Çox zaman	Demək olarki hər zaman
	M				
1.Partnyorunuz ehtiyaclarınızı nə dərəcədə yaxşı qarşılayır?	5,5	4,3	2,8	3,8	4,2
2.Ümumiyyətlə, münasibətinizdən nə dərəcədə məmnunsunuz?	3,4	2,5	4,7	3,1	2,9
3.Digərləriylə müqayisədə münasibətiniz nə dərəcədə yaxşıdır?	3,1	4,2	1,9	5,3	2,3
4.Nə qədər tez-tez “kaş bu münasibətə girməzdim” arzulayırsınız?	3,8	4,7	2,6	3,4	2,9
5.Münasibətiniz nə dərəcədə sizin ilk vaxtlardakı gözləntilərinizi qarşılayır?	7,1	2,1	3,8	1,7	2,6
6.Partnyorunuzu nə qədər çox sevirsiniz?	5,2	6,1	2,1	2,3	1,9
7.Münasibətinizdə nə qədər problem var?	3,2	2,6	1,6	1,8	5,3

Cədvəl 3.4. “Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası”nın nəticələri

Əldə olunan nəticələrə əsasən müəyyən etmiş oluruq ki, tədqiq olunan şəxslərin 63%-nin (63 nəfər) münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsi yüksək, 37%-də isə (37 nəfər) münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsi aşağıdır (şəkil 3.2.).



Şəkil 3.2. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsi üzrə göstəricilərinin təsviri

Ümumi olaraq, tədqiq olunanlar arasında, münasibətdən məmnunluq səviyyəsi yüksək olaraq qiymətləndirilmişdir (cədvəl 3.5.).

Münasibətdən məmnunluq səviyyəsi	N	%	M
Yüksək səviyyə	63	63%	28,4
Aşağı səviyyə	37	37%	15,9

Cədvəl 3.5. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsi üzrə göstəriciləri

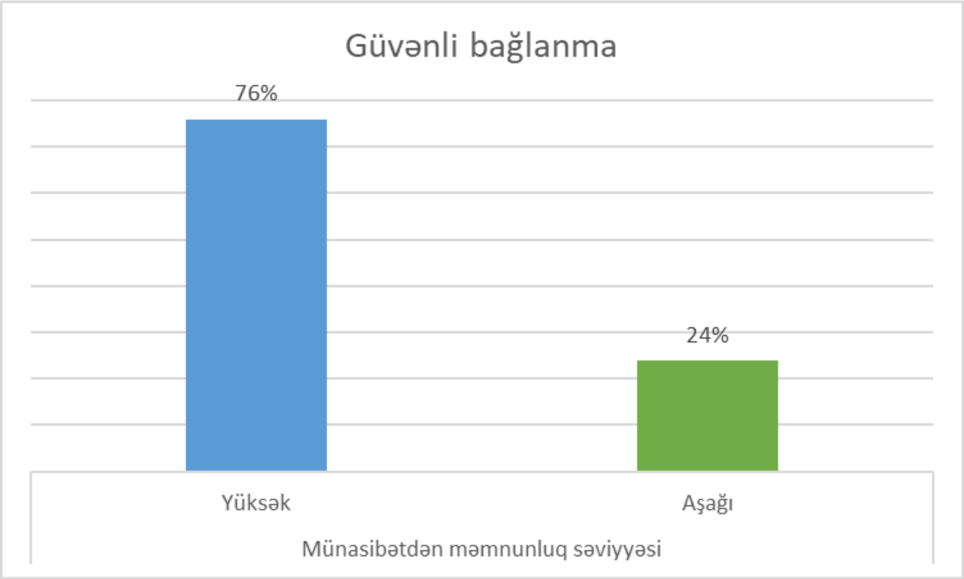
Bağlanma tərzlərinə əsasən (güvənli, qaçınan və təşvişli) "Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası"nın müqayisəli nəticələri cədvəl 3.6-da təqdim edilmişdir.

Mülahizələr	Güvənli bağlanma	Qaçınan bağlanma	Təşvişli bağlanma
	M		
1.Partnyorunuz ehtiyaclarınızı nə dərəcədə yaxşı qarşılayır?	10,1	2,3	5,5
2.Ümumiyyətlə, münasibətinizdən nə dərəcədə məmnunsunuz?	11,8	4,3	3,8
3.Digərləriylə müqayisədə münasibətiniz nə dərəcədə yaxşıdır?	9,7	3,1	2,9
4.Nə qədər tez-tez "kaş bu münasibətə girməzdim" arzulayırsınız?	1,3	9,9	10,5
5.Münasibətiniz nə dərəcədə sizin ilk vaxtlardakı gözləntilərinizi qarşılayır?	8,6	4,6	5,1
6.Partnyorunuzu nə qədər çox sevirsiniz?	10,3	5,8	4,2
7.Münasibətinizdə nə qədər problem var?	1,1	11,3	9,5

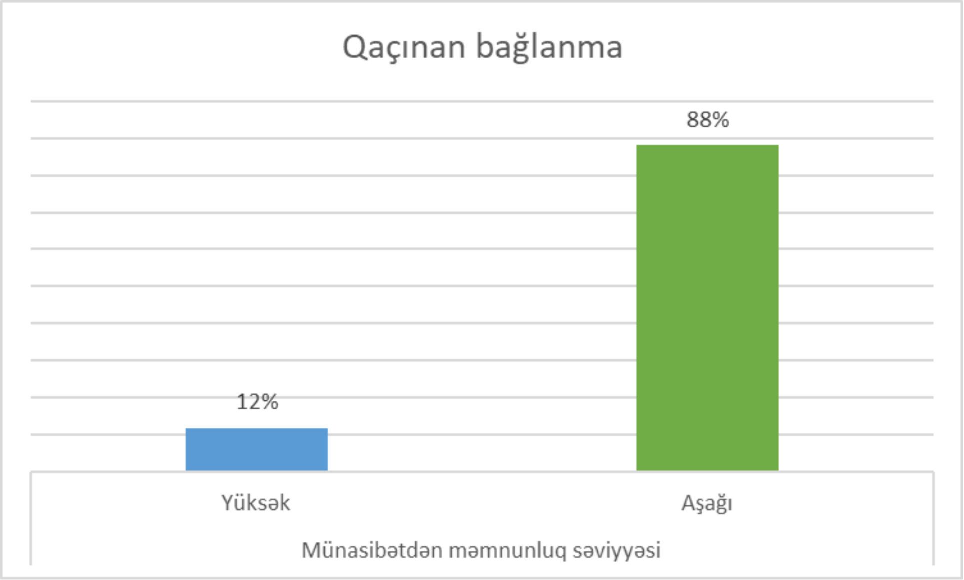
Cədvəl 3.6. "Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası"nın nəticələri (bağlanma tərzlərinə əsasən)

Nəticələrin təhlilinə əsasən müəyyən etmiş oluruq ki, bağlanma tərzi güvənli olan tədqiq olunanların 76%-nin (38 nəfər) münasibətdən məmnunluq səviyyəsi yüksək, 24%-nin isə (12 nəfər) münasibətdən məmnunluq səviyyəsi aşağı səviyyədir. Bağlanma tərzi qaçınan olan tədqiq olunanların 12%-nin (4 nəfər) münasibətdən məmnunluq səviyyəsi yüksək, 88%-nin isə (29 nəfər) münasibətdən məmnunluq səviyyəsi aşağı səviyyədir. Bağlanma tərzi təşvişli olan tədqiq olunanların 6%-nin (1 nəfər) münasibətdən məmnunluq səviyyəsi yüksək, 94%-nin isə (16 nəfər) münasibətdən məmnunluq səviyyəsi aşağı səviyyədir.

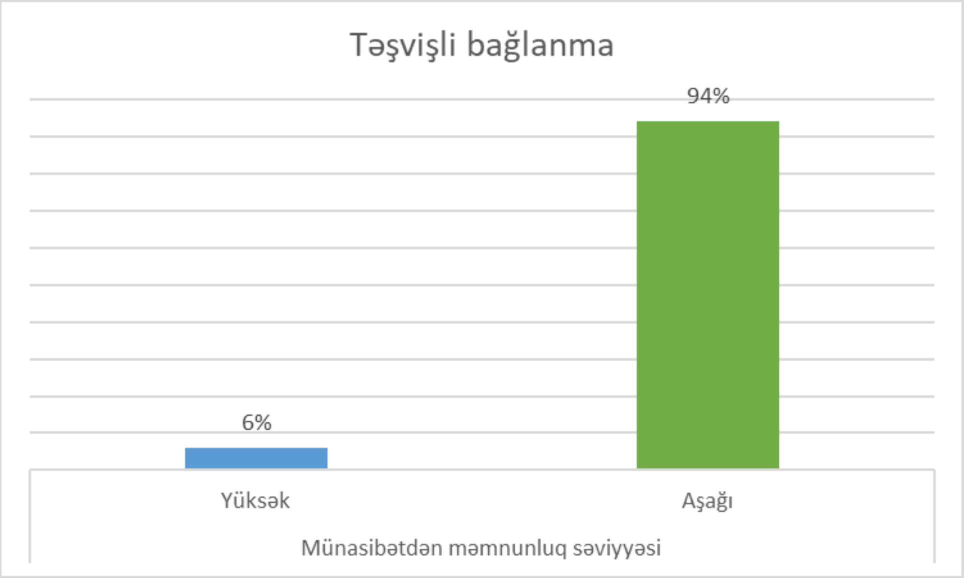
Əldə olunan nəticələrin müqayisəli təsviri aşağıda şəkil 3.3., şəkil 3.4. və şəkil 3.5-də təqdim edilmişdir.



Şəkil 3.3. Güvənli bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsi üzrə göstəricilərinin təsviri



Şəkil 3.4. Qaçınan bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsi üzrə göstəricilərinin təsviri



Şəkil 3.5. Təşvişli bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsi üzrə göstəricilərinin təsviri

Münasibətdən məmnunluq səviyyələrinin (yüksək və aşağı), tədqiq olunanların bağlanma tərzlərinə əsasən müqayisəli tədqiqindən müəyyən etmiş oluruq ki, güvənli bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların bir çoxunun münasibətdən məmnunluq səviyyəsi yüksəkdir. Güvənli bağlanma tərzi olan şəxslərdə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi aşağı olan şəxslər az idi. Qaçınan və təşvişli bağlanma tərzi olan şəxslərin isə, münasibətdən məmnunluq səviyyəsi aşağıdır. Əldə olunan nəticələr müqayisəli şəkildə cədvəl 3.7-də təqdim edilmişdir.

Bağlanma tərzləri	**Münasibətdən məmnunluq səviyyəsi**					
	Yüksək			*Aşağı*		
	N	%	M	N	%	M
Güvənli bağlanma	38	76%	33,5	12	24%	21,1
Qaçınan bağlanma	4	12%	15,1	29	88%	19,5
Təşvişli bağlanma	1	6%	9,2	16	94%	12,4

Cədvəl 3.7. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsinin bağlanma tərzləri üzrə göstəriciləri

3.8. Cütlüklərin münasibətdən məmnunluq indeksinin nəticələrinin təhlili

Tədqiq olunan şəxslərin münasibətdən məmnunluq səviyyəsinə əsasən, məmnunluq indeksini müəyyən etmək üçün onlara "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi" təqdim edilmişdir (cədvəl 3.8.).

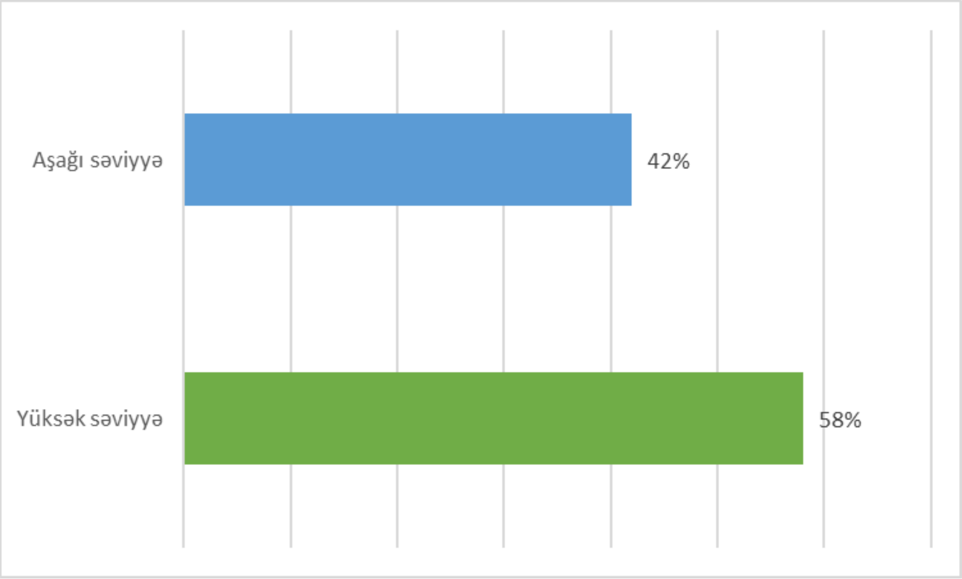
Mülahizələr	**5**	**4**	**3**	**2**	**1**
	M				
1. Münasibətinizin xoşbəxtlik dərəcəsini müəyyən edin	26,0	14,1	32,2	35,7	37,0
2.Birlikdə keçirilən vaxtın miqdarı	23,2	11,3	29,4	32,9	34,2
3.Vacib qərarların verilməsi	26,9	15,3	33,1	36,6	37,9
4.Sevgi nümayişləri	25,8	15,4	33,5	37,0	38,3
5.Ümumiyyətlə, partnyorunuzla aranızda hərşeyin yaxşı olduğunu nə qədər tez-tez düşünürsünüz?	24,2	12,5	30,6	34,1	35,4
6.Nə qədər tez-tez bu münasibətdə olmamağı arzulayırsınız?	26,7	16,2	34,3	37,8	39,1
7.Mən hələ də partnyorumla aramızda güclü bir bağ hiss edirəm	25,1	16,6	34,7	38,2	39,5
8.Əgər yenidən dünyaya gəlsəydim mən yenə eyni insanla evlənərdim (yaşayardım, birlikdə olardım)	27,7	13,2	31,3	34,8	36,1
9.Bizim münasibətimiz güclüdür	26,0	10,4	28,5	32,4	33,3
10.Bəzən mənim üçün daha yaxşısının olub-olmadığını düşünürəm	28,6	14,1	32,2	35,7	37,8
11.Partnyorumla münasibətimiz məni xoşbəxt edir	28,8	14,5	32,6	36,1	37,4
12.Mənim partnyorumla isti və rahat münasibətim var	26,3	11,7	29,8	33,3	34,6

13.Partnyorumla münasibətimi bitirməyi təsəvvür edə bilmirəm	29,7	15,4	33,5	37,4	38,3
14.Mən hiss edirəm ki, hər mövzuda partnyoruma etibar edə bilərəm	28,7	15,8	33,9	37,4	38,7
15.Son zamanlar münasibətim haqqında ikinci dəfə düşündüm	27,1	12,4	30,5	34,9	35,3
16.Partnyorum mənim üçün mükəmməl bir romantik partnyordur	29,6	9,6	27,7	31,2	32,5
17.Partnyorumla birlikdə özümü həqiqətən bir komandanın parçası kimi hiss edirəm	28,5	13,3	31,4	34,9	36,2
18.Başqa birinin məni partnyorum kimi xoşbəxt hiss etdirə biləcəyini təsəvvür edə bilmirəm	30,5	15,7	33,8	37,3	38,6
19.Partnyorunuzla münasibətiniz nə dərəcədə qane edicidir?	28,9	12,8	30,9	34,4	35,7
20.Partnyorunuz ehtiyaclarınızı nə dərəcədə yaxşı qarşılayır	31,4	16,6	34,7	38,2	39,5
21.Münasibətiniz ilkin gözləntilərinizə nə dərəcədə cavab verir?	31,7	16,9	35,0	38,5	39,8
22.Ümumiyyətlə, münasibətinizdən nə dərəcə razısınız?	28,9	14,1	32,2	35,7	37,1
23.Münasibətiniz digərləriylə müqayisədə nə dərəcədə yaxşıdır?	32,6	17,8	35,9	39,4	40,7
24.Partnyorunuzla vaxt keçirməkdən zövq alırsınız?	31,5	18,2	36,3	39,8	41,1
25.Siz və partnyorunuz nə dərəcədə tez-tez birlikdə əylənirsiniz?	29,9	14,8	32,9	36,4	37,7
26.Maraqlı-Sıxıcı	32,4	12,0	10,1	33,6	34,9
27.Pis-Yaxşı	30,8	15,7	33,8	37,3	38,6

28.Dolu-boş	33,4	16,1	34,2	37,7	39,0
29.Tənha-Dostca	31,7	12,7	30,8	34,3	35,6
30.Güclü-Zəif	34,3	9,8	27,9	31,4	32,7
31.Həvəssiz-Ümid verən	34,5	13,6	31,7	35,2	36,5
32.Xoş-Acınacaqlı	31,7	13,9	32,0	35,5	36,8

Cədvəl 3.8. "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi"nin nəticələri

Əldə olunan göstəricilərə əsasən müəyyən etmiş oluruq ki, tədqiq olunan şəxslərin münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə nəticələri 58%-də (58 nəfər) yüksək, 42%-də (42 nəfər) aşağıdır (şəkil 3.6.).



Şəkil 3.6. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəricilərinin təsviri

Ümumi olaraq, tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəriciləri cədvəl 3.9-da təqdim edilmişdir.

Münasibətdən məmnunluq indeksi	N	%	M
Yüksək səviyyə	58	58%	120,6
Aşağı səviyyə	42	42%	79,3

Cədvəl 3.9. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəriciləri

Bağlanma tərzlərinə əsasən (güvənli, qaçınan və təşvişli) "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi"nin müayisəli nəticələri cədvəl 3.10-da təqdim edilmişdir.

Mülahizələr	**Güvənli bağlanma**	**Qaçınan bağlanma**	**Təşvişli bağlanma**
		M	
1. Münasibətinizin xoşbəxtlik dərəcəsini müəyyən edin	37,8	24,5	7,3
2.Birlikdə keçirilən vaxtın miqdarı	35,0	21,7	22,5
3.Vacib qərarların verilməsi	38,7	25,4	19,7
4.Sevgi nümayişləri	39,1	25,8	23,4
5.Ümumiyyətlə, partnyorunuzla aranızda hərşeyin yaxşı olduğunu nə qədər tez-tez düşünürsünüz?	36,2	23,9	22,3
6.Nə qədər tez-tez bu münasibətdə olmamağı arzulayırsınız?	39,9	26,7	9,2
7.Mən hələ də partnyorumla aramızda güclü bir bağ hiss edirəm	40,3	27,1	9,6
8.Əgər yenidən dünyaya gəlsəydim mən yenə eyni insanla evlənərdim (yaşayardım, birlikdə olardım)	36,9	23,7	16,2
9.Bizim münasibətimiz güclüdür	34,1	20,9	13,4

10.Bəzən mənim üçün daha yaxşısının olub-olmadığını düşünürəm	37,8	24,6	27,1
11.Partnyorumla münasibətimiz məni xoşbəxt edir	38,2	24,9	24,7
12.Mənim partnyorumla isti və rahat münasibətim var	35,4	22,1	21,9
13.Partnyorumla münasibətimi bitirməyi təsəvvür edə bilmirəm	39,1	25,8	25,6
14.Mən hiss edirəm ki, hər mövzuda partnyoruma etibar edə bilərəm	39,5	26,2	21,7
15.Son zamanlar münasibətim haqqında ikinci dəfə düşündüm	36,1	22,8	20,1
16.Partnyorum mənim üçün mükəmməl bir romantik partnyordur	33,3	20,0	22,6
17.Partnyorumla birlikdə özümü həqiqətən bir komandanın parçası kimi hiss edirəm	37,5	23,7	21,9
18.Başqa birinin məni partnyorum kimi xoşbəxt hiss etdirə biləcəyini təsəvvür edə bilmirəm	39,4	26,1	23,5
19.Partnyorunuzla münasibətiniz nə dərəcədə tətmin edicidir?	36,5	23,3	21,9
20.Partnyorunuz ehtiyaclarınızı nə dərəcədə yaxşı qarşılayır	40,3	27,0	24,5
21.Münasibətiniz ilkin gözləntilərinizə nə dərəcədə cavab verir?	40,6	27,4	19,9
22.Ümumiyyətlə, münasibətinizdən nə dərəcə razısınız?	37,8	24,6	17,1

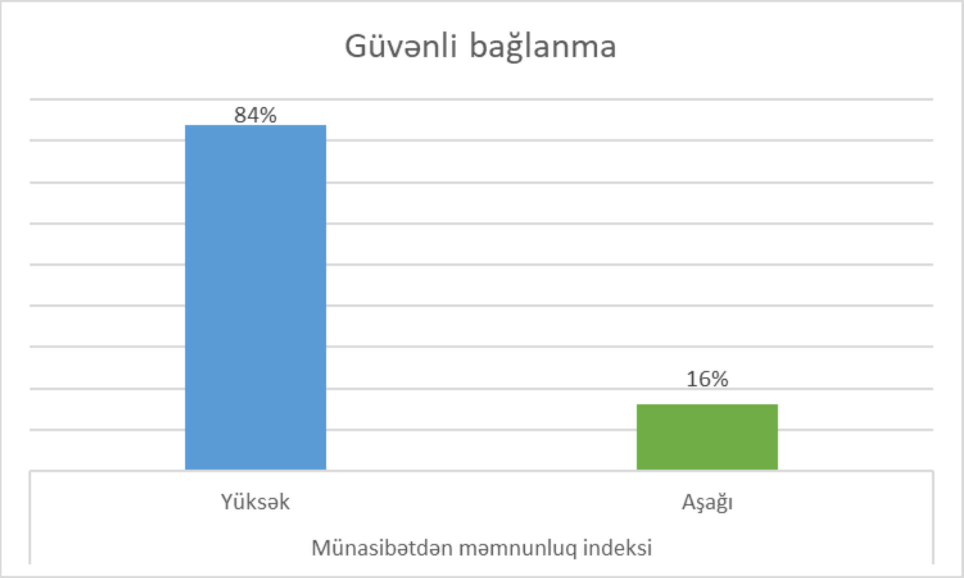
23.Münasibətiniz digərləriylə müqayisədə nə dərəcədə yaxşıdır?	41,5	28,3	20,8
24.Partnyorunuzla vaxt keçirməkdən zövq alırsınız?	41,9	28,6	17,2
25.Siz və partnyorunuz nə dərəcədə tez-tez birlikdə əylənirsiniz?	38,5	25,3	27,8
26.Maraqlı-Sıxıcı	35,7	22,4	15,9
27.Pis-Yaxşı	39,4	26,2	29,5
28.Dolu-boş	39,8	26,5	29,3
29.Tənha-Dostca	36,4	23,1	26,9
30.Güclü-Zəif	33,5	20,3	12,8
31.Həvəssiz-Ümid verən	37,3	24,3	16,5
32.Xoş-Acınacaqlı	37,6	24,4	16,9

Cədvəl 3.10. "Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi"nin nəticələr (bağlanma tərzlərinə əsasən)

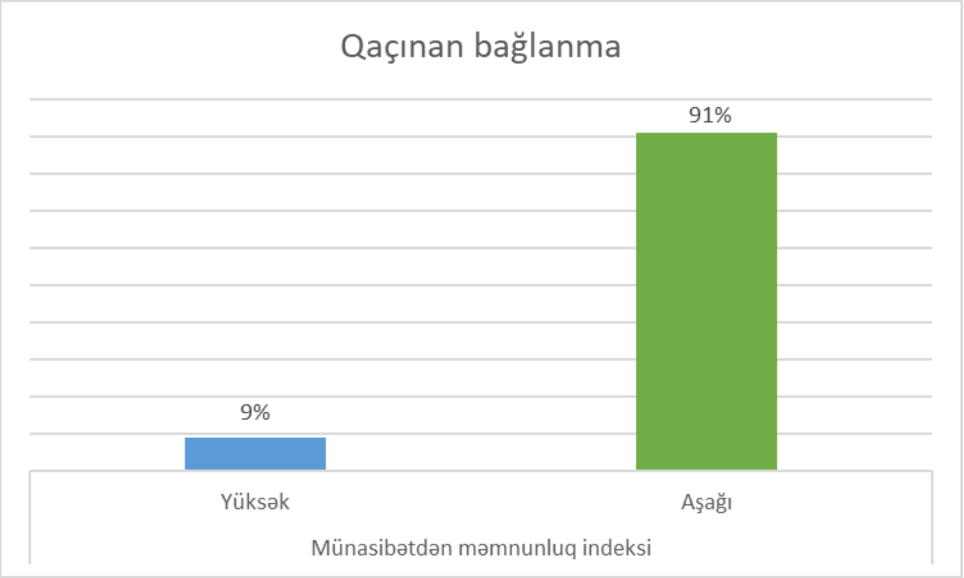
3.5. Cütlüklərdə bağlanma tərzi və münasibətdən məmnunluq arasındakı əlaqənin statistik təhlili

Nəticələrin təhlilinə əsasən müəyyən etmiş oluruq ki, bağlanma tərzi güvənli olan tədqiq olunanların 84%-nin (42 nəfər) münasibətdən məmnunluq indeksi göstəriciləri yüksək, 16%-nin isə (8 nəfər) münasibətdən məmnunluq indeksi göstəriciləri aşağı səviyyədir. Bağlanma tərzi qaçınan olan tədqiq olunanların 9%-nin (3 nəfər) münasibətdən məmnunluq indeksi göstəriciləri yüksək, 91%-nin isə (30 nəfər) münasibətdən məmnunluq indeksi göstəriciləri aşağı səviyyədir. Bağlanma tərzi təşvişli olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi göstəriciləri aşağı səviyyədir. Təşvişli bağlanma tərzi olan şəxslər arasında, münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəriciləri yüksək olanlar şəxslər yoxdur.

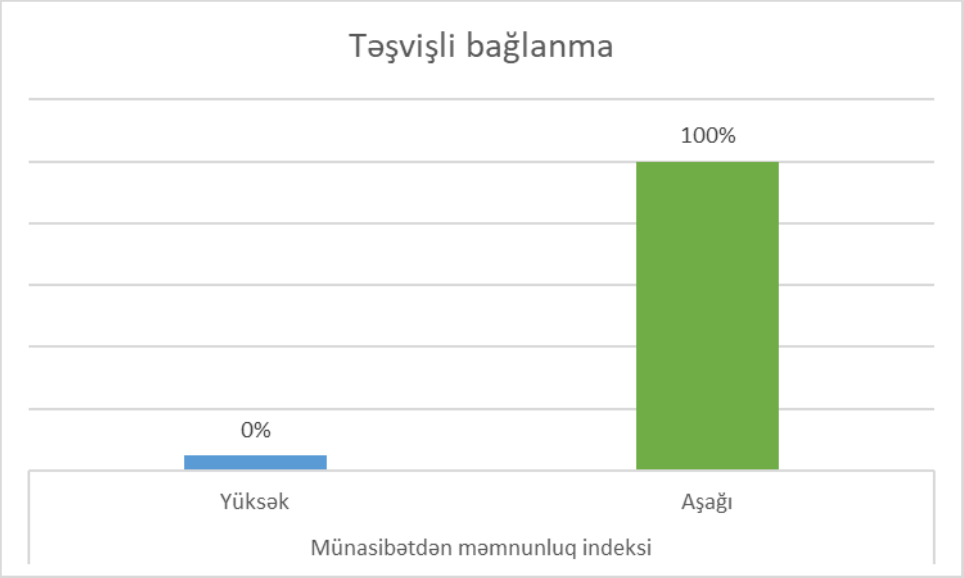
Əldə olunan nəticələrin müqayisəli təsviri aşağıda şəkil 3.7., şəkil 3.8. və şəkil 3.9-da təqdim edilmişdir.



Şəkil 3.7. Güvənli bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəricilərinin təsviri



Şəkil 3.8. Qaçınan bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəricilərinin təsviri



Şəkil 3.8. Təşvişli bağlanma tərzi olan tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəricilərinin təsviri

Münasibətdən məmnunluq inkdeksinin səviyyələrinin təhlilinə əsasən, güvənli bağlanma tərzi olan tədqiq olunanlarda göstəricilərin yüksək olduğunu müəyyən etmiş oluruq. Qaçınan bağlanma tərzi olan şəxslərin isə, münasibətdən məmnunluq indeksinin səviyyəsi əsasən aşağıdır. Lakin təşvişli bağlanma tərzi olan şəxslər arasında, münasibətdən məmnunluq indeksi yüksək səviyyə olan tədqiq olunanlar yoxdur. Əldə olunan nəticələr müqayisəli şəkildə cədvəl 3.10-da təqdim edilmişdir.

Bağlanma tərzləri	**Münasibətdən məmnunluq indeksi**					
	Yüksək			*Aşağı*		
	N	%	M	N	%	M
Güvənli bağlanma	42	84%	134,5	8	16%	94,1
Qaçınan bağlanma	3	9%	31,3	30	91%	67,5
Təşvişli bağlanma	0	-	-	17	100	60,1

Cədvəl 3.10. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq indeksinin bağlanma tərzləri üzrə göstəriciləri

Tədqiqat zamanı istifadə edilən metodlardan əldə edilən nəticələrdə normal paylanma olub/olmadığını müəyyən etmək üçün normallıq testləri (Kolmogorov-Smirnov; Shapiro-Wilk) istifadə edilmişdir. Normallıq testlərinin nəticələri cədvəl 3.11-də təqdim edilmişdir.

Metodlar	**Kolmogorov-Smirnov**			**Shapiro-Wilk**		
	Stats.	DF	Sig.	Stats.	DF	Sig.
Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası	0,286	100	0,075	0,301	100	0,091
Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalası	0,190	100	0,079	0,214	100	0,083
Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi	0,517	100	0,061	0,608	100	0,075

Cədvəl 3.11. Normallıq testlərinin göstəriciləri (Kolmogorov-Smirnov; Shapiro-Wilk)

Cədvəl 3.11-də normallıq testlərindən əldə olunan nəticələrə nəzər saldıqda, görmüş oluruq ki, tədqiqat zamanı istifadə edilən metodlardan əldə olunan göstəricilərdə paylanma normaldır ($p>0,05$). Belə ki, bu nəticəyə əsasən tədqiqatın növbəti mərhələsində, müvafiq qaydada paramaterik statistik testlər istifadə edilmişdir.

Tədqiqat zamanı irəli sürülən əsas fərziyyənin tədqiqi üçün "Pirson" korrelyasiya əmsalı istifadə edilmişdir. Cütlüklərin bağlanma tərzləri və münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasında statistik olaraq əhəmiyyətli əlaqənin tədqiq edilməsindən əldə olunan nəticələr cədvəl 3.12-də təqdim edilmişdir.

Bağlanma tərzləri	**Münasibətdən məmnunluq səviyyəsi**		
	N	*Sig.*	*R*
Güvənli bağlanma	100	0,001	0,716
Qaçınan bağlanma		0,000	-0,701
Təşvişli bağlanma		0,000	-0,564

Cədvəl 3.12. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasındakı əlaqənin tədqiqi

Cədvəl 3.12-də qeyd edilən Pirson korrelyasiya əmsalına nəzər saldıqda, müəyyən etmiş oluruq ki, bağlanma tərzi güvənli olan tədqiq olunanların, məmnunluq səviyyəsi arasında

müsbət və güclü (r= 0,716) korrelyasiya əlaqəsi var. Belə ki, güvənli bağlanma tərzi ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsini daha da yüksəltmiş olur. Qaçınan və təşvişli bağlanma tərzləri və münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasında mənfi və güclü (r= -0,701; r= -0,564) korrelyasiya əlaqəsi vardır. Qaçınan və təşvişli bağlanma tərzlərinin münasibətdən məmnunluq səviyyəsini aşağı saldığını, münasibətləri zəiflətmiş olduğunu qeyd də bilərik. Əldə olunan bu nəticələr statistik olaraq əhəmiyyətli ($p<0,05$) olduğu üçün statistik dürüstlük ödənilmiş hesab edilir. Cütlüklərin bağlanma tərzləri və münasibətdən məmnunluq indeksi arasında statistik olaraq əhəmiyyətli dərəcədə əlaqənin tədqiq edilməsindən əldə olunan nəticələr cədvəl 3.13-də təqdim edilmişdir.

Bağlanma tərzləri	**Münasibətdən məmnunluq səviyyəsi**		
	N	*Sig.*	*R*
Güvənli bağlanma	100	0,003	0,675
Qaçınan bağlanma		0,001	-0,600
Təşvişli bağlanma		0,001	-0,503

Cədvəl 3.13. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq indeksi arasındakı əlaqənin tədqiqi

Cədvəl 3.13-də qeyd edilən Pirson korrelyasiya əmsalına nəzər saldıqda, müəyyən etmiş oluruq ki, bağlanma tərzi güvənli olan tədqiq olunanların, məmnunluq indeksi arasında müsbət və güclü (r= 0,675) korrelyasiya əlaqəsi var. Qaçınan və təşvişli bağlanma tərzləri və münasibətdən məmnunluq indeksi arasında mənfi və güclü (r= -0,600; r= -0,503) korrelyasiya əlaqəsi vardır. Güvənli bağlanma tərzi ilə münasibətdən məmnunluq indeksi daha da artmış olur. Qaçınan və təşvişli bağlanma tərzlərində münasibətdən məmnunluq indeksini aşağı olur. Əldə olunan bu nəticələr statistik olaraq əhəmiyyətli ($p<0,05$) olduğu üçün statistik dürüstlük ödənilmiş hesab edilir.

Belə ki, bağlanma tərzləri və münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasında korrelyasiya əlaqəsinin olduğunu təyin etdikdən sonra, münasibətdən məmnunluq səviyyəsinin bağlama tərzlərinin hər birində ayrı-ayrılıqda hansı dərəcədə olduğunu təyin etmək üçün irəli sürülən köməkçi fərziyyələr dispersiya analizi (ANOVA) vasitəsi ilə öyrənilmişdir.

Güvənli bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin digər bağlanma tərzlərinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsindən statistik olaraq əhəmiyyətli dərəcədə yüksək olduğunu, qaçınan bağlanma

tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin əhəmiyyətli dərəcədə aşağı olduğunun dispersiya analizi vasitəsilə ilə statistik tədqiqindən alınan nəticələr aşağıda cədvəl 3.14-də təqdim edilmişdir.

Göstərici	Qruplar	Kvadrat cəmi	Df	Sig.	F
Münasibətdən məmnunluq səviyyəsi	Qruplararası Qrupdaxili Ümumi	196,3 55,7 252	3 97 100	0,001	1,515
Münasibətdən məmnunluq indeksi	Qruplararası Qrupdaxili Ümumi	345,1 103,6 448,7	3 97 100	0,001	2,803

Cədvəl 3.14. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasındakı əlaqənin dispersiya analizi (ANOVA)[1]

ANOVA dispersiya analizinin birinci hesabat cədvəlindən əldə edilən Fişer əmsalına (F=1,515; F= 2,803) və əhəmiyyətlilik dərəcəsinə (p= 0,001) nəzər saldıqda müəyyən etmiş oluruq ki, bağlanma tərzlərinə əsasən, münasibətdən məmnunluq səviyyəsi və münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəricilər əhəmiyyətli dərəcədə fərqlidir. Lakin hansı bağlanma tərzlərində, münasibətlərdən məmnunluğun yüksək və ya aşağı olması barədə məlumatlar bizə məchuldur. Belə ki, bu münasibətdən məmnunluq göstəricilərinin hansı bağlanma tərzlərində, hansı səviyyədə olduğunu müəyyən etmək üçün, ANOVA dispersiya analizinin növbəti ikinci hesabat cədvəlinə nəzər salmaq lazımdır (cədvəl 3.15.).

Göstərici	Bağlanma tərzi (I)	Bağlanma tərzi (J)	Orta fərqlər	SD	Sig.	95% orta məsafə	
						Min.	*Max.*
Münasibətdən məmnunluq səviyyəsi	Güvənli	Qaçınan	4,3	0,11	0,000	3,2	5,1
		Təşvişli	7,1	0,10	0,000	6,4	8,3
	Qaçınan	Güvənli	-4,3	0,11	0,000	-5,1	-3,2
		Təşvişli	1,6	0,13	0,001	1,1	2,3
	Təşvişli	Güvənli	-7,1	0,10	0,001	-8,3	-6,4
		Qaçınan	-1,6	0,13	0,000	-2,3	-1,1
Münasibətdən məmnunluq indeksi	Güvənli	Qaçınan	15,1	0,12	0,000	14,5	16,8
		Təşvişli	17,2	0,11	0,000	15,1	18,2
	Qaçınan	Güvənli	-15,1	0,12	0,000	-16,8	-14,5
		Təşvişli	8,9	0,11	0,002	7,1	9,3
	Təşvişli	Güvənli	-17,2	0,11	0,000	-18,2	-15,1
		Qaçınan	-8,9	0,11	0,002	-9,3	-7,1

Cədvəl 3.15. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasındakı əlaqənin dispersiya analizi (ANOVA)[2]

Cədvəl 3.15-də ANOVA dispersiya analizinin ikinci hesabat cədvəlindən əldə olunan nəticələrdən müəyyən etmiş oluruq ki, bağlanma tərzi güvənli olan tədqiq olunanların, münasibətdən məmnunluğu, digər bağlanma tərzlərinə (qaçınan, təşvişli) nisbətən yüksəkdir. Qaçınan bağlanma tərzinə malik olan şəxslərdə münasibətdən məmnunluq aşağı səviyyədədir. Əldə olunan bu nəticələr əhəmiyyətli dərəcədə ($p<0,05$) olduğu üçün statistik dürüstlük təmin edilmişdir. Belə ki, dispersiya analizindən alınan göstəricilərə əsasən qeyd edə bilərik ki, güvənli bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsi digər bağlanma tərzlərinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsindən statistik olaraq əhəmiyyətli dərəcədə yüksəkdir. Həmçinin də, müəyyən etmiş oluruq ki, qaçınan bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsi statistik olaraq əhəmiyyətli dərəcədə aşağıdır.

Tədqiqat zamanı əldə olunan göstəricilərin statistik təhlilindən əldə olunan nəticələr, tədqiqat zamanı irəli sürülən fərziyyələrin (bir əsas və iki köməkçi) tədqiqi əhəmiyyəti olduğunu təyin etmiş olur. Ümumi olaraq alınan nəticələrin təhlilinə əsasən, fərziyyələrin təsdiqini tapdığını qeyd edə bilərik.

NƏTİCƏ

Tədqiqat zamanı əldə olunan nəticələrin qısa icmalı aşağıda qeyd edilmişdir:

- Güvənli bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin yüksək olduğu müəyyən edilmişdir;
- Güvənli bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən məmnunluq indeksinin yüksək olduğu müəyyən edilmişdir;
- Qaçınan bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin aşağı olduğu müəyyən edilmişdir;
- Qaçınan bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən məmnunluq indeksinin aşağı olduğu müəyyən edilmişdir;
- Təşvişli bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin aşağı olduğu müəyyən edilmişdir;
- Təşvişli bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən məmnunluq indeksinin aşağı olduğu müəyyən edilmişdir;
- Tədqiq olunan şəxslərin bağlanma tərzləri (güvənli, qaçınan, təşvişli) və münasibətlərindən məmnunluq səviyyələri arasında əhəmiyyətli əlaqənin olduğu müəyyən edilmişdir;
- Güvənli bağlanma tərzinə malik olan tədqiq olunanların münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin digər bağlanma tərzlərinə (qaçınan, təşvişli) malik olan tədqiq olunanların münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsindən əhəmiyyətli dərəcədə yüksək olduğu müəyyən edilmişdir;
- Qaçınan bağlanma tərzinə malik olan tədqiq olunanların münasibətlərindən məmnunluq səviyyəsinin əhəmiyyətli dərəcədə aşağı olduğu müəyyən edilmişdir.

Bağlanmanın, valideyn-uşaq münasibətinin, erkən uşaqlıq dönəmində uşağa qayğı göstərənlə qurulan bağlanma tərzlərinin təsirləri insanların həyatlarının demək olar ki, bütün sferalarında özünü göstərir. Bağlanma davranışı, bağlılığın tərzindən asılı olaraq həm müsbət, həm də mənfi təsirlərə malikdir. Tədqiqatlar göstərir ki, bağlanma tərzləri təkcə münasibətlərdə deyil, həm də şəxsi psixoloji vəziyyətdə müxtəlif formalarda özünü göstərir. Cütlüklərdə bağlanma tərzlərinin təsnifatına baxdığımızda bu problemin ən çox rast gəlinən növünün şəxsiyyətlərarası münasibətlərdən məmnuniyyətə təsir etdiyi görünür. Yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərdə, bağlanma nəzəriyyəsi və bağlanma tərzləri olduqca önəmlidir. Çünki, bağlanma tərzləri şəxsi inkişafımızın bir hissəsi olaraq qəbul edilir və eyni zamanda bağlanma tərzləri dəyişşdirilə bilər elə bu səbəblə əgər şəxs bağlanma tərzini anlayırsa, hansı növ bağlılıq inkişaf etdirib və onu

necə dəyişə biləcəyini öyrənərsə, beləliklə bu onun daha sağlam münasibətlər və sağlam bir həyat qurmağına kömək edəcəkdir. Bununla yanaşı, insan həm özünün, həm də partnyorunun hansı növ bağlanma tərzinə malik olduğunu müəyyən edərək və anlayaraq daha sağlam, məmnun və uzun müddətli münasibət yaşaya bilər. Münasibətlərdə bu vacib nüansları anlamaq və sağlam bağlanma tərzi inkişaf etdirmək daha sağlam struktura malik münasibət qurmaq mümkündür.

Bağlanma nəzəriyyəsi, fərdlərin erkən uşaqlıqda inkişaf etdirdiyi bağlanma tərzləri yetkinlik dövründə də onların münasibətlərində təsirli olduğunu vurğulayır (Hazan, Shaver 1988). Aparılan tədqiqat zamanı əldə olunan nəticələr də bu nəzəriyyəni dəstəkləyir. Araşdırma zamanı məlum olmuşdur ki, güvənli bağlanma tərzi fərdlərin münasibətlərində etibar, açıqlıq və emosional yaxınlıq təmin etdiyini göstərir, bu da öz növbəsində yüksək münasibət məmnuniyyətə kömək edir. Digər tərəfdən, təşvişli bağlılıq tərzi həddindən artıq asılılıq və daimi təsdiq axtarışı ilə əlaqələndirilir ki, bu da münasibətlərdə stress və narazılığa səbəb olur. Qaçınan bağlanma tərzi emosional məsafə və bağlılıq qorxusu ilə xarakterizə olunduğu üçün bu tərz bağlılığa malik olan şəxslərdə münasibətdən məmnunluq səviyyəsinin aşağı olması müşahidə olunur.

Bu araşdırmalar, cütlük terapiyası və psixoterapiyalar üçün mühüm praktiki əhəmiyyətə malikdir. Güvənli bağlanma tərzini təşviq etmək münasibətlərdə yüksək səviyyəli məmnuniyyətə səbəb ola bilər. Bu kontekstdə cütlük terapevtləri və psixoterapevtlər, fərdlərin bağlanma tərzlərini müəyyən edə və bu bağlanma tərzlərini daha güvənli etmək üçün strategiyalar hazırlaya bilərlər. Məsələn, təşvişli bir bağlanma tərzi olan fərdlər münasibətlərində daha müstəqil və özünə güvənən olmaları üçün istiqamətləndirilə bilər. Qaçınan bağlanma tərzi olan insanlar isə emosional yaxınlıq yaratmaqda və bağlanma qorxusunu aradan qaldırmaqda dəstək ola bilərlər.

Aparılan araşdırmalardan əldə olunan nəticələrdən aydın olmuşdur ki, əslində uşaq vaxtı inkişaf etdirilən bağlanma tərzi dəyişə bilir. Yəni insan uşaqlıqda güvənsiz bağlanmaya malik olsa da yetkinlik dönəmində bunu güvənli bağlanmaya gətirib çıxara bilər. Və yaxud insan uşaqlıq dönəmində güvənli bağlılıq inkişaf etdirmiş olsa da yetkinlik dönəmində yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərində xüsusilə də romantik münasibətlərindən əldə etdiyi təcrübələrə əsasən güvənsiz bağlanmaya gəlib çıxa bilər. Bağlanmanın bu tərzdə güvənlidən güvənsizə dəyişməsi "Bağlanmanın zədələnməsi" adlanır. Bağlanma zədələnmə anlayışı, cütlük və ailə psixoterapevtləri tərəfindən qısa müddətli strukturlaşdırılmış olan "Duyğu odaklı terapiya" tətbiqində ortaya çıxmışdır. Burdan da aydın olur ki, erkən uşaqlıqdan yaranan

bağlanma davranışı insan üçün həyat boyu davam edən və dəyişə bilən olduqca vacib bir elementdir.

Bundan əlavə, bu araşdırmanın nəticələri münasibət məmnuniyyəti ilə bağlı gələcək tədqiqatlar üçün mühüm əsas yaradır. Bağlanma tərzlərinin münasibətdən məmnunluğa təsirini daha ətraflı araşdırmaq üçün daha böyük və daha müxtəlif nümunələrlə tədqiqatlar aparıla bilər. Xüsusilə, hamiləlik dönəmində ananın yaşadıqları, valideynlərin bir-biriylə olan münasibətlərinin uşağın bağlanma tərzlərinə təsiri araşdırıla bilər. Beləliklə biz erkən uşaqlıq dönəmində ailə daxili münasibətlərin, bağların uşağa necə təsir etdiyini daha dərindən anlaya bilərik. Bu da gələcəkdə uşağın partnyor seçimi, valideynlik tərzini, şəxsiyyətlərarası münasibətləri və bir sözlə bütün həyat sferasını anlamağa imkan verər. Bu cür tədqiqatlar münasibətdən məmnunluq və bağlanma tərzləri arasındakı əlaqə ilə bağlı daha əhatəli və ümumiyyətlə etibarlı nəticələr əldə etməyə kömək edəcəkdir.

Nəticə olaraq, bu araşdırma cütlüklərdə bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnuniyyət arasındakı əlaqəni anlamaqda töhfə verir. Əhəmiyyətli olan odur ki, bu araşdırma münasibətlərin rifahını təşviq etməyə yönəlmiş müdaxilələr üçün praktiki təsirlərə malikdir. Münasibətlərin dinamikasının formalaşmasında bağlanma tərzlərinin rolunu dərk edərək, terapevtlər və cütlüklər əsas problemləri həll etmək, ünsiyyəti gücləndirmək və güvənli bağlanma inkişaf etdirmək üçün birgə işləyə bilərlər. İrəli getmək, bağlanma nəzəriyyəsi və onun münasibətlərə tətbiqi ilə bağlı tədqiqatların davam etdirilməsi, şəxsiyyətlərarası münasibətlər və yaxınlıq anlayışımızı inkişaf etdirmək üçün əhəmiyyət kəsb edir. Empirik tapıntıları klinik anlayışlarla birləşdirərək, biz daha sağlam, daha dolğun münasibətlərin qurulmasında insanlara dəstək olmaq üçün müdaxilələri və strategiyaları daha da təkmilləşdirə bilərik. Nəhayət, bağlanma ilə bağlı dinamikanı tanıyaraq və onlara müraciət etməklə biz inam, təhlükəsizlik və qarşılıqlı anlaşma əsasında inkişaf edən daha güclü, daha möhkəm münasibətlər yaratmağa çalışa bilərik.

Ədəbiyyat:

1. Bayramov Ə.S., Əlizadə Ə.Ə. (2003). Sosial Psixologiya. Dərslik. Bakı, “Qapp-Poliqraf ” Korporasiyası, , 356 səh., 207-231.
2. Bayramov Ə.S., Əlizadə Ə.Ə. (2009). Psixologiya. Ali məktəblər üçün dərslik. Bakı, “ÇİNAR-ÇAP” Nəşriyyat-poliqrafiya müəssisəsi, , 620səh., 341-402.
3. Bayramov.Ə. S, Ə. Ə. Əlizadə Psixologiya 2009 s.622
4. M.Ə. Həmzəyev, S.F. Əmiraslanova. Ünsiyyət Psixologiyası 2007, s. 230
5. Musayeva A.K. (2021). “Müasir azərbaycan qadınının sərvət dəyərlərinin psixoloji xüsusiyyətləri” dissertasiyasının avtoreferatı , 26 s.
6. Süleymanov, A. (2009). Family and marital relations in modern Turkish communities. Family and Society, 5(17), 7-18.
7. Ateş., R, Erdem. (2020). * Yetişkin Bağlanma Stilinin Örgütsel Açıdan Değerlendirilmesi. PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ İŞLETME ARAŞTIRMALARI DERGİSİ (PIAR). 431-447.
8. Açık, Ö. (2008). Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
9. Anbar, H. (2013). Bağlanma Stilleri ve Bağlanma Stillerinin Çeşitli Değişkenlerle Arasındaki İlişki. Lisans Bitirme Tezi. Ankara: AÜ. DTCF.
10. Atak, A & Taştan, N. (2012). Romantik İlişkiler ve Aşk. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 4(4): 520-546.
11. Bahadır, Ş. (2006). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözmestratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki .Ankara: A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi.
12. Baltaş, Z. (2006). İnsanın Dünyasını Aydınlatan ve İşine Yansıyan Işık: Duygusal Zekâ (s.5-51). 1.Basım. İstanbul: Remzi.
13. Bozdemir, F., ve Gündüz, B. (2016). The relationships of attachment styles, parental attitudes and traumatic childhood experiences with emotional intelligence. Journal of Human Sciences, 13(1), 1797-1814.
14. Büyükşahin, A., Hasta, D., veHovardaoğlu, S. (2005). İlişki İstikrarı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Türk Psikoloji Yazıları,8(16), 25-37.
15. Curun, F., ve Çapkın, M. (2014). Romantik Kıskançlığın Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 34(1), 1-22.

16. Çağlayan, Y.İ., İpek, M. (2019). Çiftlerde Bağlanma Stilleri, Evlilik ile Evlilik Uyumu İlişkisinin İncelenmesi. Özgün Araştırmalar (Original Research). (161-180)
17. Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1(3), 240-255.
18. E. Kaya (2020). Bağlanma Kuramı Çerçevesinde Aldatma ve Boşanma. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi. (248-263).
19. Gülseren Keskin, Olcay Çam. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi 23 (2) 145-158, 2007
20. Hamarta, E., Deniz, M.E., ve Saltalı, N.D. (2009). Bağlanma stillerinin duygusal zekâyı yordama düzeyi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 9(1), 195-229.
21. Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994). Bağlanma. A. Dönmez (Çev.). Psychological Inquiry. 5, 1, 1-2.
22. İmamoğlu. S., Kişilerarası İlişkiler 2009, 109 s.
23. İpek, M., Majidova, F. (2020). Bağlanma Stili ile Evliliğe Yönelik Tutum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Özgün Araştırmalar (Original Research), (57-78).
24. Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik Öncesi Dönem ve Romantik İlişkiler. M. Kalkan ve Z. Hamamcı. (Ed.) Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma. (1-7). Ankara: Anı Yayıncılık.
25. Keskin, G., Bağlanma süreci: ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. Ege Üniversitesi Yüksek Okul Dergisi, 2007, 14 s.
26. Öztürk. E., Türel. F., Oğur. E., Psikotarih ve bağlanma kuramı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020, 63-71 s.
27. Sargın. N., Avşaroğlu. S., Ünal. A., Eğitim ve psikolojiden yansımalar, 2016, 178 s.
28. Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. Türk Psikoloji Dergisi, 21(57), 1.
29. Şahin, N.H. ve Yaka, A.İ. (2010). Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri. Türk Psikoloji Yasaları, 13 (26), 64-76.
30. Terzi, S. ve Özbay, Y. (2016). Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeğinin Geliştirilmesi. 21.Yüzyıl Eğitim ve Toplum. Sayı:13, Cilt:5. Erişim Tarihi: 31Ocak2016, http://dergipark.ulakbim.gov.tr/egitimvetoplum/article/viewFile/5000192845/500016 7982
31. Üretmen, S. (2003). Yetişkin Bağlanma Stilleri, Mekâna Bağlanma Eğilimi ve Keşfetme Yönelimi Arasındaki İlişkiler, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara.
32. Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış, Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 36(1), 1-30.

33. Yücedağ, Ş. (1994), "Ergenlik Dönemi Problemleri ile Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişki." Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. sf.17-95
34. Aaron D Cherniak, Mario Mikulincer, Phillip R Shaver, Pehr Granqvist Attachment theory and religion, Current Opinion in Psychology 40, 126-130, 2021
35. Addis, J., ve Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavioral Therapy, 20, 3-13.
36. Ainsworth, M. D. S., Bowlby, J. (1989) "An Ethological Approach to Personality Development", American Psychological Association, 46 (4), 333-341.
37. Bartholomew, K., veHorowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four-category model. Journal of Personality andSocial Psychology, 61 (2), 226-244.
38. Benoit, D., ve Parker, K. C. (1994). Stability and transmission of attachment across three generations. Child development, 65(5), 1444-1456.
39. Biller, H.B. (1993). Fathers and Families: Paternal Factors in Child Development 163-166. Westport: Auburn House.
40. Boccio, M., Laudenslager, M.N., Retie, M.L. (1994). Intrinsic and extrinsic factors affect infant responses to maternal separation. Psychiatry, 57: 43-50.
41. Bowlby, J. (1973). Attachment and Loss: Vol 1. Separation: Anxiety and Anger. New York: Basic Books.
42. Bowlby, J. (1982). Attachment and Bowlby: Vol. 1. Attachment (2. Basım). New York: Basic Books.
43. Brennan, K.A., Clark, C.L., ve Shaver, P.R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson and W. S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships, 46–76. New York: Guilford Press.
44. Brittany M Mathes, Kiara R Timpano, Amanda M Raines, Norman B Schmidt, Attachment theory and hoarding disorder: A review and theoretical integration Behaviour research and therapy 125, 103549, 2020
45. Buunk, B.P. (1997). Personality, birth order and attachment styles as related to various types of jealousy. Personality and Individual Differences, 23, 997-1006.
46. Bylsma, W.H., Cozzarelli,C., ve Sümer,N. (1997). Relation between adult attachment styles and global self-esteem. Basic and Applied Social Psychology, 19, 1-16.
47. Campbell, L. ve Butzer, B. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. Personal Relationships, 15(1),141-154,

48. Campbell, T., O’Brien, E., Van Boven, L., Schwarz, N., ve Ubel, P. (2014). Too much experience: a desensitization bias in emotional perspective taking. Journal of personality and social psychology, 106(2), 272.
49. Campbell, W.K., ve Foster,C.A.(2002). Narcissism and commitment in romantic relationships: An Investment Model Analysis. Personality and Social Psychology Bulletin, 28(4), 484-495.
50. Cassidy, J. (1999). The nature of child’s ties. In J. Cassidy and P. R. Shaver, (Eds.), Handbook of attachment, 3–20. New York: Guilford Press.
51. Christian, J.L., OLeary K. L. ve Vivian, D. (1994). Depressive symtomology in marital discordant women and men: The role of individual and relationship variables. Journal of Family Psychology. 8. 32-42.
52. Cohn, D. A., Cowan, P. A., Cowan, P. ve Pearson, J. (1992). Mother’s and Father’s Working Models of Childhood Attachment Relationships, Parenting Styles and Child Behavior. Development and Psychopathology, 4, 417-431.
53. Cohn, J. F. ve Tronick, E. Z. (1987). Mother–infant face-to-face interaction: The sequence of dyadic states at 3, 6, and 9 months. Developmental psychology, 23(1), 68.
54. Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 71(4), 810-832.
55. Collins, N. L., ve Allard, L. M. (2001). Cognitive representations of attachment: The content and function of working models. In G. J. O. Fletcher and M. S. Clark (Eds)., Blackwell handbook of social psychology: Vol. 2. Interpersonal processes, 60–85. London: Blackwell Publishers.
56. Collins, N.L. ve Read, S.J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. Journal of Personality and Social Psychology. 58(4), 644-663.
57. Cooper, M. L., Shaver F. R. ve Collins, N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation, and Adjustment in Adolescence. Journal of Personality and Social Psychology, 74(5), 13801397.
58. Creasey, G., Kershaw, K., ve Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. Journal of Youth and Adolescence, 28, 523–543.
59. Debiec J. (2007). From affiliative behaviors to romantic feelings: a role of nanopeptides. FEBS Lett; 581:2580-2586.

60. Demirtas, S. C., ve Tezer, E. (2012). Romantic relationship satisfaction, commitment career choices and subjective well-being. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 46, 2542-2549.
61. Diana Jackson. D., (2014). Interpersonal Relationships, 183 s.
62. Doinita, N. E., ve Maria, N. D. (2015). Attachment and Parenting Styles. Procedia- Social and Behavioral Sciences, 203, 199-204.
63. Donald. P., Dudley D., (1985). Communication in Interpersonal Relationships, 155 s.
64. Donley, M.G. (1993). Attachment and the emotional unit. Fam Process, 32:3-22.
65. Eidelson, R. J., ve Epstein, N. (1982). Cognition and relationships maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationships beliefs. Journal of Counseling and Clinical Psychology, 50, 715-720.
66. Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis. New York, Norton.
67. Ezgi Toplu-Demirtaş, Nazli Busra Akcabozan-Kayabol, Aysegul Araci-Iyiaydin, Frank D Fincham, , (2022). Unraveling the roles of distrust, suspicion of infidelity, and jealousy in cyber dating abuse perpetration: An attachment theory perspective Journal of interpersonal violence 37 (3-4), NP1432-NP1462
68. Feeney, J.A., Noller, P. ve Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment. Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives. (128-152). New York: Guilford Press.
69. Fonagy, P., Steele, H., ve Steele, M. (1991). Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant-mother attachment at one year of age. Child development, 62(5), 891-905.
70. Fowers, B.J. (1991). His and her marriage: a multivariate study of gender and marital satisfaction. Sex Roles, 24(3/4), 209-221.
71. Fraley, R.C., ve Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. Review of General Psychology, 2000, Vol. 4, No.2, 132-154
72. Goldberg. S., Roy M, Ker. J Attachment theory social developmental, and clinical perspectives 1995, 101 s.
73. Goodfriend, M.S. (1993). Treatment of attachment disorder of infancy in a neonatal intensive care unit. Pediatrics, 1: 139-142.
74. Halat, M. I., ve Hovardaoğlu, S. (2011). The relationship between forms and durations of relationships and attachment styles of couples. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 30, 2567-2574.

75. Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. Social Behavior and Personality, 33(4), 313- 328.
76. Harold H. Kelley., Personal Relationships: Their Structures and Processes 1979, 183 s.
77. Hazan, C., ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology. 52(3), 511–524.
78. Hendrick, C., ve Hendrick, S. (1991). Dimensions of love: A sociobiological interpretation.
79. Hendrick, S., ve Hendrick,C. (1989). Research on love: Does it measure up? Journal of Personality and Social Psychology, 56,784-794.
80. Hendrick,S., ve Hendrick,C.(1995). Gender differences and similarities in sex and love. Personal Relationships,2, 55-65.
81. Hinde, R.A. (1979). Toward understanding relationships. (18. Baskı). London: Academic Press. Hortaçsu, N. (1991). İnsan İlişkileri. Ankara, İmge Kitabevi.
82. İmamoğlu, E.O. (1998). Individualism and collectivisim in a model and scale of balanced differentation and integration. Journal of Psychology, 132, 95-105.
83. Jeffery. A., (2015). Influence of Attachment Styles on Romantic Relationships, Texas A&M University, 11 s.
84. Jeffry A Simpson, W Steven Rholes, Jami Eller, RL Paetzold, (2020). Major principles of attachment theory Social psychology: Handbook of basic principles, 222-239,
85. Jessica A Stern, Oscar Barbarin, Jude Cassidy, Working toward anti-racist perspectives in attachment theory, research, and practice Attachment & Human Development 24 (3), 392-422, 2022
86. Journal of Social and Clinical Psychology, 10 (2), 206-230.
87. Karen, R. (1990). Becoming Attached: The Atlantic Monthly, 265(2); 35-70.
88. Kenneth. N., William. D., Lori. N., Scott, and Samantha. L., (2010). Attachment Style, Bernecker Pennsylvania State University, 193–203 s.
89. Laible, D., Carlo, G., Ontai, L. (2004). Children's Perceptions of Family Relationships as Assessed in a Doll Story Completion Task: Links to Parenting, Social Competence and Externalizing Behavior. Social Development, 13(4), 551-569
90. Laura K Guerrero, (2021). Attachment theory: A communication perspective Engaging theories in interpersonal communication, 299-313,
91. Lopez, F., Gover, M., Leskela, J., Sauer, E., Schirmer, L., ve Wyssmann, J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative problem-solving orientations. Personal Relationships, 4, 187-199

92. Magai, C. (1999). Affect, imaginary, and attachment: Working models of interpersonal affect and the socialization of emotion. In J. Cassidy and P. R. Shaver (Eds.), Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications, 787–802. New York: Guilford Press.
93. Martinko, M. J. (1998). The nature and function of attribution theory within the organizational sciences. In M. J. Martinko (Ed.) Attribution theory: An organizational perspective, 7-16.
94. Mary D. Salter Ainsworth., Mary C. Blehar., Everett Waters and Sally N. Wall, (2015). Patterns of attachment a psychological study of the strange situation s. 410
95. Matthews, G. (2003). Development of emotional intelligence: A skeptical -but not dismissive- perspective. Human Development, 46 (2-3), 109-114.
96. McLeod, S. A. (2014). Cultural Differences in Attachment.
97. Mikulincer, M. ve Shaver, P.R. (2003). The Attachment Behavioral System In Adulthood: Activation, Psychodynamics, And Interpersonal Processes. Advances in Experimental Social Psychology.35, 53-152.
98. Mikulincer, M., Florian, F., Cowan, P.A., ve Cowan, C.P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. Fam Process. 41(3), 405-434.
99. Morgan, H,. Shaver P.R., (1999), Attachment Process and Commitment to Romantic Relationships. Jeffrey M. Adams and Warren H. Jones (Ed). Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability, New York: Kluwer Academic/Plenurn.
100. Ravi Philip Rajkumar, (2020). Attachment theory and psychological responses to the COVID-19 pandemic: a narrative review Psychiatria Danubina 32 (2), 256-261,
101. Ross A Thompson, Jeffry A Simpson, Lisa J Berlin, (2022). Taking perspective on attachment theory and research: Nine fundamental questions, Attachment & human development 24 (5), 543-560,
102. Samira Farivar, Fang Wang, Ofir Turel, (2022). Followers' problematic engagement with influencers on social media: An attachment theory perspectiveComputers in Human Behavior 133, 107288,
103. Shaver, P., Hazan. C., Bradshow. D., Love as attachment: the integration of three behavioral systems. In Psychology of Love (Eds RJ Sternberg, ML Barnes) 1988, 36 s.
104. Shaver, P.R., ve Mikulincer, M. (2014). Attachment bonds in romantic relationships. In annual meeting of the American Psychological Association, 1-20 Washington, DC.

105. Stanley, S. M., Markman, H. J., ve Whitton, S. W. (2002). Communication, conflict, and commitment: Insights on the foundations of relationship success from a national survey. Family Process, 41(4), 659-675

106. Sue White, Matthew Gibson, David Wastell, Patricia Walsh, (2023). Reassessing attachment theory in child welfareSocial Work, 109-115,

107. Vaillant, C.O. ve Vaillant, G.E. (1993). Is the u-curve of marital satisfaction an illusion. A 40-year study of marriage, Journal of Marriage and Family, 55(1), 230–239.

108. Ward, M. J., ve Carlson, E. A. (1995). Associations among adult attachment representations, maternal sensitivity, and infant-mother attachment in a sample of adolescent mother, Child development, 66(1), 69-79.

109. Weber, D.A. (2003). “A Comparison of Individual Psychology and Attachment Theory, Journal of Individual Psychology”, 59, (3), 246-262

110. Yalcin, I., ve Ersever, O. G. (2015). Effectiveness of the Relationship Enhancement Program on Relationship Satisfaction of University Students, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi- Hacettepe University Journal of Education, 30(2), 185-201.

111. Zeanah, C.H., Benoit, D., Barton, M. ve ark. (1993). Representations of attachment in mothers and their one year old infants, J Am Acad Child Adolescent Psychiatry, 32 (2): 278-286.

112. Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., 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, 331-3

Əlavələr

Əlavə 1

Aytən Yusifova

Cütlüklərdə bağlanma tərzi ilə münasibətdən məmnunluq arasındakı əlaqənin öyrənilməsi

Xülasə

Təqdim edilmiş bu dissertasiya işi cütlüklərdə münasibətdən məmnunluq və bağlanma tərzi arasındakı əlaqəni öyrənir. Tədqiqat işi ümumilikdə giriş, üç fəsil, nəticə, istifadə edilmiş ədəbiyyat siyahısı və əlavələrdən ibarətdir.

Giriş hissədə mövzunun aktuallığı, problemin inkişaf dərəcəsi, tədqiqatın predmeti, tədqiqatın obyekti, tədqiqatın məqsəd və vəzifələri, tədqiqat metodları, tədqiqatın praktik əhəmiyyəti və tədqiqatın strukturu öz əksini tapmışdır.

Dissertasiya işinin "Ədəbiyyat xülasəsi" adlı birinci fəsli iki yarımfəsildən səkkiz alt yarımfəsildən ibarətdir. Burada bağlılıq anlayışının mahiyyəti, bağlanmanın təzahür xüsusiyyətləri və əsas əlamətləri, bağlılığı inkişaf etdirən faktorları, sosial-psixoloji amillər, fərdi-psixoloji xüsusiyyətlər, bağlılıq fenomeninin tədqiqi istiqamətlərinin öyrənilməsi ilə bağlı müxtəlif psixoloji ədəbiyyatlardan istifadə edərək, nəzəriyyəsinin əsas anlayışlarını araşdıraraq təhlil edir. Eyni zamanda bu fəsildə, şəxsiyyətlərarası münasibətlərin mahiyyəti və şəxsiyyətlərarası münasibətlərin ümumi xarakteristikası, yaxın şəxsiyyətlərarası münasibətlərin xüsusiyyətləri, sevgi münasibətləri və dostluq münasibətləri, romantik münasibətlərdə bağlılıq fenomeninin təzahürləri ilə bağlı tədqiqatların təhlili təşkil edir.

Təqdim edilən dissertasiya işinin ikinci fəsli "Tədqiqatın metod və metodikaları" adlanır. İkinci fəsildə tədqiqatın təşkili və keçirilməsi haqqında bəhs edilmiş, 18-54 yaş aralığında olan cütlüklərdə "Demoqrafik məlumatlar anketi", Cindy Hazan və Phillip Shaver tərəfindən 1987-ci ildə tərtib edilən "Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası" Amerikalı psixoloqlar, Funk, J. L. və Rogge, R. D tərəfindən 2007-ci ildə tərtib "Cütlüklərdə münasibətdən məmnuniyyət indeksi", S.Hendrick tərəfindən inkişaf etdirilən "Cütlüklərdə münasibətin qiymətləndirilməsi" metodikaları keçirilmişdir. Alınan nəticələrin təhlili zamanı SPSS proqramından istifadə edilmişdir.

Tədqiqat işinin "Tədqiqatdan alınan nəticələrin statistik təhlili və müzakirəsi" adlanan üçüncü fəslində isə eksperimental tədqiqatın nəticələri təhlil edilmişdir. Tədqiqatdan əldə edilən nəticələrə əsasən güvənli bağlanma tərzinə malik tədqiq olunanlarda, münasibətlərindən

məmnunluq səviyyəsinin yüksək, qaçınan və təşvişli bağlanma tərzinə malik olan tədqiq olunanlarda isə münasibətdən məmnunluq səviyyəsinin aşağı olduğu məlum olmuşdur. Dissertasiya işi nəticə və istifadə edilmiş ədəbiyyat siyahısı ilə sonlanmışdır.

Açar sözlər: bağlanma nəzəriyyəsi, bağlanma tərzləri, yaxın münasibətlər, sevgi münasibətləri

Əlavə 2

Aytan Yusifova

Studying the relationship between attachment style and relationship satisfaction in couples

Abstract

This submitted dissertation examines the relationship between relationship satisfaction and attachment style in couples. The research work generally consists of introduction, three chapters, conclusion, list of used literature and appendices.

In the introductory part, the relevance of the topic, the degree of development of the problem, the subject of the research, the object of the research, the goals and tasks of the research, research methods, the practical importance of the research and the structure of the research are reflected.

The first chapter of the dissertation entitled "Literature summary" consists of two sub-chapters and eight sub-chapters. Here, he analyzes the main concepts of his theory by using various psychological literature related to the essence of the concept of attachment, the manifestation characteristics and main signs of attachment, the factors that develop attachment, social-psychological factors, individual-psychological characteristics, the directions of the study of the attachment phenomenon. At the same time, in this chapter, the essence of interpersonal relationships and the general characteristics of interpersonal relationships, the characteristics of close interpersonal relationships, love relationships and friendship relationships, and the manifestations of the attachment phenomenon in romantic relationships are analyzed.

The second chapter of the presented dissertation work is called "Method, methodologies and statistical analysis of results". The second chapter discussed the design and conduct of the study, "Demographic Data Questionnaire" in couples aged 18-54, "Attachment Style Scale for Adults" developed by Cindy Hazan and Phillip Shaver in 1987 American psychologists, Funk, J. L. and Rogge , "Relationship satisfaction index in couples" compiled by R. D. in 2007, "Evaluation of relationship in couples" methods developed by S. Hendrick were conducted. The SPSS program was used during the analysis of the obtained results.

The results of the experimental research were analyzed in the third chapter of the research work called "Statistical analysis and discussion of the results obtained from the research". Based on the results obtained from the research, it was found that the subjects with a secure attachment style had a high level of satisfaction with their relationship, while the subjects with an avoidant

and anxious attachment style had a low level of satisfaction with the relationship. The dissertation work is finished with the conclusion and the list of used literature.

Keywords: attachment theory, attachment styles, close relationships, love relationships

Əlavə 3

"Demoqrafik məlumatlar"

1. Yaşınız:
2. Cinsiyyətiniz: Qadın ☐ Kişi ☐
3. Neçə ildir bir yerdəsiniz?____
4.
5. Təhsiliniz: Ali ☐ Orta ☐ İbtidai ☐ Yoxdur ☐
6. Peşəniz:____
7. Partnyorunuzun peşəsi:____

Əlavə 4

"Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalası"

	Tam olaraq mənə xas deyil				Tam olaraq mənə xasdır
1.Mən özümə başqalarından asılı olmağa icazə verməkdə çətinlik çəkirəm	1	2	3	4	5
2.İnsanlar heç vaxt onlara ehtiyac duyduqda yanında olmurlar	1	2	3	4	5
3. Digər insanlara bağlı olan zaman özümü rahat hiss edirəm	1	2	3	4	5
4.Mən bilirəm ki, nə vaxt insanlara ehtiyacım olsa onlar yanımda olacaqlar	1	2	3	4	5
5.Mənim üçün insanlara tamamilə güvənmək çətindir	1	2	3	4	5
6.Ehtiyacım olan zaman həmişə digər insanlara arxalana biləcəyimə əmin deyiləm	1	2	3	4	5
7.Mən tez-tez tərk edilməklə bağlı narahatlıq hiss edirəm	1	2	3	4	5
8.Mən tez-tez partnyorumun məni sevməməsiylə bağlı narahatlıq hiss edirəm	1	2	3	4	5
9.Digər insanların mənim yaxın olduğum kimi mənə yaxınlaşmaqdan çəkindiyini görürəm	1	2	3	4	5
10.Mən tez-tez partnyorumun məni tərk edəcəyilə bağlı narahat oluram	1	2	3	4	5
11.Mən başqa bir insanla tamamilə birləşmək istəyirəm	1	2	3	4	5
12.Mənim birləşmək istəyim çox vaxt digərlərini qorxudur	1	2	3	4	5
13.Digər insanlara yaxınlaşmağı nisbətən asan hesab edirəm	1	2	3	4	5
14.Çox vaxt kimsə mənimlə yaxın olanda narahat olmuram	1	2	3	4	5
15.Digər insanlara yaxın olmaq məni biraz narahat edir	1	2	3	4	5
16.Kimsə mənə çox yaxınlaşanda əsəbləşirəm	1	2	3	4	5
17.Digər insanların məndən asılı olması mənə rahat hiss etdirir	1	2	3	4	5
18.Çox vaxt partnyorlarım mən özümü rahat hiss etdiyimdə daha yaxın olmaq istəyirlər	1	2	3	4	5

Əlavə 5

"Cütlüklərin münasibətdən məmnuniyyət indeksi"

1. Zəhmət olmazsa münasibətinizin xoşbəxtlik dərəcəsini müəyyən edin hərşeyi nəzərə alın.

Çox bədbəxt	Kifayət qədər bədbəxt	Biraz bədbəxt	Xoşbəxt	Kifayət qədər xoşbəxt	Çox xoşbəxt	Mükəmməl
0	1	2	3	4	5	6

Əksər insanların münasibətlərində narazılıqlar olur. Zəhmət olmasa aşağıdakı hər bir listə görə sizin və partnyorunuz arasındakı razılıq və ya narazılığın təxmini ölçüsünü qeyd edin.

	Həmişə razıyam	Demək olarki həmişə razıyam	Hərdən razı deyiləm	Tez-tez razı deyiləm	Demək olarki həmişə razı deyiləm	Həmişə razı deyiləm
2.Birlikdə keçirilən vaxtın miqdarı	5	4	3	2	1	0
3.Vacib qərarların verilməsi	5	4	3	2	1	0
4.Sevgi nümayişləri	5	4	3	2	1	0
	Hər zaman	Çox vaxt	Bəzən	Hərdən	Nadirən	Heç vaxt
5.Ümumiyyətlə, partnyorunuzla aranızda hərşeyin yaxşı olduğunu nə qədər tez-tez düşünürsünüz?	5	4	3	2	1	0
6.Nə qədər tez-tez bu münasibətdə olmamağı arzulayırsınız?	0	1	2	3	4	5

	Heç doğru deyil	Biraz doğrudur	Bir qədər doğrudur	Əsasən doğrudur	Demək olarki tamamilə doğrudur	Tamamilə doğrudur
7.Mən hələ də partnyorumla aramızda güclü bir bağ hiss edirəm	0	1	2	3	4	5
8.Əgər yenidən dünyaya gəlsəydim mən yenə eyni insanla evlənərdim (yaşayardım, birlikdə olardım)	0	1	2	3	4	5
9.Bizim münasibətimiz güclüdür	0	1	2	3	4	5
10.Bəzən mənim üçün daha yaxşısının olub-olmadığını düşünürəm	5	4	3	2	1	0
11.Partnyorumla münasibətimiz məni xoşbəxt edir	0	1	2	3	4	5
12.Mənim partnyorumla isti və rahat münasibətim var	0	1	2	3	4	5
13.Partnyorumla münasibətimi bitirməyi	0	1	2	3	4	5

təsəvvür edə bilmirəm						
14.Mən hiss edirəm ki, hər mövzuda partnyoruma etibar edə bilərəm	0	1	2	3	4	5
15.Son zamanlar münasibətim haqqında ikinci dəfə düşündüm	5	4	3	2	1	0
16.Partnyorum mənim üçün mükəmməl bir romantik partnyordur	0	1	2	3	4	5
17.Partnyorumla birlikdə özümü həqiqətən bir komandanın parçası kimi hiss edirəm	0	1	2	3	4	5
18.Başqa birinin məni partnyorum kimi xoşbəxt hiss etdirə biləcəyini təsəvvür edə bilmirəm	0	1	2	3	4	5

	Çox az	Biraz	Əsasən	Çoxluqla	Demək olar ki, tamamilə	Tamamilə
19.Partnyorunuzla münasibətiniz nə dərəcədə qane edicidir?	0	1	2	3	4	5
20.Partnyorunuz ehtiyaclarınızı nə dərəcədə yaxşı qarşılayır	0	1	2	3	4	5
21.Münasibətiniz ilkin gözləntilərinizə nə dərəcədə cavab verir?	0	1	2	3	4	5
22.Ümumiyyətlə, münasibətinizdən nə dərəcə razısınız?	0	1	2	3	4	5
	Digərlərindən daha pis (çox pis)					Digərlərindən daha yaxşı (çox yaxşı)
23.Münasibətiniz digərləriylə müqayisədə nə dərəcədə yaxşıdır?	0	1	2	3	4	5
	Heç vaxt	Ayda bir dəfədən az	Ayda bir və ya iki dəfə	Həftədə bir və ya iki dəfə	Gündə bir dəfə	Daha tez-tez

24.Partnyorunuzla vaxt keçirməkdən zövq alırsınız?	0	1	2	3	4	5
25.Siz və partnyorunuz nə dərəcədə tez-tez birlikdə əylənirsiniz?	0	1	2	3	4	5

Aşağıdakı maddələrin hər biri üçün münasibətiniz haqqında necə hiss etdiyinizi ən yaxşı izah edən cavabı seçin. Cavablarınızı ilk təəssüratlarınıza və dərhal hisslərinizə əsaslandıraraq seçin.

26	Maraqlı	5	4	3	2	1	0	Sıxıcı
27	Pis	0	1	2	3	4	5	Yaxşı
28	Dolu	5	4	3	2	1	0	Bo.
29	Tənha	0	1	2	3	4	5	Dostca
30	Güclü	5	4	3	2	1	0	Çox zəif
31	Həvəs qırıcı	0	1	2	3	4	5	Ümid bəxş edən
32	Xoş	5	4	3	2	1	0	Acınacaqlı

Əlavə 6

“Münasibətlərdə məmnuniyyətin qiymətləndirilməsi şkalası”

	Az (heç yox)				Çox (hər zaman)
1.Partnyorunuz ehtiyaclarınızı nə dərəcədə yaxşı qarşılayır?	1	2	3	4	5
2.Ümumiyyətlə, münasibətinizdən nə dərəcədə məmnunsunuz?	1	2	3	4	5
3.Digərləriylə müqayisədə münasibətiniz nə dərəcədə yaxşıdır?	1	2	3	4	5
4.Nə qədər tez-tez “kaş bu münasibətə girməzdim” arzulayırsınız?	1	2	3	4	5
5.Münasibətiniz nə dərəcədə sizin ilk vaxtlardakı gözləntilərinizi qarşılayır?	1	2	3	4	5
6.Partnyorunuzu nə qədər çox sevirsiniz?	1	2	3	4	5
7.Münasibətinizdə nə qədər problem var?	1	2	3	4	5

Əlavə 7

Cədvəllər

Cədvəl 2.1. Sternberg sevgi üçbucağı. 30

Cədvəl 3.1. Tədqiq olunanların demoqrafik göstəriciləri 41

Cədvəl 3.2. Böyüklər üçün bağlanma tərzi şkalasının nəticələri. 43

Cədvəl 3.3. Tədqiq olunanların bağlanma tərzi üzrə göstəriciləri. 44

Cədvəl 3.4. Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalasının nəticələri. 45

Cədvəl 3.5. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsi üzrə göstəriciləri. 46

Cədvəl 3.6. Münasibətlərin qiymətləndirilməsi şkalasının nəticələri bağlanma tərzlərinə əsasən. 47

Cədvəl 3.7. Tədqiq olunanların münasibətdən məmnunluq səviyyəsinin bağlanma tərzləri üzrə göstəriciləri. 49

Cədvəl 3.8. Cütlüklərin münasibətdən məmnunluq indeksinin nəticələri. 52

Cədvəl 3.9. Cütlüklərin münasibətdən məmnunluq indeksi üzrə göstəriciləri. 53

Cədvəl 3.10. Cütlüklərin münasibətdən məmnunluq indeksinin bağlanma tərzlərinə əsasən nəticələri. 57

Cədvəl 3.11. Normallıq testlərinin göstəriciləri. 58

Cədvəl 3.12. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasındakı əlaqənin tədqiqi 58

Cədvəl 3.13. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq indeksi arasındakı əlaqənin tədqiqi 59

Cədvəl 3.14. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasındakı əlaqənin dispersiya analizi (ANOVA1). 60

Cədvəl 3.15. Bağlanma tərzləri ilə münasibətdən məmnunluq səviyyəsi arasındakı əlaqənin dispersiya analizi (ANOVA2). 61