

## ÇOCUKLARDA BAĞLANMA SORUNLARI

Bağlanma, bebek ile ona temel bakım veren kişi arasında oluşan bağıdır. Bebeklerin babalarına, dedelerine, anneannelerine, babaannelerine ve hatta kardeşlerine bağlanma geliştirdikleri bilinmekle birlikte, *temel (birincil) bağlanma anne ile gerçekleşir.*

Bebek, annesine olan bağlılığını gülümseyerek, ağlayarak, annesini çağırarak, kızgınlığını ya da açlığını belli ederek gösterir. Bağlanmanın gelişimi için bebek ile anne arasındaki *dokunmanın ve fiziksel temasın* önemi kadar, annenin çocuğuyla olan *sosyal iletişimi ve empati* kurması da oldukça önemlidir. Bağlanmanın oluşabilmesi için annenin, *sıcak ve güvenilir bir ortam* yaratması gereklidir. *Bağlanma ilişkisinin kalitesini ise bebek ile anne arasındaki ilişkinin niteliği belirler.*

Anne bebekte *güven duygusu* yaratırken, annenin kendisi de tatmin ve memnuniyet duygusu yaşar. Bağlanmanın sağlıklı olması bebeğe güvenli ve sıcak bir ortam sağlar. Bunun için de bebeğin ihtiyaçlarını o anda karşılamak önemlidir. Bebek, annesinin ona besin kaynağı ve duygusal bakım vereceğine güvenmelidir. Bebeğin, *ilk birkaç yılda annesi ile deneyimlediği yaşantıları, daha sonraki yıllarda diğer insanlarla olan ilişkilerinde model olacak* ve belirleyici bir rol oynayacaktır. *Empatik ve destekleyici bir anne ya da temel bakım veren kişi, bebeğin diğer insanlarla ilişkiler kurmasına ve dış dünyayı keşfetmesine yardımcı olur.* Bebeği ile *tutarlı ve güvenilir bir ilişki* kuran anne, bebeğin diğerleriyle olan iletişiminin sağlıklı temellerini atmış olur.

Anne babadan ayrılan ya da kötü muamele gören ya da yetiştirme kurumlarında birçok bakıcı tarafından yetiştirilen çocuklar üzerinde yapılan araştırmalar, bebeklikteki bağlanma bozukluklarını ve bu bozuklukların uzun vadeli psikolojik sonuçlarına olan ilgiyi arttırmıştır.

## AİNSWORTH'UN BAĞLANMA SINIFLANDIRMASI

### Güvenli Bağlanma

- Bebek annesinin yanında rahattır ve oyun odasında rahatça oynar.
- Anne odayı terk ettiğinde, bebek gözlemci ile yalnız kaldığında, aşırı olmayan yerinde bir tepki verir.
- Anne oyun odasına döndüğünde, bebek sakinleşmek için annesine yönelir.

### Güvensiz – Dirençli Bağlanma

- Anne oyun odasını terk ettiğinde, bebek aşırı derecede rahatsız olur ve gözlemci bebeği yatıştıramaz.
- Bebek, annesi oyun odasına döndüğünde bile sakinleşmez. Önce annesini arayıp bulur, ona doğru yönelir ancak daha sonra annesinin onu sakinleştirme çabalarını da reddeder.

### **Güvensiz – Kaçınmacı Bağlanma**

- Anne oyun odasını terk ettiğinde, bebek pek etkilenmemiş görünür.
- Anne oyun odasına geri döndüğünde, bebek ya annesini görmezden gelir ya da bilerek annesinden kaçır. Bebeğin hem annesinden ayrıldığında hem de tekrar annesiyle birlikte olduğunda, psikolojik olarak yüksek düzeyde uyarıldığı gözlenir. Bu da bebeğin annesinden ayrılmaya içsel bir psikolojik tepki verdiğinin göstergesidir.

### **Dağınık Bağlanma**

- Bebek annesinin yanındayken korkuludur, şaşkındır ve çatışma içindedir. Bu durum da, annesi ile bebeğin tatmin edilemeyen ve sorunlu bir ilişkileri olduğunun göstergesidir.
- Dağınık bağlanma, yüksek risk taşıyan bebeklerde çok daha yaygındır. Madde bağımlılığı olan ve çocuklarını istismar eden annelerin bebeklerinde de, bu bağlanma şekli görülür.

## **BAĞLANMA BOZUKLUKLARININ SINIFLANDIRILMASI**

### **Bağlanamama Bozukluğu**

- Bu çocukların, belirgin bir bağlanma ilişkisi geliştirme şansları olmamıştır. Bu nedenle de sıkıntıya ya da korkuya kapıldıklarında bile herhangi bir figüre bağlanma davranışı gösteremezler.
- Çoğunlukla kopuk ve ayırık görünürler ve yabancılara pek ilgi göstermezler.
- Bu çocuklar, temel bağlanma figüründen ayrıldıklarında, çocukların tipik olarak sergiledikleri sıkıntıyı ve ayrılık kaygısı belirtilerini sergilemezler.
- Bu sorun, birden fazla kişi tarafından bakım alan, yetiştirme kurumlarında kalan ya da ihmal edilmiş çocuklarda sıklıkla görülür.
- Bağlanma ilişkileri geliştirme becerileri olmadığı için değil, bu tür ilişkiler geliştirme olanakları olmadığı için bu sorun ortaya çıkmıştır.

### **Gelişigüzel Bağlanma Bozukluğu**

- Bu çocuklar gelişigüzel bir bağlanma örüntüsü gösterirler. Sıkıntıda olduklarında ya da teselliye ihtiyaçları olduğunda etraflarında bulunan herhangi bir yetişkine yönelebilirler.
- Temel bir bağlanma figürü olsa da, korktuklarında ya da kendilerini tehlikede hissettiklerinde, doğrudan bu kişiye yönelmezler. Bu özelliklerinden dolayı bu çocuklara “Sosyal olarak Ayrım Gözetmeyen Çocuklar” da denir.
- Bu sorun, yetiştirme yurtlarında yetişmiş ya da birden fazla aileye bakılması için verilmiş çocuklarda sıkça görülür.

### **Ketlenmiş Bağlanma Bozukluğu**

- Bu çocuklar, temel bağlanma figürleri tarafından terk edilmek istemezler.
- Utangaç ve çekingendirler. Yabancıların yanında olmaktan korku duyarlar.
- Yaşlarına uygun bir şekilde çevreleri ile ilgilenmezler.
- Yapışkan ve bağımlı olarak tanımlanırlar.
- Bu sorunu yaşayan bir grup çocuğun, temel bakım veren kişinin(anne) yanında aşırı itaatkar ve kaygılı oldukları gözlenmiştir. Bu durumda yapılan gözlemler, çocukların aşırı sıkı ve

istismar edici bir ortamda yetiştirildiklerini göstermektedir. Uyum ve itaatleri ise, annelerini kızdırmamak ve ceza ya da istismardan kaçmaktan kaynaklanır.

### **Saldırgan Bağlanma Bozukluğu**

- Bu çocukların bağlanma ilişkilerine bakıldığında, öfke ve engellenme duygularının hakim olduğu ve hem kendilerine hem de temel bakım veren kişiye karşı saldırgan duygular taşıdıkları görülür.
- En küçük bir engellenmede bile temel bakım veren kişiye karşı öfke ve kızgınlık duyabilirler ya da kendilerine zarar veren davranışlarda bulunabilirler.
- Özellikle ailelerinde fiziksel şiddete maruz kalmış ya da tanık olmuş çocuklarda sıklıkla görülür.

### **Rollerin Yer Değiştirdiği Bağlanma Bozukluğu**

- Bu çocuklar, aşırı derecede dikkatli ve istekli ya da tam tersine cezalandırıcı ve reddedici olabilirler.
- Bakım veren ile çocuğun bağlanma ilişkisine bakıldığında ise, bakım verenin üstlenmesi gereken bazı bakım görevlerini, çocuğun üstlendiği görülür.

## **NEDENLERİ**

### **Annenin Özellikleri**

Bağlanma sorunu yaşayan bebeklerin anneleri de ilgi uyandıran bir konu olmuştur. Bu bebeklerin *annelerinde düşük benlik saygısı, ebeveynlik görevlerinde ve başa çıkma stratejilerinde yetersizlik* göze çarpar. Bazı annelerde *doğum sonrası depresyon* görülebilir ya da ciddi bir *psikotik bozukluk* söz konusu olabilir.

### **Bebeğin Özellikleri**

Bebeğin annesi ya da temel bakım veren kişi ile bağ kurmasını engelleyebilecek, *gelişim geriliği ya da tıbbi sorunlar* olabilir. Bağlanma sorunu yaşayan bebeklerin çoğunun *zor mizacı* olduğu, *beslenme ve uyku alışkanlıklarının düzensiz olduğu, sinirli oldukları ve yatırılması zor* oldukları bilinmektedir. Tüm bu özelliklerin anne-bebek ilişkilerine olan etkileri önemlidir. Özellikle, bebeğin ve annenin mizaçları birbirine uymuyorsa, bu etki daha da fazladır.

### **Anne – Bebek İlişkisinin Özellikleri**

Birçok araştırma, anne-bebek ilişkisinin niteliği ile bağlanma sorunları arasında ilişki olduğu bilgisini elde etmiştir. Bağlanma sorunu olan bebeklerin ve çocukların annelerinin, *çocuklarını övmedikleri ve onların davranışlarını anlamadıkları* bilinmektedir. Bu anneler, *çocuklarının hareketlerinden gelen ipuçlarını alamazlar, çocuklarına tutarsız ve karmaşık davranabilirler*. Örneğin; bu anneler bazen, acıktıkları için ağlayan bebeklerini kucaklarına alıp teselli etmek yerine, onları emzirmeye çalışırlar. Bazen de anne ihmalkar bir şekilde davranabilir ya da bebeğe karşı onu zorlayıcı ve aşırı müdahaleci bir tutum

sergileyebilir. Tüm bu davranışlar bağlanma sürecini engelleyen davranışlardır.

### **Çevresel Özellikler**

Bağlanma sorunları, *anne babalarından sık sık ayrılmak zorunda kalmış çocuklarda* da görülebilmektedir. Örneğin; ciddi bir tıbbi hastalık geçiren annenin üst üste hastanede yatmak durumunda olması, çocuğun fiziksel ve/veya cinsel istismara maruz kalması, çocuğun anne babası tarafından terk edilmesi gibi durumlar bağlanma sorunlarına yol açabilmektedir. Bazı durumlarda da, ebeveynlerin geçmiş deneyimleri ya da kişilikleri, bebeklerine güvenli bir bağlanma geliştirmeleri için gerekli olan duygusal desteği vermelerini engelleyebilir.

### **Tedavi**

Bebek-Ebeveyn psikoterapisi, özellikle 3 yaş altı çocuklarda görülen bağlanma sorunları için önerilmektedir. Uzman, bebek ile ebeveynleri hep birlikte seansa alır. Bu yöntem, hem ebeveynin hem de bebeğin soruna etkisinin olduğu bebek-ebeveyn ilişki sorunlarında kullanılır. Oyun Terapisi de 0-12 yaşlar arasında bağlanma ilişkilerinin yeniden kurulması ve çocuğun travmatik süreçle baş ederek süreci yeniden anlamlandırmasına yardımcı olmaktadır.