

# Üniversite Öğrencilerinin Geçmişte Yaşadıkları Ayrılık Kaygısının Öğrenilmiş Güçlülük, Kaygı ve Psikolojik Belirtileri Yordama Düzeyi

*Aydoğın Aykut CEYHAN\**

## Özet

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin geçmişte yaşadıkları ayrılık kaygısı belirti düzeyleri ile öğrenilmiş güçlülük, durumluk ve sürekli kaygı ile psikolojik belirti düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma, ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya, Anadolu Üniversitesine 2003–2004 öğretim yılında devam eden 315 örgün üniversite öğrencisi [243’ü kız (% 77.10) ve 72’si erkek (% 22.90) ve yaş ortalaması 20,59] katılmıştır. Araştırmada, Ayrılık Kaygısı Belirtileri Ölçeği (Ceyhan, 2000), Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (Dağ, 1991), Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (Öner & Le Comte, 1983) ve Kısa Semp-tom Envanteri (Şahin & Durak, 1994) kullanılmıştır. Verilerin analizi, Pearson korelasyon katsayısı ve basit regresyon yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Bulgular, üniversite öğrencilerinin geçmişte yaşadıkları ayrılık kaygısının, öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin önemli bir yordayıcısı olduğunu ve bu değişkenler arasında ters yönlü bir ilişkinin bulunduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda, geçmişte yaşanan ayrılık kaygısının durumluk kaygı, sürekli kaygı ve psikolojik belirti düzeylerinin de önemli bir yordayıcısı olduğunu ve pozitif ilişkisi bulunduğunu göstermiştir. Bu bulgular, yaşamın ilk yıllarındaki ayrılık kaygısı belirtilerinin yoğunluğunun yetişkinlik yıllarında bireylerin davranışlarında önemli bir faktör olabileceğine işaret etmektedir.

## Anahtar Kelimeler

Ayrılık Kaygısı, Durumluk ve Sürekli Kaygı, Öğrenilmiş Güçlülük, Psikolojik Belirti, Üniversite Öğrencisi.

\* Yard. Doç. Dr., Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Öğretim Üyesi.

Yard. Doç. Dr. Aydoğan Aykut CEYHAN  
 Anadolu Üniversitesi  
 Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü  
 26470 Eskişehir  
 Elektronik Posta: aceyhan@anadolu.edu.tr

### Yayın ve Diğer Çalışmalarından Seçmeler

- Ceyhan, A. A.** (2005). An investigation on the hopelessness levels of teacher trainees. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 30 (137), 63–73.
- Ceyhan, A. A.** & Siliğ, A. (2005). Banka çalışanlarının tükenmişlik düzeyleri ile uyum düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (2), 43–56.
- Ceyhan, E., **Ceyhan, A. A.** & Kurtyılmaz, Y. (2005). Depression among Turkish female and male university students. *Social Behavior and Personality*, 33, 329–340.
- Ceyhan, A. A.** (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programı öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4 (1), 91–102.
- Ceyhan, A. A.** (2003). Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin algı ve beklentileri. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13 (1), 51–68.
- Ceyhan, A. A.** (2002, September). *Turkish university students' attitudes toward crying behavior*. Poster paper presented at the Meeting of Sixth International Congress on Behaviorism and the Sciences of Behavior, Auburn, Alabama.
- Ceyhan, A. A.** (2000). Ayrılık Kaygısı Belirtileri Ölçeği geliştirme çalışmaları. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (2), 63–75.
- Can, G., Türküm, S. & **Ceyhan, A. A.** (1997). Ağlama davranışı üzerine bir araştırma: Niçin, nerede, nasıl? *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (1-2), 1-16.

# Üniversite Öğrencilerinin Geçmişte Yaşadıkları Ayrılık Kaygısının Öğrenilmiş Güçlülük, Kaygı ve Psikolojik Belirtileri Yordama Düzeyi\*

*Aydoğın Aykut CEYHAN*

İnsan, yaşamı boyunca ortaya çıkan değişmeler sonucunda her yönden gelişmektedir. Bu gelişim sürecinde, bireyin içinde bulunduğu çevre ve yaşamın ilk yılları büyük önem taşımaktadır. Bowlby (1969, 1973) tarafından geliştirilen bağlanma kuramı, bireylerin anne baba veya bakıcıları ile olan ilk bağlanma ilişkilerinin onların daha sonraki kişiler arası ilişkilerinde belirleyici olduğunu, bu bağlanmanın yetişkinlikte de sürdürülebildiğini ve gelecekteki psikolojik uyumu kolaylaştırması nedeniyle önemli olduğunu ileri sürer. Bu ilk bağlanma ilişkisindeki ayrılıklar, kayıplar, tutarlı ve yeterli bakım vermeyi engelleyen çevrede yetiştirme gibi olumsuzluklar çocuğun gelişimi üzerinde zarar verici uzun dönemli etkiler oluşturabilir (Scharf, 2001) ve yaşam boyunca başarılı psikolojik uyumu engelleyebilir (Brown & Wright, 2003). Örneğin, ilk bağlanmadaki olumsuzlukların, yetişkinlikteki kaygı ve depresif bozukluklar ile ilişkili olduğu, ancak belirli bir ana baba davranışının belirli bir bozukluğu ortaya çıkarmadığı belirtilmektedir (Manicavasagar, Silove, Wagner & Hadzi-Pavlovic, 1999). Otoriter ve ihmalkâr çocuk yetiştirme yöntemlerinin ise çocuklar ve gençlerde kalıcı olumsuz kişilik özelliklerini pekiştirmede önemli bir etken olduğu ifade edilmektedir (Sümer & Güngör, 1999). Bu nedenle, yaşamın ilk yıllarında çocuk ile ana baba veya ailedeki diğer bireylerle ilişkilerin niteliği büyük bir önem taşır.

Çocukluk yıllarında ana babaları ile güven, şefkat, sıcaklık ve benzeri etkinliklere dayalı yaşantılar geçirmeyen bireylerin daha sonraki yıllarda sevgi açlığı yaşadıkları, kendi çocuklarına karşı aşırı ko-

---

\* Bu araştırmanın ilk hali, 7-11 Eylül 2004 tarihleri arasında İstanbul Bilgi Üniversitesinde gerçekleştirilen XIII. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

rumacı oldukları ve yüksek düzeyde anne ayrılık kaygısı yaşadıkları belirtilmektedir (Levy, 1970). Çeşitli çalışmalar ana baba psikopatolojisi, aşırı korumacılığı ve ailedeki uyumsuzluk gibi ailesel niteliklerin ya da ana baba niteliklerinin çocukluktaki kaygı yaşantıları için önemli risk faktörleri olduğuna işaret etmektedir (Kearney, Sims, Pursell, & Tillotson, 2003). Araştırma bulguları, ana babadan algılanan kabul ve ilginin yüksek olduğu ailelerden gelen gençlerin daha yüksek düzeyde güvenli bağlanma, öz saygı ve benlik belirginliği ve daha düşük düzeyde sürekli kaygıya ve onaylanmama kaygısına sahip olduklarını göstermektedir (Sümer & Güngör, 1999). Aynı zamanda, çocukluktaki duygusal, fiziksel travma ve ihmal yaşantılarını içeren çocukluk travmatik yaşantıları ile yetişkinlikteki disosiyatif belirtiler arasında önemli bir ilişki olduğu (Yargıç, Tutkun & Şar, 1994), kişilik bozukluklarının köklerinin ilk yıllardaki ilişkilere kadar uzandığı (Fonagy, 1998) belirtilmektedir. Çocukluktaki travmatik yaşam olayları ile yetişkinlik dönemi kaygı bozuklukları arasındaki ilişki gittikçe daha çok kabul görmekle (Ağargün & Kara, 1995) birlikte bazı araştırmacılar, bu ilişkiye şüpheyle bakmaktadırlar (Manicavasagar et al., 1999).

Çocukların ilk yaşantılarında karşılaşılabildikleri olumsuz yaşantılardan biri de çocukluk kaygı bozukluğu olarak betimlenen ayrılık kaygısıdır (Scott & Cully, 1995; Silove et al., 1993). Çocuklar, önemli birinden ayrı kalma ile ilgili kaygı, kaybetme tehdidi karşısında üzüntü ve yakın olamadıkları için kızgınlık veya hayal kırıklığı gibi pek çok ayrılık tepkileri gösterebilmektedirler (Hock, Eberly, Bartle-Haring, Ellwanger & Widaman, 2001). Ayrılık kaygısı, çocukların evden ya da bağlandığı insanlardan ayrılması ile ortaya çıkan ve gelişimsel olarak uygun olmayan aşırı kaygı olarak tanımlanmaktadır (DSM-IV, 1994). Bowlby (1973), ana babanın çocuğunu terk etme tehditleri veya reddetmesi gibi olumsuz aile yaşantılarının aşırı bir biçimde ayrılık kaygısının oluşumunda rolü bulunduğunu ileri sürer. Ayrıca, çocukluk süresince anne babanın çocuğa gösterdikleri bakımın niteliğinin hem ayrılık kaygısının kaynağına hem de yoğunluğuna katkıda bulunduğu belirtilir (Lutz & Hock, 1995; Silove, Manicavasagar, O'Connell & Morris-Yates, 1995).

Çocuklukta ayrılık kaygısı ile her zaman karşılaşılabilmekle birlikte yaşanan kaygının yoğunluğu değişebilmektedir. Çoğu insanda ayrılık kaygısı, genellikle ilk yaşlarda görülmekte ve sonra gittikçe

azalmaktadır. Yaşamın bu ilk yıllarındaki ayrılık kaygısı (alışık olmadığı yerlere ve insanlara karşı korku tepkileri) uyum sağlayıcı değere sahiptir (Ellis, 1990). Bununla birlikte bazı çocuklar ayrılık kaygısını çok yoğun bir şekilde yaşayabilmektedirler. DSM-IV (1994), ayrılık kaygısına ilişkin çeşitli belirtileri sıralayarak belirtilerden üç ve daha fazlasının olmasını ayrılık kaygısı bozukluğu olarak kabul etmektedir. Ayrılık kaygısı bozukluğu; okul öncesi yaşlardan da önce olacak kadar erken başlayabilmekte ve bazen ergenlik dönemine kadar devam edebilmektedir. Ayrılık kaygısı, bazen de on sekiz yaş öncesi herhangi bir yaşta başlayabilmekte ve olası ayrılıklara karşı kaygı ve ayrılığı içeren durumlardan kaçınma davranışları ile birlikte yıllarca sürebilmektedir (DSM-IV, 1994).

Psikiyatri alanında yapılan çok sayıda araştırma, ilk ayrılık kaygısının dikkate değer bir biçimde yetişkin kaygı bozukluğu için önemli bir risk faktörü olduğunu göstermektedir (Silove et al., 1993; Silove et al., 1995). Bowlby (1973) ayrılık kaygısının, yaşamın ilk yıllarındaki sosyal fobi ve yetişkinlikteki agorafobinin altında yatan kaygı olduğunu ileri sürmektedir. Klein (1964'ten aktaran Manicavasagar, Silove & Hadzi-Pavlovic, 1998; Ellis, 1990) ise ilk çocukluk ayrılık kaygısının yetişkinlikteki panik bozukluk ve agorafobinin gelişiminin belirgin bir işareti olduğunu ileri sürmektedir.

Ağargün ve Kara (1995), panik bozukluğa sahip hastalarda çocukluk döneminde ayrılık ve anne baba kaybı öyküsünün daha fazla olduğunu saptamışlardır. Aynı zamanda, DSM-IV (1994) ayrılık kaygısı bozukluğuna sahip çocuk ve ergenlerin yaşadığı ayrılık tehdidinin, aşırı kaygıya hatta panik atağa neden olabildiğini belirtmektedir. Son zamanlardaki bazı çalışmalarda ise çocukluktaki ilk ayrılık kaygısının sadece panik bozukluk ve agorafobiye bağlanmaması gerektiği, ayrıca yetişkinlikte ortaya çıkan diğer kaygı bozuklukları (Ağargün & Kara, 1995; Manicavasager et al., 1998) ve depresyon (Ağargün & Kara, 1995) için de genel bir risk faktörü olabildiği belirtilmektedir. Bununla birlikte, ilk ayrılık kaygısının DSM-IV'te önerildiği gibi, yetişkinlerde belirgin bir biçimde panik bozukluğa yatkınlık kazandırıp kazandırmadığı veya yetişkinlikteki kaygı bozukluklarının geniş bir alanı için risk oluşturan daha genel bir incinebilirlik faktörünü meydana getirip getirmediğinin hâlâ şüpheli olduğu bazı çalışmalarda belirtilmektedir (Silove et al., 1995). İlk ayrılık kaygısının sonucuna ilişkin şüphenin bir olası nedeninin, araştır-

macıların yetişkinlikteki kaygı bozukluğu tipleri arasında bir ayrılık kaygısı bozukluğu kategorisine yer vermemeleri olduğu belirtilmektedir (Manicavasagar et al., 1998).

Manicavasagar ve arkadaşları (1999) yetişkinlerin yaşamlarının ilk on sekiz yılındaki ayrılık kaygısı yaşantılarına ilişkin hatıralarını belirlemek için geliştirilmiş bir ayrılık kaygısı semptom envanteri (SASI) kullanılarak gerçekleştirdikleri araştırmada; yetişkin ayrılık kaygısı bozukluğu gösterenlerin çocukluğa özgü ayrılık kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve anne aşırı korumacılığı ile karşı karşıya kaldıklarını belirttiklerini ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar, ilk ayrılık kaygısının ve anne baba aşırı korumacılığının daha sonraki yıllarda panik bozukluk ve agorafobiye sahip olma riski ile ilişkili olmadığını, tersine yetişkinlikte de ayrılık kaygısı semptomlarının sürmesi ile doğrudan ilişkili olduğunu ileri sürmüşlerdir (Manicavasagar et al., 1999). Araştırmacılar, diğer çalışmalarında da ayrılık kaygısı semptomları kümesinin çocukluktan yetişkinliğe devam edebildiğini ifade etmekte olup yetişkinlikteki temel ayrılık kaygısı semptomlarının, en önemli bağlanma figüründen ayrı kaldığı zaman ortaya çıkan aşırı kaygıyı ve bu yakın aile üyelerinin başına zarar gelebileceğine ilişkin korkuları içerdiğini belirtmektedirler (Manicavasagar et al., 1998). Bunu destekler biçimde, Lutz ve Hock (1995) da anne baba ile olan olumsuz çocukluk yaşantılarının, çocuğu olduktan sonra annelerde ayrılık kaygısının artmasına neden olduğunu ortaya koymaktadırlar.

Yukarıda belirtilen tüm açıklamalar doğrultusunda, çocukluk ayrılık kaygısının oluşumunda yaşamın ilk yıllarındaki anne baba ile yaşantıların niteliğinin çok önemli olduğu, çocukluktaki ayrılık kaygısının yetişkinlikte yaşanan kaygıya önemli bir temel oluşturabildiği, yetişkinlikteki psikolojik rahatsızlıklara yatkınlık oluşturabildiği ve yetişkinlikte de ayrılık kaygısı belirtilerinin varlığını sürdürebildiğine ilişkin ipuçlarının olduğu belirtilebilir. Bu durum, çocukluk ve ergenlik yıllarında yaşanan yoğun ayrılık kaygısı belirtilerinin bireylerin daha sonraki yıllardaki bazı davranışlarını ve kişilik özelliklerini olumsuz bir biçimde etkileme potansiyeli olduğunu da akla getirmektedir. Örneğin, yaşamın ilk yıllarında yaşanan yoğun ayrılık kaygısı, yetişkinlik yıllarında yaşanan kaygı, stres oluşturan yaşam olayları karşısında sergilenen başa çıkabilme biçimi ve psikolojik belirti düzeyleri ile ilişkili olabilir.

Bireylerin başa çıkma stratejileri repertuarı öğrenilmiş güçlülük olarak tanımlanır (Dağ, 1992). Öğrenilmiş güçlülük, depresyon gibi zayıflatıcı tepkilerin gelişimini önleyen, bireyin sahip olduğu ve stres altında kullandığı başa çıkma becerilerini içerir (Gintner, West, & Zarski, 2001). Bireyler, öğrenilmiş güçlülük becerileri bakımından farklılık gösterirler (Boyraz & Aydın, 2003). Öğrenilmişlik güçlülük düzeyi yüksek olan bireylerin hayal kırıklıklarına karşı daha atılgan tepki vermeleri, başarısızlık yaşantılarına ve güçlülüklere karşı eyleme geçebilmeleri, daha çok görev yönelimli düşüncelere sahip olmaları, başarıyı kendi çabalarına ve yeterliliklerine yüklemeleri ve daha olumlu kendini değerlendirici ifadeler oluşturmaları daha olasıdır. Oysa öğrenilmiş güçlülük becerileri düşük olan bireylerin devamı çetin ve sıkı gözüken durumlarla karşılaştıkları zaman vazgeçmeleri, terk etmeleri; daha olumsuz kendini değerlendirici ifadeler ve daha az görev yönelimli düşünceler oluşturmaları; başarıyı şansa veya kadere ve başarısızlığı kişisel yeterliliğe ilişkin eksikliğe yüklemeleri daha olasıdır (Rosenbaum & Ben-Ari, 1985). Bu sonuç, öğrenilmiş güçlülükteki bireysel farklılıkların bireyin strese yönelik tepkisinde önemli olduğunu göstermektedir.

Öğrenilmiş güçlülük becerileri, küçük yaşlardan itibaren içinde bulunulan çevre ile etkileşim sonucu öğrenilen bir bilişsel beceridir ve bireyler bu becerileri erken yaşlardan başlayarak informal yollardan öğrenirler (Rosenbaum, 1983'ten aktaran Boyraz & Aydın, 2003). Bu nedenle, farklı ortamlarda yetişen bireylerin öğrenilmiş güçlülük becerileri de farklı gelişir. Dolayısıyla, bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin oluşumunda yaşamın ilk yıllarında geçirilen yaşantılar büyük önem taşır. Bu durum, çocukluk ve ergenlik yıllarında yaşanan ayrılık kaygısının bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin oluşumu ile ilişkili olabileceğini de akla getirmektedir. Özellikle üniversite yıllarında bireylerin yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeylerine sahip olmaları gerekir. Çünkü üniversite yaşamı bireyin yaşamında önemli değişimler, beklentiler ve bazı sorunları da beraberinde getirmektedir (Yeşilyaprak, 1986). Bu nedenle, üniversite öğrencilerinde öğrenilmiş güçlülük kavramının araştırılması ve değişkenlerinin belirlenmesinin gerektiği, bu doğrultuda da bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeyini yükseltmeye yönelik programların düzenlenebileceği belirtilmektedir (Sarı, 2004). Ayrıca, öğrenilmiş güçlülüğe ilişkin becerilerin gelişimine psikososyal ve sosyokültürel ortamların etkisi-

ni anlamak amacıyla çalışmalar yapılması gerektiği de ifade edilmektedir (Boyraz & Aydın, 2003). Örneğin, çocuklarda güçlülüğü artıran faktörlerin; annenin nitelikleri ile çocuğun güçlülüğü arasındaki ilişki, uygun bakım stratejileri gibi konuların araştırılması son derece önemlidir. Bununla birlikte, çocukların güçlülük gelişiminde çevresel veya durumsal ve kişisel faktörler yeterince çalışılmamıştır (Zauszniewski, Chung, Chang, & Krafcik, 2002).

Farklı kuramsal anlayışa sahip pek çok psikolog, ana baba ve çocuk ayrılığının yaşam boyunca oluşan psikososyal gelişimi anlamak için temel olduğu görüşünü paylaşmaktadırlar (Hock et al., 2001). Bu nedenle, çocukluk ayrılık kaygısı yaşantıları ile yetişkinlikteki çeşitli kişilik özellikleri ve davranış biçimleri arasında bir bağ kurulup kurulamayacağı veya nasıl bir bağ kurulabileceğine yönelik çeşitli araştırmaların yapılması gereksinimi ortaya çıkmaktadır. Ancak, bu tür araştırmalar sonucunda çocukluk ve ergenlikteki ayrılık kaygısı belirtilerinin yetişkinlik yıllarındaki davranışlar üzerindeki rolü ortaya konulabilir. Bireylerin çocukluk ve ergenlik yıllarındaki geçmiş ayrılık kaygısı yaşantılarının yetişkinlik yıllarındaki çeşitli kişilik özellikleri ile arasındaki ilişkilerin ortaya konması, ruh sağlığı alanında çalışanlara önemli katkılar sağlayabilecektir.

Ağargün ve Kara (1995), çocukluk çağında kaygı oluşturuca yaşantılar ile yetişkinlikte ortaya çıkan psikiyatrik bozukluklar arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaların, güncel bir tartışmaya da (panik bozukluk ile depresyon arasında nedensel bir ilişki olup olmadığı) katkıda bulunacağını ifade etmektedirler. Özellikle, bu tür çalışmaların üniversite öğrenimi gören genç yetişkinler üzerinde gerçekleştirilmesi büyük önem taşımaktadır. Çünkü, üniversite öğrencileri ile yapılan çeşitli araştırmalarda depresyon, kaygı, öfkelenme, çabuk sinirlenme, kişiler arası ilişkilerde huzursuzluk, obsesif-kompulsif özellikler gibi sorunların yoğun bir biçimde ortaya konduğu belirtilmektedir (Voltan-Acar & Bilge, 1993). Bu araştırmada üniversite öğrencisi genç yetişkinlerin bu gibi davranışlarında çocukluk yıllarındaki ayrılık kaygısı yaşantılarının katkısına ilişkin ipuçları elde etmeye yönelik bir ön girişim olarak değerlendirilmelidir.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin geçmişte yaşadıkları ayrılık kaygısı belirti düzeyleri ile öğrenilmiş güçlülük, durumluk ve sürekli kaygı ve psikolojik belirti gösterme düzeyleri arasındaki iliş-



kilerin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç çerçevesinde, *“Üniversite öğrencisi genç yetişkinlerin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyleri onların öğrenilmiş güçlülük, durumluk kaygı, sürekli kaygı ve psikolojik belirti gösterme düzeylerinin önemli bir yordayıcısı mıdır?”* sorusu incelenmiştir.

## Yöntem

### Evren ve Örneklem

İlişkisel tarama modelinde gerçekleştirilen bu araştırmanın çalışma evreni, 2003–2004 öğretim yılında Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesinin çeşitli öğretmenlik programlarına devam eden toplam 2998 örgün üniversite öğrencisidir. Araştırmanın örneklemini, çalışma evreninden orantısız küme ve rastgele örnekleme yoluyla belirlenen 315 öğrenciden oluşmuştur. Örneklemini oluşturan öğrencilerin 243’ü kız (% 77.10) ve 72’si erkektir (% 22.90). Öğrencilerin yaşları 18 ve 26 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 20,59’dur. Öğrencilerin % 8,90’ı güzel sanatlar eğitimi, % 9.20’si bilgisayar ve öğretim teknolojileri eğitimi, % 20.30’u özel eğitim, % 26.30’u yabancı diller eğitimi ve % 35,20’si ilköğretim bölümü öğrencisidir. Yaşamlarının büyük çoğunluğunu, öğrencilerin % 4.10’u köyde, % 15.90’ı kasabada, % 57.50’si küçük şehirde ve % 22.50’si büyük şehirde geçirmişlerdir. Öğrencilerin % 27.30’u herhangi bir anaokulu veya ana sınıfına devam etmiş, % 72.70’i ise devam etmemiştir. Öğrencilerin % 6’sı tek çocuk, % 39.40’ı ilk çocuk, % 19.70’i ortanca çocuk ve % 34.90’ı son çocuktur.

### Veri Toplama Araçları

**Ayrılık Kaygısı Belirtileri Ölçeği (AKBÖ):** AKBÖ, genç yetişkinlerin geçmişe dönük olarak on sekiz yaşından önceki ayrılık kaygısı belirtilerini boyutsal bir yaklaşımla ölçmek üzere Ceyhan (2000) tarafından geliştirilmiştir. AKBÖ, 0-3 arasında puanlanabilen ve “Hiç bu durumu yaşamazdım.”, “Ara sıra bu durumu yaşadım.”, “Oldukça sık bu durumu yaşadım.” ve “Çok sıklıkla bu durumu yaşadım.” seçeneklerinden biri ile cevaplandırılabilen toplam 34 maddelik bir kendini değerlendirme ölçeğidir. AKBÖ’nün üç alt faktörü vardır. Bunlar, 15 maddeden oluşan “ailesinden ayrı kaldığında yaşanan huzursuzluk ve aile üyelerinin başına zarar gelebileceğine ilişkin kaygı”, 10 maddeden oluşan “okul fobisi” ve 9 maddeden oluşan “tek

başına kalmaktan dolayı yaşanan kaygı” alt faktörleridir. Ölçekten alınabilecek toplam puan, 0 ile 102 arasında değişebilmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği genç yetişkinlerin on sekiz yaşından önceki geçmiş yaşantılarında fazla/yoğun ayrılık kaygısı belirtileri gösterdiklerini ifade etmektedir (Ceyhan, 2000).

AKBÖ'nün 34 maddesi, Silove ve arkadaşları (1993) tarafından geliştirilen 15 maddelik “Separation Anxiety Symptom Inventory” (SASI)'nin maddelerinden ve DSM-IV'teki Ayrılık Kaygısı Bozukluğu kriterlerinden yararlanılarak ve literatürdeki açıklamalar ile uzman görüşleri dikkate alınarak oluşturulan madde havuzundan (68 madde) faktör analizi yoluyla elde edilmiştir. Üniversite öğrencisi 362 kişiden elde edilen faktör analizi sonuçları, ölçeğe ilişkin üç faktörlü bir yapı ortaya koymuştur. Ölçeğin üç faktörü birlikte varyansın % 46'sını açıklarken, ailesinden ayrı kaldığında yaşanan huzursuzluk ve aile üyelerinin başına zarar gelebileceğine ilişkin kaygı alt faktörü tek başına toplam varyansın % 26,80'ini, okul fobisi alt faktörü tek başına % 10,90'ını ve tek başına kalmaktan dolayı yaşanan kaygı alt faktörü % 8,30'unu açıklamıştır (Ceyhan, 2000).

AKBÖ'nün ölçüt geçerliliğini belirlemek için üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmalarda, AKBÖ ile Durumluk Kaygı Ölçeği arasındaki korelasyon .51, Sürekli Kaygı Ölçeği ile arasındaki korelasyon .67, Beck Kaygı Envanteri ile arasındaki korelasyon .62 olarak ortaya çıkmıştır. AKBÖ'nün iç tutarlılık katsayısı .91, ölçeği oluşturan üç faktörün iç tutarlılık katsayıları ise sırasıyla .91, .83 ve .87 olarak elde edilmiştir. Ayrıca, ölçeğin madde toplam korelasyon katsayıları ortalaması .46 bulunurken, üç faktörün madde toplam korelasyon katsayıları ortalaması ise sırasıyla .60, .53 ve .61 olarak elde edilmiştir. Üç grupların karşılaştırıldığı (alt ve üst % 27'lik gruplar) çalışmada ise ölçekteki tüm maddelerin önemli düzeyde ( $p < .01$ ) farklılıklar gösterdiği bulunmuştur. AKBÖ'nün aralıklı testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenilirlik katsayısı ise .77 olarak bulunmuştur (Ceyhan, 2000). AKBÖ, bireylere geçmişte yaşadıklarından dolayı teşhis koymaya yönelik bir ölçek olmayıp genç yetişkinlerin on sekiz yaşından önceki yaşadıkları ilk ayrılık kaygısı belirtili düzeylerini ortaya koymaya yönelik çeşitli araştırmalarda kullanılacak bir ölçektir.

**Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ):** RÖGÖ, bireylerin stres oluşturan yaşam olayları ile ne kadar etkili bir biçim-

de başa çıkabildiklerini belirlemek amacıyla Rosenbaum tarafından 1980 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, 1–5 arasında puanlanabilen Likert tipinde 36 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçekten alınabilecek puanlar 36 ile 180 arasında değişebilmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği, bireylerin kendini denetleme becerilerinin yüksek olduğunu ve stresle başa çıkma stratejilerini sıklıkla kullandıklarını göstermektedir (Savaşır & Şahin, 1997).

RÖGÖ'nün, hem Siva hem de Dağ tarafından 1991 yılında Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmalarında, ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının .78 ve .79 olduğu, madde toplam korelasyonlarının önemli bir biçimde .11-.51 arasında değiştiği ve ölçeğin test tekrar test güvenilirliğinin .80 olduğu, RÖGÖ'nün Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği ile korelasyonunun -.29 ve Belirti Tarama Listesi genel belirti puanları ile korelasyonunun ise -.28 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin uyarlama çalışmalarında, ölçeğin toplam varyansın % 58,20'sini açıklayan 12 faktörden oluştuğu ve bunun orijinal ölçek ile büyük benzerlik taşıdığı belirlenmiştir (Savaşır & Şahin, 1997). RÖGÖ, Türkiye'de çeşitli araştırmalarda sıklıkla kullanılabilirliktedir.

**Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (DKE-SKE):** Envanter, Spielberger'in iki faktörlü kaygı kuramından hareketle, bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini ayrı ayrı saptamak amacıyla Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından geliştirilmiş, Öner ve LeCompte (1982) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Envanter toplam kırk madde olup her biri yirmi maddelik iki ayrı ölçek hâlinindedir. Durumluk Kaygı Ölçeği, bireyin belirli bir anda ve belirli koşullarda kendisini nasıl hissettiğini belirlerken Sürekli Kaygı Ölçeği, bireyin içinde bulunduğu durum ve koşullardan bağımsız olarak, genellikle kendisini nasıl hissettiğini belirlemektedir (Öner, 1997; Öner & LeCompte, 1983).

Öner ve LeCompte (1983) tarafından hazırlanan el kitabında her iki ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları belirtilmiş olup elde edilen sonuçlar ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Her iki ölçeğin, bireylerin kaygı düzeylerini ölçmek için literatürde çok sayıda araştırmada kullanıldığı görülmektedir (Öner, 1997).

**Kısa Semptom Envanteri (KSE):** KSE, bireylerin çeşitli psikolojik belirtilerini taramak amacıyla Derogatis tarafından 1992 yılında

geliştirilmiştir. KSE, Semptom Belirleme Listesi'nin (SCL-90) ayırt ediciliği en yüksek maddelerinden ve SCL-90 ile benzer bir biçimde 9 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçek, 0-4 arasında puanlanabilen Likert tipinde 53 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Öleçekten alınabilecek toplam puanlar 0 ile 212 arasında değişebilmektedir. Öleçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireylerin semptomlarının yüksek olduğunu göstermektedir (Savaşır & Şahin, 1997).

KSE, Şahin ve Durak (1994) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Öleçeğin uyarlama çalışmalarında, öleçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının .96 ve .95, alt öleçeklere ilişkin katsayıların ise .55 ve .86 arasında değiştii bulunmuştur. KSE'nin puanları Sosyal Karşılaştırma Öleçeęi ile -.14 ve -.34, Boyun Eęicilik Öleçeęi ile .16 ve .42, Strese Yatkınlık Öleçeęi ile .24 ve .36, UCLA-Yalnızlık Öleçeęi ile .13 ve .36, Offer Yalnızlık Öleçeęi ile .34 ve -.57, Beck Depresyon Öleçeęi ile .34 ve .70 arasında değişen korelasyonlar göstermiştir. Öleçeğin *strese yatkın* ve *strese yatkın olmayan* şeklinde ayrılan uç grupları önemli bir biçimde ayırt edebildiği ve faktör yapısının 5 faktörden olduğu (anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilete) bulunmuştur (Savaşır & Şahin, 1997). KSE, üniversite öğrencilerinin psikolojik sorunlarını ölemek amacıyla araştırmalarda sıklıkla kullanılabilir.

**Bilgi Anketi:** *Anket*, bu çalışma için geliştirilmiştir. Anket, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş, devam ettikleri program, genellikle yaşamlarını geçirdikleri yerleşim yeri gibi bazı kişisel ve ailesel bilgileri elde etmeye yönelik sorulardan oluşmuştur.

## İşlem

Uygulama, 2003–2004 öğretim yılı bahar dönemi Mayıs ayı içerisinde tüm bölümlerden öğrencilerin yer alabileceği bir biçimde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın ölçme araçları, bir veri seti hâlinde uygulamanın yapıldığı gün derste hazır bulunan öğrencilere araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Verilerin toplanmasında, öğrencilere uygulama hakkında bilgi verilmiş ve elde edilecek bilgilerin araştırma amaçlı kullanılacağına ilişkin açıklama yapılmıştır. Uygulamanın 30–40 dakika sürdüğü gözlenmiştir.

Araştırmanın verileri, ölçme araçlarının araştırmacı tarafından puanlanması ve bu puanların SPSS (Statistical Package for Social Sciences) paket programında çözümlenmesi ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın verilerinin çözümlenmesinde Pearson korelasyon katsayısı ve basit regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada,

önem düzeyi .05 olarak kabul edilmiş ve bu düzeyin üzerindeki değerler ayrıca belirtilmiştir.

## Bulgular

Araştırmada, genç yetişkinlerin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeylerinin onların öğrenilmiş güçlülük, durumluk kaygı, sürekli kaygı ve psikolojik belirti gösterme düzeylerinin önemli bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bunun için de ilk önce geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi ile diğer ilgili değişkenler arasındaki korelasyonlar (Pearson's correlation coefficient) belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi ile öğrenilmiş güçlülük arasında -.56, sürekli kaygı arasında .62, durumluk kaygı arasında .42 ve psikolojik belirti düzeyi arasında .54 korelasyon katsayısı ( $p < .01$ ,  $n=315$ ) bulunmuştur. Böylece, geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi ile diğer dört değişken arasında önemli orta düzeyde ilişkiler ortaya çıkmıştır. Ayrıca, en yüksek ilişkinin üniversite öğrencilerinin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında olduğu görülürken, geçmiş ayrılık kaygısı ile öğrenilmiş güçlülük arasındaki ilişkinin ters yönde olduğu görülmektedir. Analiz sonucunda ortaya çıkan bu ilişkiler çerçevesinde, geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyinin diğer değişkenleri nasıl yordadığı ise basit regresyon analizi yöntemi kullanılarak ortaya konmuştur. Bulgular, sırasıyla gruplanarak aşağıda sunulmuştur.

## Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Tablo 1'de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyleri öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ( $p < .01$ ). Bu değişken, öğrenilmiş güçlülüğe ilişkin varyansın % 31'ini açıklamaktadır.

**Tablo 1**

*Üniversite Öğrencilerinin Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Model	B	t	R	R <sup>2</sup>	Standart Hata	F <sup>1</sup>
Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyi	-.56	11.98*	.56	.31	16.10	143.47*

Yordayıcı: Geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi  
Bağımlı değişken: Öğrenilmiş güçlülük  
1sd=314, \* p < .01

## Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Tablo 2’de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyleri durumluk kaygı düzeylerinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ( $p < .01$ ). Bu değişken, durumluk kaygıya ilişkin varyansın % 17’sini açıklamaktadır.

**Tablo 2**

*Üniversite Öğrencilerinin Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Model	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Standart Hata	F <sup>1</sup>
Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyi	.42	8.09*	.42	.17	10.55	65.46*

Yordayıcı: Geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi

Bağımlı değişken: Durumluk kaygı

<sup>1</sup>sd=314, \* p <.01

## Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Sürekli Kaygı Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Tablo 3’te görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyleri sürekli kaygı düzeylerinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ( $p < .01$ ). Bu değişken, sürekli kaygıya ilişkin varyansın % 39’unu açıklamaktadır.

**Tablo 3**

*Üniversite Öğrencilerinin Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Sürekli Kaygı Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Model	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Standart Hata	F <sup>1</sup>
Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyi	.62	14.06*	.62	.39	7.62	197.80*

Yordayıcı: Geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi

Bağımlı değişken: Sürekli kaygı

<sup>1</sup>sd=314, \* p <.01

## Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Psikolojik Belirti Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Tablo 4’te görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyleri psikolojik belirti düzeylerinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ( $p < .01$ ). Bu değişken, psikolojik belirtilere ilişkin varyansın % 29’unu açıklamaktadır.

**Tablo 4**

*Üniversite Öğrencilerinin Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyine Göre Psikolojik Belirti Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Model	B	t	R	R <sup>2</sup>	Standart Hata	F <sup>2</sup>
Geçmiş Ayrılık Kaygısı Belirti Düzeyi	.54	11.39*	.54	.29	29.28	129.81*

Yordayıcı: Geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeyi  
Bağımlı değişken: Psikolojik Belirti  
<sup>1</sup>sd=314, \* p <.01

## Tartışma

Araştırmanın bulguları, genç yetişkinlerin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeylerinin onların öğrenilmiş güçlülük düzeyinin önemli bir yordayıcısı olduğunu ( $p < .01$ ) ve aralarında ters yönlü bir ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur. Böylece, genç yetişkinlerin geçmiş ayrılık kaygısı semptomları arttıkça öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin azaldığı ortaya çıkmaktadır. Bu bulgu, öğrenilmiş güçlülüğe ilişkin yapılan açıklamalarla tutarlılık göstermektedir. Öğrenilmiş güçlülük, bireyin çevresi ile etkileşimi sonucu yaşam boyunca öğrenilen becerilerdir. Bireyler, ruh sağlığını korumak ve depresyonu önlemek için uygun bilişsel-davranışsal repertuvarlarını geliştirmek ihtiyacındadırlar (Zauszniewski et al., 2002). Bu nedenle, yaşamın ilk yıllarında geçirilen yaşantılar çok önemlidir. Bulgular, bir çocuğun anne babası ile etkileşimi sınırlı olduğu zaman, duygusal problemlerini çözmesi ve başa çıkma mekanizmaları geliştirmesi için gerekli ego gücünü geliştirmesinin zor olacağını ortaya koymaktadır (Fish & Waldhart, 1981). Bu sonuç, anne baba-çocuk ilişkisinin çocuktaki güçlülüğü geliştirmek için özellikle önemli olduğunu göstermektedir.

Araştırma bulguları, Rosenbaum'un öğrenilmiş güçlülük kuramını destekler biçimde, çocuğun otomatik düşüncelerinin ve annesinin güçlülük düzeyinin çocuğun güçlülük düzeyinin yordayıcıları olduğunu, çocukla annesinin etkileşimlerinin niteliğinin çocukla evde harcanan zamanın miktarından daha etkili olduğunu ortaya koymaktadır (Zauszniewski et al., 2002). Aynı zamanda, anne baba yanında kalan erkek ergenlerin yetiştirme yurdundaki erkek ergenlere göre daha yüksek öğrenilmiş güçlülük gösterdiği ve farklı psikososyal ortamların bireylerin içsel olayları düzenlemede kullandıkları bilişsel ve davranışsal becerileri edinmelerinde önemli olduğu belirtilmek-

tedir (Boyraz & Aydın, 2003). Dolayısıyla bu sonuçlar, araştırmanın bulgularını destekler nitelikte olup geçmiş ayrılık kaygısı belirtilerini yoğun bir biçimde yaşamayan bireylerin öğrenilmiş güçlülük becerilerinin gelişiminde olumsuz bir faktör olabileceğine ilişkin ipuçları vermektedir. Bu çerçevede, yaşamın ilk yıllarında öğrenilmiş güçlülük becerilerinin ediniminde çevre ile ilişkilerin belirleyici olduğu, yoğun ayrılık kaygısı belirtileri yaşamayan bu becerilerin gelişimini engelleyici olabileceği, bunun sonucunda da bireyin ileriki yıllarda davranış biçimlerini etkileyebileceği belirtilebilir. Nitekim araştırma bulguları, düşük öğrenilmiş güçlülüğe sahip üniversite öğrencilerinin bazı başa çıkma becerilerinin kullanımında yetersiz olduklarını ve daha çok stres semptomları gösterdiklerini ortaya koymaktadır (Gintner, West, & Zarski, 2001). Öğrenilmiş güçlülüğün alkol tüketimi ile ilişkili olduğu, öğrenilmiş güçlülüğün madde kullanımına (alkol ve sigara kullanımı gibi) karşı genç yetişkinleri koruyabildiği, düşük öğrenilmiş güçlülüğe sahip olan üniversite öğrencilerinin daha yoğun bir biçimde alkol kullandıkları yönünde bulgular vardır (Carey, Carey, Carnrike & Meisler, 2001).

Araştırma bulguları, genç yetişkinlerin geçmiş ayrılık kaygısı belirtilerinin onların durumluk ve sürekli kaygı düzeyinin de önemli bir yordayıcısı olduğunu ( $p < .01$ ) ve aralarında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, kaygıya ilişkin yapılan açıklamalarla tutarlıdır. Kaygı, hoş olmayan, genellikle bireylerde huzursuzluk ve sıkıntıya sebep olan ve bazı durumlarda bireyin davranışlarını engelleyici olabilen temel duygulardan biridir. Kaygı, normalden patolojik ölçülere kadar değişen bir aralıkta yaşanabilir (Eisenberg & Patterson, 1979) ve çeşitli uyum sorunları ortaya çıkarabilir. Krohne (1980, 1985'den aktaran Cobham, Dadds & Spence, 1999) ana babanın çocuk bakım biçimleri ve davranışlarının çocukların bilişsel yapılarını etkilediğini, daha sonra da sürekli kaygı düzeylerini belirlediğini belirtmektedir. Aynı zamanda, yetişkinlere ilişkin kaygı literatürü, kaygıya duyarlılık ve bazı kaygı bozuklukları arasında kuvvetli ilişkiler olduğunu açıkça ortaya koymaktadır (Rabian, Embry & MacIntyre, 1999). Çeşitli araştırmalar çocuklukta ilk ayrılık kaygısı yaşantıları ile yetişkinlikteki kaygı bozuklukları arasında ilişki olduğunu (Ağargün & Kara, 1995; Lutz & Hock, 1995; Manicavasagar et al., 1999; Otto et al., 2001; Silove et al., 1993), ilk ayrılık kaygısının yetişkinlikte de ayrılık semptomla-



rının sürmesi ile doğrudan ilişkili olduğunu (Manicavasagar et al., 1999) göstermektedir. Bu açıklamalar çerçevesinde, çocukluk ve ergenlik yıllarındaki geçmiş ayrılık kaygısı yaşantılarının bireyin yetişkinlikteki kaygı düzeyinde önemli bir belirleyici faktör olabileceğini araştırma bulgularının desteklediği belirtilebilir.

Araştırma bulguları, genç yetişkinlerin geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeylerinin onların psikolojik belirti düzeylerinin de önemli bir yordayıcısı olduğunu ( $p < .01$ ) ve aralarında pozitif bir ilişki bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgu da psikolojik belirtilere ilişkin yapılan açıklamalarla tutarlıdır. Çünkü, literatür yoğun geçmiş ayrılık kaygısı yaşantılarının yetişkinlikte yaşanan psikolojik rahatsızlıkların önemli bir başlangıç faktörü olduğunu ifade etmektedirler (Ağargün & Kara, 1995; Brown & Wright, 2003; DSM-IV, 1994; Lutz & Hock, 1995; Manicavasagar et al., 1998; Manicavasagar et al., 1999; Onur, Aklın, Monkul & Fidaner, 2004; Otto et al., 2001; Silove et al., 1993; Silove et al., 1995). Böylece, bulguların genç yetişkinlerin sergiledikleri psikolojik rahatsızlık belirtilerinde, geçmişte yaşadıkları yoğun ayrılık kaygısı belirtilerinin rolü olabileceğine ilişkin ipucu verdiği belirtilebilir.

Genel olarak, araştırma bulguları on sekiz yaşından önceki yıllarda yaşanan ayrılık kaygısı ile ilgili belirtilerin yoğunluğunun yetişkinlik yıllarındaki öğrenilmiş güçlülük, durumluk kaygı, sürekli kaygı ve psikolojik belirti düzeyi gibi bireyin bazı özellikleri ve davranışları ile önemli ilişkilere sahip olabileceğini göstermektedir. Aynı zamanda, bulgular yaşamın ilk yıllarında geçirilen yaşantıların niteliğinin ileriki yıllarda bireyin kişilik özelliklerinin gelişiminde önemli etkilere sahip olduğu yargısını da desteklemektedir. Bu nedenle, yaşamın ilk yıllarındaki bağlanma yaşantılarının, anne babanın çocuk yetiştirme tutumlarının, aile ilişkilerinin önemli faktörler olduğu ve çocuklukta yoğun ayrılık kaygısı yaşantılarının ileriki yıllarda bireyin kaygı yapısı ile önemsenecek ölçüde ilişkili olabileceği, özellikle anne babalar ve eğitimciler tarafından düşünülmeli ve dikkate alınmalıdır. Bu doğurguların ana baba eğitimi gibi eğitim programlarında dikkate alınması, daha sağlıklı bireylerin yetişmesine ve gelişmesine katkıda bulunabilecektir.

Bu araştırma çeşitli sınırlılıklar içermektedir. Bu nedenle, araştırmanın bulguları ve yorumları, araştırmanın sınırlılıkları çerçevesinde değerlendirilmelidir. Araştırmanın en önemli yöntemsel sınırlılı-

ğı, genç yetişkinlerin, çocukluk ve ergenlikteki geçmiş ayrılık kaygısı belirti düzeylerinin geçmişe dönük bir ölçme aracı yolu ile elde edilmesi ve dolayısıyla, verilerin geçmişe dönük (retrospektif) cevaplandırmalara dayanmasıdır. Bu durum, genç yetişkinlerin çocukluk ve ergenlik dönemi ayrılık kaygısı yaşantılarını eksik, yanlış ya da çarpıtarak; içinde bulunulan koşullardan etkilenerek betimlemiş olabileceklerini akla getirmektedir. Bu çalışmada kullanılan ölçme aracının (AKBÖ) geçerliğine ve güvenilirliğine ilişkin çeşitli çalışmalar yapılmış olmakla birlikte, geçmişe dönük eğilim, tamamen akıldan çıkarılamayacak bir potansiyel zihin karıştırıcı olarak varlığını korumaktadır (Manicavasagar et al., 1999).

Literatürde, yetişkinlikte yaşanan kaygı ve benzeri bozukluklarda geçmiş ayrılık kaygısı ilişkisi ortaya konulurken, çocukluk ayrılık kaygısını ölçmeye yönelik yöntemsel güçlükler yaşanmaktadır. Konuya ilişkin hemen hemen tüm çalışmalarda yöntemsel sınırlılıklar olduğu çocuklukta travmatik yaşam olaylarının varlığından hareket etmenin eksik, ancak nesnel bir tutum olduğu belirtilmektedir (Ağargün & Kara, 1995). Silove ve arkadaşlarının (1993) belirttiği gibi, çoğu çalışma zorunlu olarak yetişkinlerin geçmişe dönük değerlendirmelerinden hareketle ayrılık kaygısı yaşantılarını kaydetmektedir. Bu amaçla; kategorik anket sorularını, görüşme yapmayı ya da onu tanıyan kişilere sormayı yeğlemekte ve kategorik DSM-IV kriterlerini dikkate almaktadırlar. Örneğin, bir çalışmada bireyler çocukluk ayrılık kaygısı bozukluğunun tanısı için DSM-III-R kriterlerine göre *kesin* ve *olası* gibi kategorilere ayrılmışlardır (Ağargün & Kara, 1995). Oysa ayrılık kaygısının, yoğunluğu değişmesine rağmen çocuklukta her zaman bulunduğu, bunun için de yetişkinlerin ayrılık kaygısının boyutsal bir yaklaşımla, geçerli ve güvenilir ölçeklerle ölçülmesinin daha titiz, dikkatli veriler elde edilmesine yol açacağı belirtilmektedir (Silove et al., 1993; Silove et al., 1995). Dolayısıyla, bu çalışmada kullanılan ölçek (AKBÖ), çocukluk ve ergenlik yıllarında ayrılık kaygısının yoğunluğunun normalden patolojiye uzanan genişlikte değişiklik gösterdiği sayılıştırdan hareketle geliştirilmiş boyutsal bir ölçek olup teşhis koymaya yönelik bir ölçek değildir. Ayrıca, geçmişe dönük ayrılık kaygısını ölçen psikometrik sağlamlığına ilişkin kanıtlar olmasının yanı sıra yanlışlığa ilişkin sorunların tam olarak önlenemeyeceği de belirtilmektedir (Silove et al., 1995).

Araştırmanın bu sınırlılığı nedeniyle, araştırma bulgularının doğrulanması için araştırmanın tekrarlanmasına ihtiyaç bulunmaktadır. Araştırmanın diğer bir sınırlılığı ise normal genç yetişkinlerden oluşan küçük bir grupla araştırmanın gerçekleştirilmiş olmasıdır. Bu nedenle, bu araştırma bir başlangıç olarak düşünülmeli ve araştırma daha büyük ve farklı yetişkin grupları ile de gerçekleştirilmelidir. Ayrıca, araştırma bireylerin daha farklı özellikleri ile veya pek çok özelliğini bir arada dikkate alarak, sınırlılığı daha az yöntemlerle tekrarlanabilir. Böylece, araştırmanın bulgularının doğruluğu artabilecek ve desteklenebilecektir. Sonuç olarak, araştırma bulgularının bütün sınırlılıklarına rağmen, üniversite öğrencisi genç yetişkinlerin çocukluk ve ergenlik yıllarını içeren geçmişte yaşadıkları ayrılık kaygısının (ailesinden ayrı kaldığında yaşanan huzursuzluk ve aile üyelerinin başına zarar gelebileceğine ilişkin kaygı, okul fobisi ve tek başına kalmaktan dolayı yaşanan kaygı alt boyutları) onların öğrenilmiş güçlülük, kaygı ve psikolojik belirti gösterme düzeyleri gibi özelliklerini yordadığına ilişkin ön bilgiler ve ipuçları sağladığı belirtilebilir.

# The Prediction of Learned Resourcefulness, Anxiety, and Psychological Symptoms from Early Separation Anxiety

*Aydoğan Aykut CEYHAN\**

## **Abstract**

The present study aims to determine the relationships between separation anxiety, learned resourcefulness, state and trait anxiety, and psychological symptoms among college students. The sample of the study consisted of 315 university students [243 female (%77.10) and 72 male (%22.90), mean age = 20.59] who were attending to Anadolu University in the 2003-2004 academic year. The Separation Anxiety Symptom Scale (Ceyhan, 2000), the Rosenbaum's Self Control Schedule (Dağ, 1991), the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (Öner & Le Compte, 1983), and the Derogatis Brief Symptom Inventory (Şahin & Durak, 1994) were used to collect the data. Pearson-product moment correlation and regression analyses were used in the analysis of the data. Findings showed that separation anxiety was a significant predictor of learned resourcefulness. Moreover, the findings indicated that separation anxiety was a significant predictor of state, trait anxiety, and psychological symptom levels. These findings have pointed out that the intensity of the separation anxiety symptoms may be an important factor for behaviors in adulthood.

## **Key Words**

Separation Anxiety, State-Trait Anxiety, Learned Resourcefulness, Psychological Symptom.

\**Correspondence:* Assist. Prof. Dr. A. Aykut CEYHAN, Anadolu University, Faculty of Education, Department of Educational Sciences, 26470 Eskişehir-Turkey. E-mail: aceyhan@anadolu.edu.tr

Educational Sciences: Theory & Practice

6 (1) • January 2006 • 72-79

The quality of the relationship between parents and a child during infancy is very important. Bowlby's attachment theory (1969, 1973) proposed that an individual's first attachment relationship with his/her parents/or caregivers has a great significance in determining his/her interpersonal relationships and future psychological adjustment. It has been accepted that there is a relationship between traumatic life events in childhood and anxiety disorders in adulthood (Ağargün & Kara, 1995). However, some researchers have been skeptic about this relationship (Manicavasagar et al., 1999). One of the various negative behaviors experienced in childhood is separation anxiety described as a discrete anxiety disorder (Scott & Cully, 1995; Silove et al., 1993).

Separation anxiety can be experienced at any time in childhood, but the intensity of the anxiety experienced differs from child to child. Some children might experience more intense separation anxiety than others. Sometimes, this intense anxiety may continue for years (DSM-IV, 1994). Numerous psychiatric studies have indicated that early separation anxiety in childhood was a serious risk factor for adult anxiety disorder (Silove et al., 1993, Silove et al., 1995). DSM-IV (1994) points out that the threat of separation in children and adolescents with separation anxiety disorder can lead to excessive anxiety and even panic attack. Some recent studies indicate that early separation anxiety is linked to not only panic disorders and agoraphobia but also other types of anxiety disorders (Manicavasagar et al., 1998; Ağargün & Kara, 1995) and depression (Ağargün & Kara, 1995) in adulthood. However, it has been indicated that some studies was still suspicious about whether early separation anxiety was a risk factor for a wide range of adult anxiety disorders (Silove et al., 1995).

It can be expressed that perceptions related with the quality of the bonding experiences with parents in early years of life are very important for the existence of childhood separation anxiety. Childhood separation anxiety can become an important base for the anxiety experienced in adulthood. It may also cause a disposition to psychological problems or disorders in adulthood and separation anxiety symptoms may last in adulthood as well. This situation reminds that intensive separation anxiety symptoms experienced in childhood and adolescent years have potential negative effects on some

behaviors and personality characteristics in later years. The present study aims to determine the relationships between separation anxiety experienced in the past and learned resourcefulness, state and trait anxiety, and psychological symptoms among university students. For this purpose, the present research investigated whether separation anxiety experienced by college students in the past was a significant predictor of their learned resourcefulness, state anxiety, trait anxiety, and psychological symptom levels.

### Method

315 university students attending to various teacher training programs at Anadolu University in the 2003-2004 academic year participated in the study. Of all the participants, 243 were females (%77.10) and 72 were males (%22.90). The participants' ages ranged from 18 to 26 years with a mean of 20.59 years. The Separation Anxiety Symptoms Scale (Ceyhan, 2000) was used to assess the separation anxiety levels experienced in the past; the Rosenbaum's Self Control Schedule (Dağ, 1991) for the learned resourcefulness levels; Spielberger's State-Trait Anxiety Inventory (Öner and Le Compte, 1983) for the state and trait anxiety levels; and the Brief Symptom Inventory developed by Derogatis (Şahin & Durak, 1994) for the psychological symptoms; and the Information Questionnaire for collecting various personal information. The data were collected by the researcher in May 2004. The data were analyzed by using Pearson's correlation coefficient and simple regression analysis.

### Results

The research investigated whether the adults' separation anxiety levels were significant predictors of learned resourcefulness, state anxiety, trait anxiety, and psychological symptoms. Results showed that the correlation coefficients between the separation anxiety levels experienced in the past and learned resourcefulness, state anxiety, trait anxiety, and psychological symptom levels were  $-.56$ ,  $.62$ ,  $.42$ , and  $.54$  ( $p < .01$ ,  $n = 315$ ), respectively. Thus, relationships between the separation anxiety levels and four variables were found to be moderately significant. In the light of these relationships, how the separation anxiety levels predict the other variables was examined by using simple regression analysis.

Results showed that the level of the separation anxiety experienced in the past was a significant predictor of learned resourcefulness ( $p < .01$ ). The separation anxiety experienced in the past alone accounted for 31% of the variance on learned resourcefulness. The level of the separation anxiety experienced in the past was also a significant predictor of both state anxiety and trait anxiety ( $p < .01$ ). Separation anxiety alone accounted for 17% of the variance on state anxiety and 39% of the variance on trait anxiety. The level of the separation anxiety experienced in the past was also a significant predictor of psychological symptoms levels ( $p < .01$ ) and accounted for 29% of the variance on psychological symptoms levels.

### Discussion

The first finding of present study indicates that the adults' levels of separation anxiety experienced in the past significantly predicted their learned resourcefulness levels and there was a negative relationship between these two variables. This finding is consistent with the previous research. For example, Rosenbaum (1989 as cited in Boyraz & Aydın, 2003) has reported that the individuals' learned resourcefulness skills were cognitive skills learned as a result of their repeated encounters with their environment. Boyraz and Aydın (2003) also found that the learned resourcefulness levels of male adolescents living together with their families were higher than those who were living in orphanages. Therefore, these explanations give some clues that intensive experiences of separation in the past may become a negative factor for the development of their learned resourcefulness skills.

The findings of the previous research also indicate that the adults' levels of separation anxiety experienced in the past significantly predicted their state and trait anxiety levels. There were also positive relationships between separation anxiety and state and trait anxiety levels. This finding is also consistent with the previous anxiety research. The literature clearly shows that there is a strong relationship between sensitivity to anxiety and some anxiety disorders (Rabian, Embry & MacIntyre, 1999). Various studies have reported that there was a relationship between early separation anxiety experiences and anxiety disorders in adulthood (Ağargün & Kara,

1995; Lutz & Hock, 1995; Manicavasagar et al., 1999; Otto et al., 2001; Silove et al., 1993). Early separation anxiety was directly related with the continuation of the separation symptoms in adulthood (Manicavasagar et al., 1999). By taking these findings into account, it can be said that the findings of the present research supported that the early separation anxiety experiences would be an important factor for the anxiety levels in adulthood.

The findings also revealed that the adults' levels of separation anxiety experienced in the past significantly predicted their psychological symptoms levels and there was a positive relationship between these variables. This finding is also in agreement with the findings of previous research. Since the literature points out that early separation anxiety experiences are important risk factors for psychological disorders experienced in adulthood (Ağargün & Kara, 1995; Brown & Wright, 2003; DSM-IV, 1994; Lutz & Hock, 1995; Manicavasagar et al., 1998; Manicavasagar et al., 1999; Onur et al., 2004; Otto et al., 2001; Silove et al., 1993; Silove et al., 1995). Thereby, it can be stated that all the findings yielded evidence about the role of the intense early separation anxiety experienced in the past on psychological disorder symptoms displayed by young adults.

This study has some limitations. The most important limitation was to collect the data about the early separation anxiety experienced in the past retrospectively. Therefore, the findings are limited by the imprecision inherent in a retrospective assessment of childhood anxiety symptoms. The data could have been influenced by the individuals' retrospective reports. This model has some methodological limitations and the findings wait for the confirmation by other studies. Because of these limitations, this study may be assessed as a preliminary study. As a result, it may provide important evidence about the role of the separation anxiety symptoms in childhood and adolescence on psychological health qualities of young adults.



## Kaynakça/References

- Ağargün, M. Y., & Kara, H. (1995). Panik bozukluğu olan hastalarda çocukluk dönemi separasyon öyküsü: Depresyon ve normal kontrollerle karşılaştırmalı bir çalışma. *IV. Anadolu Psikiyatri Günleri Bilimsel Çalışmaları Kitabı* (s. 237-241). Konya: Selçuk Üniversitesi.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (Vol. 1). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger* (Vol. 2). New York: Basic Books.
- Boyras, G. & Aydın, G. (2003). Yetiştirme yurdu ve anne-baba yanında kalan ergenlerde öğrenilmiş güçlülük. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (20), 61-67.
- Brown, L. S., & Wright, J. (2003). The relationship between attachment strategies and psychopathology in adolescence. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 76, 351-367.
- Carey, M. P., Carey, K. B., Carnrike, C. L. M., & Meisler, A. W. (2001). Learned resourcefulness, drinking, and smoking in young adults. *The Journal of Psychology*, 124, 391-395.
- Ceyhan, A. A. (2000). Ayrılık kaygısı belirtileri ölçeği geliştirme çalışmaları. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (2), 63-75.
- Cobham, V. E., Dads, M. R., & Spence, S. H. (1999). Anxious children and their parents: What do they expect? *Journal of Clinical Child Psychology*, 28 (2), 220-231.
- Dağ, İ. (1991). Rosenbaum'un öğrenilmiş güçlülük ölçeği'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2 (4), 269-274.
- Dağ, İ. (1992). Kontrol odağı, öğrenilmiş güçlülük ve psikopatoloji ilişkileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7 (27), 1-9.
- DSM-IV (1994). *Mental bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı* (çev. ed., E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Eisenberg, S., & Patterson, L. E. (1979). *Helping clients with special concerns*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Ellis, E. M.(1990). Adult agoraphobia and childhood separation anxiety: Using children's literature to understand the link. *American Journal of Psychotherapy*, 44, 433-445.
- Fish, W. C., & Waldhart, E. (1981). Suicide and children. *Death Education*, 5 (3), 215-222.
- Fonagy, P. (1998). An attachment theory approach to treatment of the difficult patient. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 62 (2), 147-170.
- Gintner, G. G., West, J. D., & Zarski, J. J. (2001). Learned resourcefulness and situation-specific coping with stress. *The Journal of Psychology*, 123 (3), 295-304.
- Hock, E., Eberly, M., Bartle-Haring, S., Ellwanger, P. & Widaman, K. F. (2001). Separation anxiety in parents of adolescents: Theoretical significance and scale development. *Child Development*, 72 (1), 284-298.
- Kearney, C. A., Sims, K. E., Pursell, C. R., & Tillotson, C. A. (2003). Separation anxiety disorder in young children: A longitudinal and family analysis. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32 (4), 593-598.

- Levy, D. M. (1970). The concept of maternal overprotection. In E. J. Anthony & T. Benedek (Eds.), *Parenthood: Its psychology and psychopathology* (pp. 387-409). Boston: Little, Brown.
- Lutz, W. J. A. & Hock, E. (1995). Maternal separation anxiety: Relations to adult attachment representations in mothers of infants. *Journal of Genetic Psychology, 156*, 57-73.
- Manicavasagar, V., Silove, D., & Hadzi-Pavlovic, D. (1998). Subpopulations of separation anxiety: Relevance to risk of panic disorder and agoraphobia. *Journal of Affective Disorders, 48*, 181-190.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Wagner, R., & Hadzi-Pavlovic, D. (1999). Parental representations associated with adult separation anxiety and panic disorder-agoraphobia. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 33*, 422-428.
- Onur, E., Akın, T., Monkul, E. S., & Fidaner, H. (2004). Panik- agorafobi spektrumunu kavramı. *Türk Psikiyatri Dergisi, 15* (3), 215-223.
- Otto, M. W., Pallack, M. H., Maki, K. M., Gould, R. A., Worthington, J. T., Smoller, J. W., & Rosenbaum, J. F. (2001). Childhood history of anxiety disorders among adults with social phobia: Rates, correlates, and comparisons with patients with panic disorder. *Depression and Anxiety, 14*, 209-213.
- Öner, N. (1997). *Türkiye’de kullanılan psikolojik testler* (3. basım). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öner N., & LeCompte, A. (1983). *Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Rabian, B., Embry, L., & MacIntyre, D. (1999). Behavioral validation of the childhood anxiety sensitivity index in children. *Journal of Clinical Child Psychology, 28*, 105-112.
- Rosenbaum, M., & Ben-Ari, K. (1985). Learned helplessness and learned resourcefulness: Effects of noncontingent success and failure on individuals differing in self-control skills. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 198-215.
- Savaşır, I., & Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Scharf, M. (2001). A “natural experiment” in childrearing ecologies and adolescents’ attachment and separation representations. *Child Development, 71* (1), 236-251.
- Sarı, T. (2004). Üniversite öğrencilerinde bazı değişkenlere göre öğrenilmiş güçlülük. *XIII. Ulusal Psikoloji Kongresi “Toplumsal Barış: Dün, Bugün ve Yarın” Kongre Kitabı* içinde (s. 260-261). İstanbul: Bilgi Üniversitesi.
- Scott, J., & Cully, M. (1995). Helping the separation anxious school refuser. *Elementary School Guidance & Counseling, 29*, 289-298.
- Silove, D., Manicavasagar, V., O’Connell, D., Blaszczynski, A., Wagner, R., & Henry, J. (1993). The development of the Separation Anxiety Symptom Inventory (SAS). *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 27*, 477-488.
- Silove, D., Manicavasagar, V., O’Connell, D., & Morris-Yates, A. (1995). Genetics factors in early separation anxiety: Implications for the genesis of adult anxiety disorders. *ACTA Psychiatrica Scandinavica, 92*, 17-24.
- Sümer, N. & Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi, 14* (44), 35-58.

Şahin, N. H. & Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlaması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 44-56.

Voltan-Acar, N. & Bilge, F. (1993) Psikodramanın üniversite öğrencilerinin psikolojik beklentileri üzerindeki etkisi. *II. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmalar Kitabı* içinde (s. 75-86). Ankara: Hacettepe Üniversitesi

Yargıç, İ., Tutkun, H. & Şar, V. (1994). Çocukluk çağı travmatik yaşantıları ve erişkinde dissosiyatif belirtiler. *30. Ulusal Psikiyatri Kongresi ve Türk Psikiyatrisinin Güncel Sorunları Uydü Sempozyumu Kitabı* içinde (s. 388-397). Kayseri: Erciyes Üniversitesi.

Yeşilyaprak, B. (1986). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sorunları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 5 (10), 80-84.

Zauszniewski, J. A., Chung, C. W., Chang, H. J., & Krafcik, K. (2002). Predictors of resourcefulness in school-aged children. *Issues in Mental Health Nursing*, 23, 385-401.