

Erişkin Bireylerde Bağlanma Biçimleri ile Psikososyodemografik Değişkenlerin Aleksitimi Düzeyleri Üzerindeki Etkileri

The Effects of Attachment Styles and Psychosociodemographic Variables on Alexithymia Levels in Adults

^{ID} Haluk Kaan GÜLER^a, ^{ID} Fatma Betül AYDIN^b

^aİstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul, TÜRKİYE

^bDemiroğlu Bilim Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi, İstanbul, TÜRKİYE

ÖZET Amaç: Bu çalışmada; erişkin bireylerde bağlanma biçimleri (kaygılı ve kaçınmacı bağlanma boyutları) ile psikososyodemografik değişkenlerin aleksitimi düzeyi üzerindeki etkileri araştırılmıştır. **Gereç ve Yöntemler:** Araştırmaya, Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde yaşayan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 192 (%69,6)'si kadın, 84 (%30,4)'ü erkek toplam 276 birey katılmıştır. Araştırmada, psikososyodemografik özelliklerin belirlenebilmesi için araştırmacı tarafından oluşturulan, "Demografik Bilgi Formu", aleksitimi düzeylerini ölçmek amacıyla "Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20)", bağlanma biçimlerini belirlemek amacıyla da "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II)" kullanılmıştır. **Bulgular:** Erişkin bireylerde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçiminin aleksitimi toplam puanını ve duygularını tanıma zorluğu alt boyutunu yordadığı görülmektedir ($p<0,01$). Bununla birlikte kaçınmacı bağlanma biçiminin, duygularını ifade etme zorluğu alt boyutunu yordadığı da gözlenmiştir ($p<0,01$). Öte yandan aleksitimi toplam puanı ile dışa-vuruk düşünce puanının cinsiyetler açısından arasında orta düzeyde, düşük güçte anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0,01$). Analiz sonuçları, TAÖ-T, TAÖ-DTZ, TAÖ-DİEZ ve TAÖ-DVD puanlarının, bireylerin eğitim seviyesine göre farklılaştığını göstermiştir. Son olarak TAÖ-DVD haricinde TAÖ-T, TAÖ-DTZ ve TAÖ-DİEZ puanlarının, bireylerin romantik ilişki durumlarına göre farklılaştığını göstermiştir ($p<0,05$). **Sonuç:** Erişkin bireylerde, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimi olanlar aleksitimik özellikler göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma biçimi olanlarda, duygularını ifade etme zorluğu saptanmıştır. Aleksitiminin dışa-vuruk düşünce özelliği erkeklerde kadınlardan fazla bulunmuştur. Eğitim seviyesi arttıkça, aleksitimik özellikler taşıma olasılığı azalmaktadır. Romantik ilişkisi olmayan bireylerde, aleksitimik özellikler daha fazla görülmektedir.

ABSTRACT Objective: In this research, the attachment styles (anxious and avoidance attachment styles) and psychosociodemographic variables on alexithymia levels in adults have been researched. **Material and Method:** 276 adults, residing in various regions of Turkey, have volunteered for this research, of whom 192 (69.4%) are female and 84 (30.4%) are male. To determine the psychosociodemographic traits a "Demographic Survey" created by the researcher, to determine the alexithymia levels "Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)" and to determine the attachment styles "Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R)" have been employed. **Results:** Anxious and avoidance attachment styles have regressed the total alexithymia score and difficulty in identifying feelings subscale ($p<0.01$). Furthermore it has been observed that avoiding attachment style has regressed into the difficulty in describing feelings subscale ($p<0.01$). On the other hand, there was a moderate, low-power significant relationship between the total score of alexithymia and the self-efficacy score in terms of gender ($p<0.01$). The results of the analysis showed that TAS-T, TAS-DTZ, TAS-DIEZ and TAS-DVD scores differ according to the level of education of the individuals, showed differentiation ($p<0.05$). **Conclusion:** In adult individuals, anxious and avoidant attachment styles show alexithymic characteristics. Difficulty in expressing their emotions was found in those with avoidant attachment style. Alexithymia was found to be more manifest in males than females. As the level of education increases, the likelihood of carrying Alexithymic properties decreases. Alexithymic features are more common in individuals who do not have romantic relationships.

Anahtar Kelimeler: Aleksitimi; bağlanma biçimleri; psikososyodemografik değişkenler; erişkin bireyler

Keywords: Alexithymia; attachment styles; psychosociodemographic variables; adult individuals

Correspondence: Haluk Kaan GÜLER

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul, TÜRKİYE/TURKEY

E-mail: kaanguler10@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine and Forensic Sciences.

Received: 17 Nov 2019

Received in revised form: 15 Feb 2020

Accepted: 18 Feb 2020

Available online: 24 Feb 2020

2619-9459 / Copyright © 2020 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Duygu, düşünce ve davranış arasındaki ilişki insanlık tarihi boyunca felsefe ve insan bilimlerinin önemli ilgi alanlarından biri olmuştur. Duygu, düşünce ve davranış arasında bağlantı olduğu düşünülmekle birlikte, bunun bir neden-sonuç ilişkisi olup olmadığı henüz kanıtlanamamıştır. Bununla birlikte duygular, dil ve bilinç bir bütündür. Bu bütünlük, insanın var olma sürecinde çok önemli bir işleve sahiptir. Duygular, hedefe yönelik davranışlarımızın itici güç kaynağıdır. Düşüncelerimiz ise hedefe ulaşmak için, hangi davranışları sergileyeceğimiz konusunda bize yardımcı olmaktadır.¹ Beynimizde duygu merkezi olarak bilinen amigdala ile neokorteks arasındaki bağlantılar; akıl, düşünce, duygu ve davranışlar arasındaki bağlantıları gösteren ana merkezlerdir.²

Aleksitimi kavramı, Yunanca kökenli olup; a=yok, lexis=söz, thymos=duygu kelimelerinin birleşmesiyle, “duygular için söz yokluğu” şeklinde dilimize çevrilmiştir.^{3,4} Aleksitiminin yapısının tanımı ve klinik özellikleri hakkında bir fikir birliği oluşmuştur. Bununla birlikte aleksitiminin, sabit bir kişilik özelliği mi, yoksa akut hastalıkla ilişkili, psikolojik stres veya bazı stresli durumlarda geçici olarak ikinci ortaya çıkan bir yapı mı olduğu tartışılmaktadır. Öte yandan aleksitiminin, kronik hastalıklarla ilgili bir başa çıkma yanıtı olup olmadığı ile ilgili bir tartışma ve ihtilaf da söz konusudur.⁵ Bir başka deyişle aleksitimik bireyler, duygularını psikolojik bir takım olayların sinyali olarak görememekte ve duygularını, bedenlerinde meydana gelen salt fizyolojik uyarımlar şeklinde yaşamaktadırlar.⁶

Bir kişilik tarzı olarak ele alındığında aleksitimi, öznel farkındalıklarda eksiklikler gösteren ve bilişsel işlemlerin düzenlenmesini etkileyen bir yapı olarak karşımıza çıkar.⁷ Bu yapı aşağıdaki alt başlıkları kapsayacak şekilde formüle edilmiştir: 1. Duyguların belirlenmesi ve tanımlanmasında zorluk; 2. Duyguları ve duygusal uyarımların bedensel duyularını ayırt etmede zorluk; 3. Düşlemedeki azlığa bağlı olarak hayal kurmada darlık; 4. Somut, uyarana bağlı dış merkezli bilişsel yapı.⁷

İlk zamanlarda ağırlıklı olarak psikosomatik hastalarda olduğu düşünülen aleksitimik özellikteki durumlar, günümüzde sadece psikosomatik bozukluğu olan hastalarda değil; başka psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıklarda da görülmekte ve normal popülas-

yonda ve sağlıklı bireylerde de sıklıkla tespit edilmektedir.⁸⁻¹² Bu sebepten, aleksitimi bir hastalık veya rahatsızlık olarak görüp tanımlamak yerine, bir kişilik özelliği veya yetersizliği olarak ifade etmek daha doğru olacaktır. Aynı şekilde aleksitimik özellikler gösteren bireyleri, hastalık etiketi içerisinde sınıflandırmak yerine, bireylerdeki aleksitimi düzeyleri üzerinden konuşmak ve ifade etmek daha uygun olacaktır.¹³

ALEKSİTİMİ KAVRAMININ TARİHİ VE GELİŞİMİ

Başlangıçta psikosomatik hastalıklara özgü bir kişilik özelliği olarak ortaya çıkan aleksitimi üzerine, ilk defa 1948 yılında Ruesch; analitik terapi uyguladığı psikosomatik hastaların, duygularını ve problemlerini sözel veya sembolik olarak ifade edemediklerini fark etmiştir. Bu kişiler kendilerini bedensel tepkilerle ortaya koymaktadır. Bu bağlamda Ruesch, bu özellikleri “çocuksu kişilik” olarak tanımlamıştır. Tıpkı bir çocuk gibi duygu ve rahatsızlıklarını kelimelerle ifade edemeyen bu kişiler, çareyi bedensel yakınmalar üzerinden ifade ederek bulmuşlardır.¹⁴

Benzer şekilde MacLean, psikosomatik hastaların duygularını söze dökmeye neokorteks üzerinden sözel veya simgesel yollar bulamadığından, bunu otonom yollarla; yani organ diline çevirerek, bedensel yollarla gösterdiklerini ortaya koymuştur.¹⁵ Başka bir ifadeyle yaşanan duygular; hipotalamustan geçerek neokortekse ulaşmıyor, amigdala takılıp kalıyorlardır.¹⁶ Kaygılarını bedenselleştiren insanların, duygusal yaşantılarını fark edemedikleri tezini ortaya koyan Freedman ve Sweet, psikosomatik rahatsızlığı olan bireyleri, duygu cahilleri olarak tanımlamışlardır.¹⁷ Bunlara ek olarak 1963 tarihinde Fransız psikanalistlerden Marty ve M’Uzan, psikosomatik şikâyetleri olan insanlarda; fantezi kısıtlılığı, duygusal yaşamda kısıtlılık, işe vuruk, pratik, faydacı düşünme eğilimi, hayal kurma ve sözel ifade güçlüğü gibi bugün aleksitimik özellikler olarak tanımladığımız belirgin belirtileri tespit etmişlerdir.¹⁸

Kavramın bugünkü adıyla anılmasını sağlayan kişi olan Sifneos, tıbbi olarak hasta olmayan, ancak bedensel yakınmaları olan bazı kişilerin; duygularını, ifade güçlüklerini vurgulamak amacıyla aleksitimi kavramını kullanmaya başlamıştır.¹⁹

Bu noktada aleksitimi kavramı, psikosomatik hastalıklardan ayrı bir kavram olarak düşünölmeye başlanmıştır. Daha sonra yapılan araştırmalarda aleksitiminin, normal popölyasyonda da göröldüğü ortaya konmuştur.¹ Özetle aleksitimik özellikler başlarda psikosomatik rahatsızlıkların bir nedeni, öncüsü olarak düşünölse de daha sonraki araştırmalar ile elde edilen bulgular; aleksitimi ve psikosomatik rahatsızlıklar arasında bir neden-sonuç ilişkisi kurulamayacağı, bunun daha çok bir benzerlik üzerinden açıklanacağını ortaya koymuştur. Aleksitiminin yalnızca psikosomatik veya psikiyatrik hastalarda değil; sağlıklı bireylerde de görölməsi bu araştırmanın ortaya çıkışına vesile olmuştur.

ALEKSİTİMİ KAVRAMININ TEMEL ÖZELLİKLERİ

Sifneos, aleksitimik bireylerin özelliklerini 3 temel kavram üzerinden açıklar; “his” yani duygusal olarak etkilendiğimiz olumlu veya olumsuz yaşantılar; “duyuş” psikolojik ve fizyolojik unsurlar içeren zihinsel yönelimler bütünüdür ve “duygular” istek, ağrı ve umut gibi zihinsel yaşantıların sonucudur.²⁰ Bu üç temel psikolojik durumla ilgili tanımlama, ifade ve ilişkiyel sorunlar yaşayan bireylerin aleksitimik özellikler gösterdiğini ifade etmektedir.

DUYGULARINI FARK ETME, TANIMLAMA, SÖZE DÖKME VE BEDENSEL UYARIMLARDAN AYIRT ETMEDE ZORLUK

Aleksitimik bireyler, duygularını rahatça algılayıp tanımlayamadıkları için duygularını belirleyip ifade etmede de çeşitli güçlükler yaşarlar.^{14,19} Duygularını sıklıkla somut ve derinlikten uzak ifadeler üzerinden ortaya koyarlar. Duygularını ifade etmeleri istendiğinde, bu kelimeler onlara bir şey ifade etmiyormuş gibi görünürler. Bedensel tepkiler ise onların duygularını ifade etmedeki bir başka tercih alanıdır. Gevşeme ve gerginlik temel bedensel tepkileri olurken; konuşmaları tekrarlayıcı ve bedensel yakınmalarla bezelidir.¹⁴

Dereboy, aleksitimik kimselerin yaşadıkları olumsuz bir olay karşısındaki ifadelerinde, detayların ve ayrıntıların fazla olduğunu; ancak ne zaman duygularından, ne zaman düşöncelerinden bahsettikleri konusunda bir farkındalık içinde olmadıklarını söylemiştir.⁴ Bu noktadan hareketle aleksitimik özellikler gösteren bireylerin, duygular arasındaki fark-

ları ayırt etmekte zorlandığını, kendilerini nasıl hissettikleri sorulduğunda bunu kelimelere dökmekte sıkıntı yaşadıklarını, yani fizyolojik durumları ile duyguları arasındaki farkı kavrayamadıkları için tekrar ifadelerine düşötklerini göstermektedir.²¹ Özetle aleksitimik özellikleri olan bireyler gündelik yaşamda ilişki kuran, düşönen, paylaşabilen; ancak duygularını bedensel duyumlardan ayırt edip duygu ve düşönce arasındaki farkları süzmede güçlük yaşayan kimselerdir.¹

DÜŐLEMDEKİ AZLIĞA BAĞLI OLARAK HAYAL KURMADA DARLIK

Duygusal derinlikten uzak oldukları bilinen aleksitimikler, bununla bağlantılı olarak düşlem yeteneği konusunda da yetersiz; yani hayal kurmada da zayıftırlar. Kurdukları hayaller gerçeklik zemininde, renksiz ve kuru fantezilerdir. Hayal kurmada yetersizlik yaşamalarından dolayı, yaşantılarını da yoğun ve duygu yüklü yaşayamazlar.¹⁴ Buna bağlı olarak duygularını anımsatacak hayallerden, düşlemden uzak dururlar.¹² Yaratıcı olmak için gerekli olan hayal gücünden yoksun olan aleksitimik bireylerin eylem ve düşönceleri, daha çok dış uyaranlar üzerinden biçimlenir. Aleksitimik bireyler, çevreleri tarafından donuk, duygusuz ve sıkıcı olarak nitelendirilirler. Bu bağlamda düşlem ve fantezi yaşamındaki kısıtlılık; detaylara önem vermelerine neden olur ve işlemsel düşönmeye konusunda onlara avantaj sağlar.²⁰

İŞLEMSEL DÜŞÜNME YÖNELİMİ

Aleksitimik özellikteki bireyler, çevreleriyle uyum sağlamak konusunda fazla sıkıntı yaşamazlar. Duygusal yaşantılarındaki yetersizliğe rağmen sosyal adaptasyonları başarılı seviyededir. İç dünyalarına yönelik karmaşalardan uzak, faydacı ve mekanik bir düşönmeye yapısına sahip olduklarından, karşılaştıkları sorunlara da somut, doğrudan ve kestirme çözümler üretebilirler.⁶ Kişiyel ve ilişkiyel sorunlarını, kökenleri üzerinden değerlendirmek yerine daha yüzeysel neden-sonuç ilişkileri kurarlar. Lesser’e göre, sorunların kökenindeki duygusal nedenlere dair çıkarımlar yapamayan aleksitimik özellikler taşıyan bireyler, karşılaştıkları problemleri kısa yoldan çözüp sorunu yeniden yaşamamak üzere tasarladıkları bir işlem mekanizması benimserler.²² Tüm bu özellikler sayesinde sosyal uyumları yüksektir.

SOMUT, UYARANA BAĞLI DIŞ MERKEZLİ BİLİŞSEL YAPI

Aleksitimik özellikler gösteren bireyler, yaşamlarında herhangi bir olayla karşılaştıklarında çevresel beklentilere ve ayrıntılara çok fazla önem verirler. Pragmatik ve uyum sağlamaya yönelik yapıları, onları dışa bağlı bir konuma sokar. Uyum için gösterilen aşırı çaba ve istek onları çevreleriyle sorunsuz ve uyumlu kişiler olarak tanımlar.⁶ Dışa dönük ve somut özellikli bir bilişsel yapıya sahip olmaları bu şekilde açıklanabilir. Aleksitimik özelliklere sahip bireylerde zekâ, daha çok duygularını gizlemek ve uyuma yönelik alanlarda gösterilen çaba olarak karşılık bulmaktadır. Duygusal alana dair kısıtlılıklarını, zekâ ve dış merkezli bilişsel yapılarıyla uyuma çeviren aleksitimik özellikli bireyler, kişiler arası ilişkilerini de bu dinamik üzerinden yürütürler.²¹

BAĞLANMA

Bowlby, insanların, kendilerini destekleyici ve koruyucu olarak gördüğü bireyler ile bağlanma ihtiyacını karşıladığını ifade etmiştir.^{23,24} Bu ilişkinin onun duygu, düşünce ve davranışları üzerinde belirleyici bir rol oynadığını öne sürmüştür. Kişinin bebeliğinden itibaren bağlanma figürüyle kurduğu ilişkilerin benzerlerini, erişkinlik yaşamındaki arkadaşlık ve romantik ilişkilerinde de kullanabileceği bilinmektedir.²⁵ Bağlanma, duygusal bir zincirdir. Duygusal zincir ise görece uzun süreli bir bağıdır. Bu bağda eş, biricik ve başkalarıyla değiştirilemez olarak görüldüğü için özellikle değerlidir. Eşe yakınlığı sürdürme isteği baskındır; uzaklaşma ya da yokluk anlarında yakınlığı yeniden kurma isteği görülür; ayrılıktan rahatsızlık duyulur ve kavuşma haz verir.²⁶ Erişkin bağlanma stilleri dört çeşitten oluşmaktadır bunlar; 1- saplantılı, 2- güvenli, 3- kayıtsız ve 4- korkulu bağlanmadır.²⁷

ERİŞKİN BAĞLANMA BİÇİMLERİ

Bowlby, bağlanmanın beşikten mezara kadar uzanan bir süreç olduğunu öne sürerken, bağlanma konusundaki araştırmalarını bebeklik ve çocukluk dönemleriyle sınırlı tutmuştur.^{24,28} İlk olarak Main ve ark., Ainsworth'ün öne sürdüğü üç bağlanma biçimini yarı yapılandırılmış bir görüşme ölçeği de kullanarak; çocukluk anıları ve deneyimleri ekseninde erişkinlik için de geçerli olabileceğini öne sürmüşlerdir. 1987 yılında

Hazan ve Shaver, romantik sevgiyi bir bağlanma süreci olarak tanımlamış ve romantik ilişkilerdeki tutum ve inançları temelinde erişkinlerin, Ainsworth ve ark.'nın sınıflandırmalarına paralel olarak gruplanabileceğini ileri sürmüşlerdir.²⁹ Yine Ainsworth ve ark.'nın tanımladıkları üçlü modeli esas alarak, her bir bağlanma biçimine karşılık gelen üç paragraflık bir bağlanma biçimleri ölçeği geliştirmişlerdir.³⁰

Kendilerini en iyi tanımladığını belirtenlerin, güvenli bağlanma biçiminin hem romantik ilişkilerinde hem de çocukluk çağlarındaki ebeveyn ilişkilerinde diğerlerine göre daha olumlu inançlar ve yaşantılar deneyimledikleri ortaya çıkmıştır. Diğer taraftan kaygılı/kayıtsız paragrafı kendilerine yakın hisseden katılımcılar; ilişkilerinde aşırı düzeyde kıskanç, ilişkileri hakkında fazla düşünen, takıntılı ve sıklıkla duygusal iniş çıkışlar yaşayan bireyler olarak tanımlanmıştır. Üçüncü grup olan kaçınan bağlanma stilini seçen katılımcılar ise diğer gruplara oranla başkalarına en az güven duyan, ilişkiler ve romantik sevgi durumlarında olumsuz beklenti ve inançlar içinde olan özetle yakınlık kurmaktan kaçınan kişiler olarak ifade edilmişlerdir.³⁰

Erişkinlerde bağlanma, bireylerin, kendilerine psikolojik ve fizyolojik olarak yakın hissettikleri kişilerle güvenli bir zeminde yakınlık kurmak ve ilişkisini sürdürmek için çabalama eğilimi olarak tanımlanabilir.³¹ Sümer ve Güngör yaptıkları çalışmada, kaçınmacı bağlanma stilinin, genel olarak bireylerin babaları ile ilişkili olduğundan ve bireylerin kişiler arası ilişkilerini olumsuz yönde etkilediğinden söz etmektedir.³²

Bağlanma konusunda yapılan bir grup çalışma da bağlanmanın cinsiyete göre değişip değişmediği ile ilgilidir. İlk erişkin bağlanma çalışmalarında, bağlanma stilleri arasında cinsiyete göre fark olduğu düşünülmemiştir.³⁰ Ancak ilerleyen zamanda, Bartholomew ve Horowitz, erkeklerin kadınlara kıyasla daha kayıtsız; kadınların ise erkeklere kıyasla daha saplantılı bağlandıklarını bulmuştur.²⁷

Bu çalışmada Türkiye'den toplanan veriler de değerlendirilmiş, sonuç olarak ülkemizde kayıtsız bağlanma stili açısından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Buna göre, Türkiye'de erkekler, kadınlardan daha fazla kayıtsız bağlanma eğilimine sahiptir.

Schmitt ve ark. sanılanın aksine, tüm kültürlerde böyle bir farkın bulunmadığını ifade etmişlerdir. Nitekim 13 ayrı kültür içinde kadın ve erkeklerin kayıtsız bağlanma stilleri arasında da yüksek korelasyonlar olduğu da bulgulanmıştır.³³

Erişkin bağlanması kuramına paralel olarak; bağlanmaya ilişkin kaygı, onaylanmama kaygısı ve ayrılık kaygısı dışa dönük düşünme biçimi üzerinden başkalarını memnun etme ile olumlu yönde ilişki göstermiştir. Yine bu araştırma ile ilgili olarak, bağlanma kaygısını yüksek seviyede yaşayan bireylerin; bağlanma figürüyle olan mesafelerini en aza indirme eğiliminden kaynaklandığı söylenebilir.³⁴

ALEKSİTİMİ VE BAĞLANMA BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Psikolojik olarak sağlıklı bireylerin yakın ilişkilerinde, özellikle de erken yaşlarda bağlanma figürleriyle kurdukları bağlarda buldukları anlamlar ve üzerlerinde bıraktıkları etki çok belirleyicidir.^{23,28} Güvenli bir bağlanma örüntüsü içinde olan birey, ilk olarak bu bağı anneleriyle ya da temel bakım verenleriyle sağlar. Bu şekilde de kendilerini güvende hissedip başkalarına da güvenebileceklerini öğrenirler. Duygusal olarak bu tatmini yaşamış olan bireyler, düşünce ve davranışlarıyla da bunları birleştirip ilişkilerini önemseyen, kendini ve diğerlerini değerli gören kimselerdir.²⁴

Bağlanma kuramının öncüsü Bowlby, bağlanmanın beşikten mezara kadar uzandığını, bununla beraber erken yaşlarda oluşan bağlanma ilişkilerinin erişkinlikte de fazla farklılık göstermeden sürdüğünü belirtmektedir.²⁸ Waters ve ark.nın, 2003 yılında sonlandırdıkları araştırmanın sonucuna göre; bebekliklerinden itibaren 20 yıl boyunca takip edilen kişilerin, genç erişkinliklerinde de %72 oranında bebekliklerindeki ile aynı bağlanma özelliklerini gösterdikleri görülmektedir.³⁵

İnsanın duygularını tanıması ve aktarması açısından, bağlanma biçiminin önemi kritiktir. Duygularını tanımlama, anlama ve düzenleme, erken dönem etkileşimlerden ve kişinin annesiyle kurduğu bağlanma durumundan etkilenmektedir.³⁶⁻³⁸ Bağlanma ve duyguların arasında ilişki olup olmadığına dair aleksitimi bazlı araştırmalar günümüzde artmaktadır.

Erken dönem çocuklukta bağlanma deneyiminin duygusal şemalarla, imgelemeyle ve diğer bilişsel yetilerin etkisiyle ilgisi saptanmıştır.³⁶ Aleksitimik bireylerde duygusal düzenleme ve yaratıcı düşünme belirtilerinin bulunmaması ve bunların daha çok güvenli bağlanma temelinde açıklanması, aleksitimi ve güvenli bağlanma arasında ters yönde bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Kaçınmacı bağlanma biçiminin, aleksitimiyle yüksek düzeyde ilişkili olduğu Mallinckrodt ve Wei'nin 2005 yılındaki araştırmasında ortaya çıkmıştır.³⁹ Aynı şekilde Mikulincer ve Shaver, kaygı puanları yüksek bireylerin duygularını tanıma, ayırt etme ve ifade etmekte güçlükler yaşayacağını belirtmektedir. Kaygılı bağlanan bireylerin, olayları değerlendirirken duygularını tanıma ve ayırt etme konusundaki yetersizliklerinden ötürü olaylara yoğun tepkiler verme eğiliminde oldukları söylenmektedir.⁴⁰

Çocukluk çağında babalarından duygusal yakınlık göremeyen kişilerin, erişkinliklerinde kaçınmacı bağlanma biçimi geliştirdikleri ve yüksek aleksitimik düzeyler gösterdikleri bilinmektedir.⁴¹ Alkol bağımlısı olan hastalarla yapılan bir araştırmada, kaçınmacı bağlanma biçimi olan kişilerin aleksitimi puanlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Yüksek ve düşük aleksitimi puanı alan kişileri iki grupta toplayan araştırmacılar, yüksek aleksitimi puanı alan katılımcıların kaçınmacı bağlanma biçimine uygun olduklarını bildirmişlerdir.⁴¹ Erişkinlerde katılımcıların geriye dönük bildirimleri üzerinden değerlendirilen bir çalışmada, yüksek aleksitimi seviyesinin, ebeveynin aşırı koruyuculuğu ve annenin düşük seviyede ilgi gösterişine dair bildirimlerle bağlantılı olduğu bulunmuştur.⁴²

Bartholomew ve Horowitz'in tanımladığı dörtlü bağlanma biçimi modelinde, güvensiz bağlanmaya mensup saplantılı ve korkulu bağlanma biçimlerine sahip katılımcıların, kayıtsız biçimdeki bireylere göre daha yüksek düzeylerde aleksitimik özellikler gösterdikleri bulunmuştur.^{27,43}

Yapılan başka bir araştırmanın sonuçlarına göre kaygılı bağlanma biçiminin, ayrılık korkusu özelliğine daha yüksek seviyede sahip olunması duyguları tanıma güçlüğüne yordarken; kaçınmacı bağlanma biçiminin yakınlığı kısıtlama özelliği, aleksitiminin

duyguları ifade etmede güçlük alt boyutunu anlamlı olarak yordamıştır.⁴⁴ Bu çalışmanın önemli çıkarımlarından biri olarak; ayrılık korkusunun, aleksitiminin toplam puanının anlamlı tek bağımsız yordayıcısı olduğu ortaya konmuştur.⁴⁴

Türkiye’de yapılan bir çalışmada, aleksitimik özellikteki bireylerin, daha fazla kaygılı ve kaçınmacı bağlanma tarzına mensup olduklarını bununla beraber kaygılı bağlanmanın aleksitimiye yordadığı gözlenmiştir.⁹

Aleksitimi ve bağlanma biçimleri arasındaki ilişkiye odaklanan araştırmacılara göre fiziksel ve duygusal olarak güvensiz hissettiren ve duygularını ifade etme konusunda cesaretlendirilmedikleri aile ortamında yetişen çocuklar, normal sağlıklı duygusal durumların çeşitliliğiyle baş etmeyi öğrenemeyebilirler ve sonuç olarak duygularını yaşamada güçlük çekebilirler. Son dönemde erişkinler üzerinde yapılan diğer araştırmalarda da güvensiz bağlanma biçimleri olan kaçınmacı, korkulu ve kaygılı bağlanma tarzlarıyla aleksitimi arasında ilişki bulunmuştur.^{31,43,45,46}

AMAÇ

Türkiye’de yapılan araştırmalara göz attığımızda, aleksitimiyle ilgili yapılan araştırmalar sınırlı sayıda ve daha çok psikiyatrik tanı almış bireyler üzerinden yürütülmüştür. Buradan yola çıkarak normal popülasyonda, psikolojik olarak sağlıklı şekilde tanımlayabileceğimiz bireylerde aleksitiminin varlığı, sıklığı ve düzeyi araştırma amacının başlangıç noktasını oluşturmuştur. İlgili literatür taramasından yola çıkılarak, güvensiz bağlanma biçimleri olarak tanımlayabileceğimiz kaygılı ve kaçınmacı bağlanmanın, bireylerin aleksitimi düzeylerini etkileyebileceği düşünülmüştür. Ayrıca cinsiyet, eğitim, romantik ilişki durumu, psikolojik destek geçmişi gibi psikososyodemografik değişkenlerin de aleksitimi düzeyi üzerinde etkilerinin olabileceği düşünülmüştür. Bu bağlamda, bağlanma biçimleri ve psikososyodemografik değişkenlerin, bireylerin aleksitimi düzeyi üzerine etkisini araştırmak bu çalışmanın asıl amacını oluşturmaktadır.

1980’lerden sonra aleksitimi üzerine, yurt dışında yapılan araştırmalar, psikiyatrik tanı almış has-

talar haricinde normal popülasyon üzerinden de yürütülmüştür; ortaya çıkan bulgular aleksitiminin toplumda azımsanmayacak düzeyde olduğu yönündedir.¹ Bununla birlikte ülkemizde aleksitimi üzerine, özellikle normal popülasyondaki araştırmalar oldukça sınırlıdır ve bu konudaki bilimsel çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Son zamanlarda yürütülen çalışmalar daha çok üniversite öğrencileri üzerinden yapılmış olup, bu çalışma genel nüfus üzerinden yürütüldüğü için diğerlerinden ayrılmaktadır. Bu çalışma, sağlıklı bireylerde de etkisi her geçen gün artan aleksitiminin ve bununla ilişkisi olduğu düşünülen güvensiz bağlanma biçimlerinin; çeşitli psikososyodemografik değişkenlerin etkilerinin, sonraki araştırmalar için de yardımcı ve destekleyici olabileceği düşünülerek tasarlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Araştırmanın örneklemini, internet yoluyla, www.docs.google.com üzerinden ölçekleri rastlantısal ve gönüllülük ilkesiyle dolduran erişkin bireylerden oluşturulmuştur. Gönüllülük esasına dayanarak ve aydınlatılmış onam formuyla birlikte toplanan verilerin tamamı, 276 katılımcıdan oluşmuştur.

Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli esas alınarak yapılmıştır. Buna ek olarak, hiyerarşik doğrusal adımsal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmanın bağımlı (yordanan) değişkeni, aleksitimi düzeyi ve alt boyutlarıyken; bağımsız (yordayıcı) değişkenler olarak bağlanma biçimleri ve çeşitli psikososyodemografik değişkenler kullanılmıştır. Araştırmada ilişkisel durumu test etmek amacıyla korelasyon ve ilişkili çıkan değişkenler üzerinden regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu, aleksitimi düzeylerinin ölçülmesi amacıyla 20 Soruluk Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20) ve erişkin bağlanma biçimlerini değerlendirmek amacıyla Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YIYE-II) kullanılmıştır.

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Araştırmaya katılan katılımcılara, araştırma ile ilgili ön bilgi vermek için Katılım Formu verilmiştir. Katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek,

örnekleme araştırmaya uygun hâle getirebilmek için de araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu sunulmuştur. Bu formda katılımcıların yaşını, cinsiyetini, yaşamları boyunca daha çok buldukları yerleşim birimini, en son tamamladıkları eğitim düzeyini, romantik ilişkide olup olmadıklarını, çalışma (meslek) alanlarını ve son olarak daha önce bir profesyonelden psikolojik destek alıp almadıklarını belirtmelerini isteyen alanlar yer almaktadır.

TORONTO ALEKSİTİMİ ÖLÇEĞİ - TAÖ-20 (TORONTO ALEXITHYMIA SCALE (TAS-20))

Araştırmada, kişilerin aleksitimik özelliklerini değerlendirmek amacıyla geliştirilen TAÖ-20 kullanılmıştır. Bagby, Parker ve Taylor ölçeğin kısa formunu 1994 yılında oluşturmuşlardır. TAÖ'nün Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Güleç ve ark. tarafından yapılmıştır. TAÖ, likert tipi, 1-5 arasında (1=hiçbir zaman, 2=nadiren, 3=bazen, 4=sık sık, 5=her zaman) puanlanan, toplam 20 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeği olup, kendini değerlendirme esası üzerinden aleksitiminin saptanması amacıyla geliştirilmiştir.⁴⁷

Ölçeğin yönergesinde, katılımcılardan her bir cümleyi kabul ya da reddetmelerine göre yanıt vermeleri beklenir. Aynı zamanda TAÖ-20 duygularını tanıma zorluğu, duygularını ifade etme zorluğu ve dışa-vuruk düşünce olmak üzere üç alt ölçek ile değerlendirilir: Duygularını tanıma zorluğu; 1, 3, 6, 7, 9, 13, 14 numaralı maddelerle, Duygularını ifade etme zorluğu; 2, 4 (ters), 11, 12, 17 numaralı maddelerle, Dışa-vuruk düşünce; 5 (ters), 8, 10 (ters), 15, 16, 18 (ters), 19 (ters), 20 numaralı maddelerle değerlendirilmektedir.⁴⁷

Bagby ve ark., gelişimsel çalışmalarda ölçeğin iç tutarlık kat sayısını $r=0,81$ olarak bulmuşlardır. Ayrıca üç haftalık bir süreç içerisinde yapılan test-tekrar test güvenilirliğinin $r=0,77$ olduğunu söylemişlerdir. Faktör analizi çalışmaları üç faktörlü yapının toplam varyansın %31'ini açıkladığını göstermiştir. İlk faktör toplam varyansın %12,6'sını (iç tutarlık, $r=0,78$), ikinci faktör toplam varyansın %10'unu (iç tutarlık, $r=0,75$) ve son olarak üçüncü faktör de toplam varyansın %8,8'ini (iç tutarlık, $r=0,66$) açıklamaktadır.⁴⁸ 20 maddelik ölçeğin alek-

sitimi değerlendirilmede en verimli ölçek olduğu bildirilmiştir.⁴⁷ Toplam ölçek Cronbach alfa değeri 0,78, alt ölçeklerin ise sırasıyla 0,80, 0,57 ve 0,63 olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, aleksitiminin üç faktör varlığını sağladığı gösterilmiştir.⁴⁷

Testi geliştiren ekibin çalışmalarına göre aleksitimi varlığı için 61 ve üstünün alınması önerilirken; aleksitimi yokluğu için 51 ve altının alınması uygun görülmüştür.⁴⁹ 51-61 arası olan bölüm "borderline" yani sınır olarak adlandırılmıştır.⁷ Orijinal çalışmayı yapan Toronto ekibine yakın değerlerde bulgular elde eden Güleç ve Yenel, aleksitimiklerin olmadığı bir grup elde edilmesi için 51 puanının alt değer olarak alınmasını, saf aleksitimik grupla çalışılmak isteniyorsa 59 puanının üst değer alınmasının uygun olduğunu belirtmektedirler.⁴⁹

YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ II - YİYE II (EXPERIENCES IN CLOSE RELATIONSHIPS-REVISED ECR-R)

Araştırmada erişkin bağlanma boyutlarını ölçmek amacıyla geliştirilen YİYE-II kullanılmıştır. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall erişkinlerin bağlanma biçimlerini güvenli, kaygılı ve kaçınan olarak sınıflandırarak iki temel ölçüm yöntemi oluşturmuşlardır.⁵⁰ Brennan, Clark ve Shaver erişkin bağlanmasının temel boyutlarını belirlemek üzere, en sık kullanılan bağlanma ölçeklerini toplamışlar ve bunun sonucunda oluşan 323 maddeli ölçeğe uyguladıkları faktör analizi ile erişkin bağlanma davranışlarını; "bağlanmaya ilişkin kaygı" ve "bağlanmaya ilişkin kaçınma" olmak üzere iki boyutta tanımlanabileceğini belirtmişlerdir. Yine bu çalışmanın sonucunda Brennan ve ark., tanımlanan iki boyutun da 18'er maddeyle ölçüldüğü toplamda da 36 maddeden oluşan YİYE'yi geliştirmişlerdir.⁵¹

Fraley ve ark. yaptıkları analiz sonucunda, en yüksek ayırt etme değerine sahip 18 kaygı ve 18 kaçınma olmak üzere toplamda 36 maddeyi seçerek YİYE-II'yi oluşturmuşlardır. YİYE-II'de maddeler, kaçınma (yakınlıkla ilgili rahatsızlık hakkında 18 madde) ve kaygı (terk edilme korkusu ve ilişki kurma ihtiyacı hakkında 18 madde) olmak üzere bağlanmanın iki boyutunu ölçmek için tasarlanmıştır.⁵² YİYE-II'nin 19 maddesi (18 kaçınma maddesinin 13'ü ve 18 kaygı maddesinin 6'sı) YİYE ile ortaktır. Ancak

YİYE-II'nin, sıklıkla kullanılan diğer bağlanma ölçeklerinden daha yüksek ölçüm duyarlılığına sahip olduğu sonucuna varılmıştır.⁵³

Ölçekte katılımcılardan var olan veya geçmişte yaşadıkları romantik ilişkilerindeki duygu ve düşüncelerini ne derece yansıttığını 7 aralıklı ölçek üzerinden değerlendirmeleri istenmiştir. 1=hiç katılmıyorum, 4=kararsızım/fikrim yok, 7=tamamen katılıyorum şeklinde isimlendirilmiş olup ara puanlar isimlendirilmemiştir. 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34, 36 numaralı maddeler ters kodlanmıştır. Tek sayılı maddeler kaygı puanı için, çift sayılı maddeler kaçınma puanı için kullanılacaktır. Kaygı ve kaçınma ile ilgili maddelerin puanları, ayrı ayrı toplanıp ortalamaları alınarak hesaplanacaktır.⁵³

Gerek kaçınma gerekse kaygı boyutları yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olup, Cronbach alfa katsayıları bu boyutlar için sırasıyla; .90 ve .86'dır. YİYE-II'nin kaygı ve kaçınma boyutlarının test-tekrar test güvenilirlikleri her iki zamanda da ölçeği dolduran 86 katılımcının verileri kullanılarak yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, kaygı boyutunun .82, kaçınma boyutunun da .81 oranında test-tekrar test güvenilirliğine sahip olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, hem betimleyici hem de doğrulayıcı faktör analizleri YİYE-II'nin bağlanmada kaçınma ve kaygı davranışlarını temsil eden iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca bağlanmanın iki boyutunun da hem yüksek iç tutarlılığa hem de yüksek test-tekrar-test güvenilirliğine sahip olduğu bulunmuştur.⁵³

VERİ ÇÖZÜMLEME YÖNTEMLERİ

Verilerin analizinde sosyal bilimler için geliştirilmiş olan SPSS V15.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçüm araçlarından TAÖ-20 ile bireylerin aleksitimik özellikleri bakımından üç alt boyut puanı (duygularını tanıma zorluğu, duygularını ifade etme zorluğu ve dışa-vuruk düşünce) ve bir de toplam puan olmak üzere dört puan türü elde edilmiştir. Farklı değişkenler üzerinden kurgulanan istatistiksel sonuçlar için alt boyutlar ve toplam puan ayrı ayrı kullanılmıştır. YİYE-II ile katılımcıların bağlanma özellikleri açısından iki puan türü (kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları) hesaplanmıştır.

BULGULAR

DEMOGRAFİK BULGULAR

Katılımcılara ait sosyodemografik bilgiler Tablo 1'de görülmektedir.

TAÖ-20 ile YİYE II'nin ölçek ve alt ölçek boyutlarına dair tanımlayıcı istatistik değerleri ortalama ve standart sapma olarak Tablo 2'de verilmiştir.

Buna göre, aralığı 24 ve 73 arasında değişen TAÖ toplam puanının ortalaması 44,46 ve standart sapması 9,04 olarak hesaplanmıştır. TAÖ-20'nin alt ölçeklerinden biri olan duygularını tanıma zorluğu (TAÖ-DTZ) boyutunun 7-28 arasında değişen puanlarının ortalaması 13,59 iken, standart sapması ise 4,31 olarak hesaplanmıştır. Diğer bir alt ölçek olan duygularını ifade etme zorluğu boyutunun (TAÖ-DİEZ) 5-23 arasında değişen puanlarının or-

TABLO 1: Katılımcılara ait sosyodemografik bilgiler.

	n	%	Min	Max	\bar{X}
Yaş			18	78	30,14
Cinsiyet					
Kadın	192	69,6			
Erkek	84	30,4			
Eğitim					
Lise ve altı	46	16,7			
Üniversite mezunu	160	57,9			
Yüksek lisans ve/veya doktora	70	25,4			
Meslek					
Sanat & medya	20	7,2			
Sağlık	47	17,1			
Bilişim	21	7,6			
Eğitim	53	19,2			
Ticaret	19	6,9			
Çalışmıyor	15	5,4			
Diğer	44	15,9			
Öğrenci	57	20,7			
Romantik ilişki durumu					
Var (evli, nişanlı, sevgili)	148	53,6			
Yok (bekâr, dul, boşanmış)	128	46,4			
Yerleşim yeri					
Büyükşehir	195	70,7			
Şehir/Kırsal	81	29,3			
Psikolojik destek					
Var	119	43,1			
Yok	157	56,9			

TABLO 2: Toronto aleksitimi ölçeği-20 toplam ve alt ölçek puanları ile yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri II'nin kaygı ve kaçınma alt ölçek puanlarının ortalama ve standart sapmaları tablosu.

Ölçekler	n	X	SS
Toronto aleksitimi ölçeği toplam	276	44,46	9,04
Duyguları tanıma zorluğu	276	13,59	4,31
Duyguları ifade etme zorluğu	276	11,24	3,73
Dışa-vuruk düşünce	276	19,63	3,87
YİYE-II kaçınma puanı	276	2,68	0,97
YİYE-II kaygı puanı	276	3,26	1,02

talaması 11,24 iken, standart sapması ise 3,73 olarak hesaplanmıştır. Son olarak TAÖ-20'nin üçüncü alt boyutu olan dışa-vuruk düşünce boyutunun puanları 9-34 arasında değişmekle birlikte ortalamaları 19,63, standart sapmaları ise 3,87 olarak gözükmektedir.

Bir diğer ölçek olan YİYE'nin iki alt boyutundan kaygılı bağlanmanın 1,28 ile 6,28 arasında değişen puan aralıklarının ortalaması 3,26 iken, standart sapması ise 1,02 olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte kaçınmacı bağlanmanın 1-6,39 arasında değişen puanlarının ortalaması 2,68 iken standart sapması 0,97 olarak hesaplanmıştır.

Tanımlayıcı istatistik bilgilerinin ardından, araştırmanın amaçları doğrultusunda, bağlanma biçimleri ve çeşitli psikososyodemografik değişkenlerin bireylerin aleksitimi düzeyleri üzerine etkisinin analizleri ve sonuçları tablolar hâlinde sunulacaktır. Korelasyon ve regresyon analizine geçmeden önce bu işlem-

leri gerçekleştirilebilmek için psikososyodemografik değişkenler dummy (kukla) değişkenler hâline getirilmiştir. Baron ve Kenny'nin istatistiksel standartlarına göre, .150'nin altında kalan değerler korelasyon dışı olarak kabul edilmiştir.⁵⁴

Bireylerin Bağlanma Biçimlerinin, TAÖ-20 Toplam Puanı ve Duygularını Tanıma Zorluğu, Duygularını İfade Etme Zorluğu, Dışa vuruk Düşünce Alt Boyutları Puanları ile Ölçülen Aleksitimi Düzeyi Üzerinde Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi

Öncelikli olarak, yordanan (bağımlı) değişkenler ve kontrol değişkenlerinin korelasyonlarını gösteren bilgiler **Tablo 3**'te görülmektedir.

Tablo 3'te sunulan Pearson Moment Çarpım Korelasyon Katsayı sonuçlarına göre, yordanan değişkenler olan TAÖ-T, TAÖ-DTZ, TAÖ-DİEZ ve TAÖ-dışa vuruk düşünce (TAÖ-DVD) ile kontrol değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu ilişkiler incelendiğinde TAÖ-T ile cinsiyet ($r=0,211$), eğitim 1 ($r=-0,231$) ve eğitim 2 ($r=0,190$) arasında orta düzeyde, düşük güçte anlamlı bir ilişki vardır. TAÖ-DTZ ile eğitim 1 ($r=-0,172$) ve ilişki durumu ($r=0,162$) arasında orta düzeyde, düşük güçte anlamlı bir ilişki vardır. Bir diğer alt boyut olan TAÖ-DİEZ ile eğitim 1 ($r=-0,197$) ve eğitim 2 ($r=0,196$) arasında yine orta düzeyde, düşük güçte anlamlı bir ilişki vardır. Son olarak TAÖ-DVD ile cinsiyet ($r=0,280$) ve eğitim 1 ($r=-0,159$) arasında orta düzeyde, düşük güçte anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

TABLO 3: Yordanan değişkenler olan Toronto Aleksitimi Ölçeği-20 ve alt boyutlarıyla kontrol değişkenler olan psikososyodemografik değişkenlerin ilişkisini gösteren korelasyon tablosu.

Değişken	TAÖ-T	TAÖ-DTZ	TAÖ-DİEZ	TAÖ-DVD
Yaş	-0,123	-0,129	-0,120	-0,028
Cinsiyet	0,211(**)	0,101	0,106	0,280(**)
Eğitim 1	-0,231(**)	-0,172(**)	-0,197(**)	-0,159(**)
Eğitim 2	0,190(**)	0,131(*)	0,196(**)	0,110
İlişki durumu	0,124(*)	0,162(**)	0,134(*)	-0,019
Psikolojik destek	0,039	-0,067	0,071	0,096
Yerleşim	0,087	0,104	0,011	0,077

* $p<0,05$, ** $p<0,01$.

Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puanı Yordanan iken ve Cinsiyet ile Eğitim Değişkenleri Kontrol Edilmişken Bağlanma Biçimleri ile TAÖ-T Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İlk olarak, yordanan değişkenle Toronto Aleksitimi Ölçeği Toplam Puanı (TAÖ-T) anlamlı ilişki gösteren cinsiyet ve eğitim değişkenleri kontrol edildiğinde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimlerinin TAÖ-T ile anlamlı korelasyon gösterip göstermediği incelenmiştir. Uygulanan Pearson Moment Çarpım Korelasyon Katsayı testinin sonuçları **Tablo 4**'te görülmektedir.

Tablo 4'te görüldüğü gibi TAÖ-T ile YİYE-II kaygılı bağlanma puanı ($r=0,254$, $p<,001$) ve kaçınmacı bağlanma puanı ($r=0,383$, $p<,001$) pozitif yönde, anlamlı bir ilişki göstermektedir. Her iki bağlanma biçimleriyle de TAÖ-T puanları anlamlı korelasyon gösterdiği için cinsiyet ve eğitim değişkenleri kontrol edildiğinde, her iki bağlanma biçiminin de bir arada TAÖ-T puanları üzerindeki yordayıcı etkilerini sınamak üzere hiyerarşik doğrusal adımsal regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz, **Tablo 5**'te görülmektedir.

Analiz sonuçları, cinsiyet ve eğitimin bir arada TAÖ-20 toplam puanlarındaki değişimin %11,2'si

($F_{(3,272)} = 11,45$, $p<,001$). Kaçınmacı bağlanma biçiminin yordananın %13'ü ($F_{(1,271)} = 46,58$, $p<,001$) ve kaygılı bağlanma biçiminin ise yordandaki değişimin %1,3'ü ($F_{(1,270)} = 4,66$, $p<,05$) yordadığı görülmüştür. Özetle, cinsiyet ve eğitim, kaçınmacı bağlanma biçimi ile kaygılı bağlanma biçimi beraber olarak TAÖ-T'deki varyansın %25,5'ini açıklamaktadır.

Toronto Aleksitimi Ölçeği-20 Duygularını Tanıma Zorluğu Alt Boyutu Yordanan iken Eğitim ve İlişki Durumu Kontrol Edildiğinde Bağlanma Biçimleri ile TAÖ-DTZ Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İkinci olarak, öncelikle yordanan değişkenle (TAÖ-DTZ) anlamlı ilişki gösteren eğitim seviyesi ve ilişki durumu kontrol edildiğinde, kaçınmacı ve kaygılı bağlanma biçimlerinin TAÖ-DTZ puanlarıyla anlamlı korelasyon gösterip göstermediği incelenmiştir. Bulgular, **Tablo 6**'da görülmektedir.

Tablo 6'da görüldüğü gibi TAÖ-DTZ puanı ile YİYE-II kaygılı bağlanma puanı ($r=0,434$, $p<,001$) ve kaçınmacı bağlanma puanı ($r=0,319$, $p<,001$) pozitif yönde, anlamlı bir ilişki göstermektedir. Her iki bağlanma biçimleriyle de TAÖ-T puanları anlamlı korelasyon gösterdiği için eğitim seviyesi ve ilişki durumu değişkenleri kontrol edildiğinde, her iki bağlanma biçiminin de bir arada TAÖ-DTZ puanları üzerindeki yordayıcı etkilerini sınamak üzere, hiyerarşik doğrusal adımsal regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz, **Tablo 7**'de görülmektedir.

Analiz sonuçları, ilişki durumu ve eğitimin bir arada TAÖ-20 duygularını tanıma zorluğu puanlarındaki değişimin %5,4'ünü ($F_{(2,273)} = 7,78$, $p<,01$); kaygılı bağlanma biçiminin yordananın %17,8'i

TABLO 4: Toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişkinin pearson moment çarpım korelasyon katsayı testi sonuçları tablosu.

Değişken	Toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı
YİYE-II Kaygılı bağlanma puanı	0,254 (*)
YİYE-II Kaçınmacı bağlanma puanı	0,383 (*)

* $p<0,001$

TABLO 5: Cinsiyet ve eğitim değişkenleri kontrol edildiğinde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimlerinin toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı üzerindeki yordayıcı etkisine dair hiyerarşik doğrusal adımsal regresyon analiz bulguları tablosu.

Analiz Aşaması	Yordayıcı değişken	B	β	R ² change
1	Cinsiyet	3,821***	0,195***	0,112***
	Eğitim 1	-3,097**	-0,149**	
	Eğitim 2	2,228	0,092	
2	Kaçınmacı bağlanma	2,928***	0,319***	0,13*
3	Kaygılı bağlanma	1,091*	0,123*	0,013*

* $p<0,05$, ** $p<0,01$, *** $p<0,001$.

TABLO 6: Toronto aleksitimi ölçeği-duygularını tanıma zorluğu puanı ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişkinin pearson moment çarpım korelasyon katsayı sonuçları tablosu.

Değişken	Toronto aleksitimi ölçeği duygularını tanıma zorluğu puanları
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II kaygılı bağlanma puanı	0,434 (*)
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II kaçınmacı bağlanma puanı	0,319 (*)

*p<0,001.

($F_{(1,272)} = 63,06, p<,001$) ve kaçınmacı bağlanma biçiminin ise yordandaki değişimin %0,3'ü ($F_{(1,271)} = 12,64, p<,001$) açıkladığı görülmüştür. Kısaca; eğitim ve ilişki durumu, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma beraber olarak TAÖ-DTZ'deki varyansın %23,5'ini açıkladığı görülmektedir.

Toronto Aleksitimi Ölçeği Duygularını İfade Etme Zorluğu Puanı Yordanan İken ve Eğitim Değişkeni Kontrol Edilmişken Bağlanma Biçimleri İle TAÖ-DİEZ Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Üçüncü olarak, öncelikle yordanan değişkenle (TAÖ-DİEZ), anlamlı ilişki gösteren eğitim seviyesi değişkeni kontrol edildiğinde; kaçınmacı ve kaygılı bağlanma biçimlerinin TAÖ-DİEZ puanlarıyla anlamlı korelasyon gösterip göstermediği incelenmiştir. Bulgular, **Tablo 8**'de görülmektedir.

Tablo 8'de görüldüğü gibi TAÖ-DTZ puanı ile YİYE-II kaygılı bağlanma puanı ($r=0,184, p<,001$) ve kaçınmacı bağlanma puanı ($r=0,380, p<,001$) pozitif yönde, anlamlı bir ilişki göstermektedir. Her iki

bağlanma biçimleriyle de TAÖ-DİEZ puanları anlamlı korelasyon gösterdiği için, eğitim seviyesi değişkeni kontrol edildiğinde her iki bağlanma biçiminin de bir arada TAÖ-DİEZ puanları üzerindeki yordayıcı etkilerini sınamak üzere hiyerarşik doğrusal adımsal regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz, **Tablo 9**'da görülmektedir.

Analiz sonuçları, eğitimin durumun TAÖ-DİEZ puanlarındaki değişimin %6'sını ($F_{(2,273)} = 8,92, p<,001$). Kaçınmacı bağlanma biçiminin yordananın %13,5'ini ($F_{(1,272)} = 45,79, p<,001$) yordadığı görülmüştür. Özetle, eğitim ve kaçınmacı bağlanmanın beraber olarak TAÖ-DİEZ'deki varyansın %19,5'ini açıkladığı görülmektedir. Öte yandan kaygılı bağlanma biçiminin ilgili regresyon analizi sonucunda, yordananın (TAÖ-DİEZ) üzerinde yordayıcı bir etkisi olduğu bulunamamıştır.

Toronto Aleksitimi Ölçeği Dışa-vuruk Düşünce Puanı Yordanan İken Cinsiyet ve Eğitim Değişkenleri Kontrol Edilmişken Bağlanma Biçimleri ile TAÖ-DVD Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dördüncü olarak, öncelikle yordanan değişkenle (TAÖ-DVD), anlamlı ilişki gösteren eğitim ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde, kaçınmacı ve kaygılı bağlanma biçimlerinin TAÖ-DVD puanlarıyla anlamlı korelasyon gösterip göstermediği incelenmiştir. Bulgular, **Tablo 10**'da görülmektedir.

Tablo 10'da görüldüğü gibi TAÖ-DVD puanı ile YİYE-II kaygılı bağlanma puanı ($r=-0,112, p<,001$) ve kaçınmacı bağlanma puanı ($r=0,132, p<,001$) anlamlı bir ilişki göstermemektedir. Eğitim ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde, her iki bağlanma bi-

TABLO 7: Eğitim seviyesi ve ilişki durumu kontrol edildiğinde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimlerinin toronto aleksitimi ölçeği-20 duygularını tanıma zorluğu puanı üzerindeki yordayıcı etkisine dair hiyerarşik doğrusal adımsal regresyon analiz bulguları tablosu.

Analiz aşaması	Yordayıcı değişken	B	β	R ² Change
1	Eğitim	-1,029	-0,104	0,54**
	İlişki durumu	-0,041	-0,005*	
2	Kaygılı bağlanma	1,572***	0,374***	0,178***
3	Kaçınmacı bağlanma	0,910***	0,208***	0,034***

p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001.

TABLO 8: Toronto aleksitimi ölçeği duygularını ifade etme zorluğu puanı ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişkinin pearson moment çarpım korelasyon katsayı sonuçları tablosu.

Değişken	Toronto aleksitimi ölçeği duygularını ifade etme zorluğu puanları
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II kaygılı bağlanma puanı	0,184 (*)
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II kaçınmacı bağlanma puanı	0,380 (*)

*p<0,001.

çimi ile TAÖ-DİEZ puanları anlamlı korelasyon göstermediği için, bu değişkenler arasında regresyon analizi uygulanmamıştır.

Psikososyodemografik Değişkenlerin Toronto Aleksitimi Ölçeğinin Toplam Puanı ve Duygularını Tanıma Zorluğu, Duygularını İfade Etme Zorluğu, Dışa vuruk Düşünce Alt Boyutlarıyla Ölçülen Aleksitimi Düzeyleri Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi

Bu bölümde cinsiyet, eğitim seviyesi, yaşantılan yerleşim birimi, psikolojik yardım alınıp alınmadığı ve ilişki durumu gibi psikososyodemografik değişkenlerin, aleksitimi düzeyi üzerine etkisi incelenecektir.

Bireylerin Aleksitimi Düzeyinin, Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

İlk olarak TAÖ-T ve alt ölçeklerinin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmek amacıyla parametrik düzeyde olanlar için İki Bağımsız Örneklemli Ortalamalar Farkı T-Testi, non-parametrik düzeyde olanlar için ise Mann Whitney-U

testi uygulanmıştır. İlgili sonuçlar **Tablo 11**'de görülmektedir.

Analiz sonuçları, yalnızca TAÖ-T ve TAÖ-DVD puanlarının cinsiyete göre farklılaştığını göstermiştir. Sırasıyla ($t_{(274)}=3,582$, $p<,001$; $Z=4,612$, $p<,001$). Her iki durum için de erkeklerin ortalamalarının kadınlardan daha yüksek çıktığı görülmüştür.

Bireylerin Aleksitimi Düzeyinin, Eğitim Seviyesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

İkinci olarak TAÖ-20 ve alt ölçeklerinin eğitim seviyesine göre farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmek amacıyla, önce normal dağılıp dağılmadıklarına bakılmıştır. Verilerin normal dağıldıkları belli olduktan sonra, parametrik düzeyde olan İki Fazla Bağımsız Örneklem için Tek Yönlü ANOVA ve Post-Hoc testleri uygulanmıştır. İlgili sonuçlar **Tablo 12**'de sunulmuştur.

Analiz sonuçları, TAÖ-T, TAÖ-DTZ, TAÖ-DİEZ ve TAÖ-DVD puanlarının bireylerin eğitim seviyesine göre farklılaştığını göstermiştir. Sırasıyla; ($F_{(2,273)}=10,536$, $p<0,001$; $F_{(2,273)}=5,335$, $p<0,01$; $F_{(2,273)}=8,919$, $p<0,001$; $F_{(2,273)}=4,277$, $p<0,05$). ANOVA sonrası uygulanan Post-hoc Scheffe testleri sonucunda, TAÖ-T için lise ve altı eğitim seviyesinde olan kişilerin aleksitimi düzeyleri, yüksek lisans/doktora düzeyinde eğitim seviyesine sahip olanlara göre daha yüksektir ($p<0,001$). Ayrıca üniversite mezunu olanların aleksitimi toplam puanları da yüksek lisans/doktora düzeyindeki eğitim seviyesindeki bireylere göre daha yüksektir ($p<0,01$). TAÖ-DTZ alt boyutu için ise lise ve altı eğitim seviyesine sahip bireylerin puanları, yüksek lisans/doktora seviyesinde eğitim düzeyine sahip bireylere göre daha fazladır ($p<0,01$). TAÖ-DİEZ alt boyutu için, lise ve altı eği-

TABLO 9: Eğitim durumu kontrol edildiğinde kaçınmacı bağlanma biçiminin toronto aleksitimi ölçeği-20 duygularını ifade etme zorluğu puanı üzerindeki yordayıcı etkisine dair hiyerarşik doğrusal adimsal regresyon analiz bulguları tablosu.

Analiz aşaması	Yordayıcı değişken	B	β	R ² Change
1	Eğitim 1	-1,021*	-0,119*	0,061**
	Eğitim 2	1,210*	0,121*	
2	Kaçınmacı bağlanma	1,406**	0,372**	0,135**

p<0,05, **p<0,01

TABLO 10: Toronto aleksitimi ölçeği dışı-vuruk düşünce puanı ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişkinin, pearson moment çarpım korelasyon katsayı sonuçları tablosu.

Değişken	Toronto aleksitimi ölçeği dışı-vuruk düşünce puanları
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II kaygılı bağlanma puanı	-0,112*
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II kaçınmacı bağlanma puanı	0,132*

*p<0,001.

tim düzeyine sahip bireylerin, üniversite seviyesinde eğitim düzeyine sahip bireylere göre daha fazla puan aldıkları (p<0,05), ayrıca yine lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin yüksek lisans/doktora seviye-

sindekilere göre de daha yüksek puanlar aldıkları bulunmuştur (p<0,001). Son olarak, üniversite seviyesinde eğitim düzeyine sahip bireylerin de yüksek lisans/doktora seviyesindekilere göre daha fazla puan aldıkları gözlenmiştir (p<0,05). TAÖ-DVD alt boyutu için ise sadece lise ve altı eğitim düzeyinde olanların, yüksek lisans/doktora seviyesindekilere göre daha fazla puan aldıkları saptanmıştır (p<0,05). Özetle eğitim seviyesi düşük olan bireyler, eğitim seviyesi daha yüksek olan bireylere göre daha fazla aleksitimik özellikler göstermişlerdir.

Bireylerin Aleksitimi Düzeyinin, Yaşadıkları Yerleşim Yeri Göre Farklılaşım Farklılaşımının İncelenmesi

Üçüncü olarak TAÖ ve alt ölçeklerinin bireylerin, hayatlarının büyük çoğunluklarını geçirdikleri

TABLO 11: Cinsiyete göre toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı ve alt test puanlarına dair; ortalama, standart sapma ve ilgili test istatistiği değerleri tablosu.

Cinsiyet	\bar{X} , ss ve N	TAÖ-T	TAÖ-DTZ	TAÖ-DİEZ	TAÖ-DVD
Kadın	Ortalama	43,20	13,30	10,98	18,92
	Standart sapma	8,80	4,40	3,65	3,60
	Kişi sayısı	192	192	192	192
Erkek	Ortalama	47,34	14,24	11,83	21,27
	Standart sapma	8,98	4,03	3,85	3,99
	Kişi sayısı	84	84	84	84
Test sonucu		$t_{(274)}=3,582^*$	$t_{(274)}=1,682$	$Z=-1,484$	$Z=-4,612^*$

*p<0,001.

TABLO 12: Bireylerin eğitim seviyelerine göre, toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı ve alt test puanlarına dair; ortalama, standart sapma ve ilgili test istatistiği değerleri tablosu.

Eğitim Seviyesi	\bar{X} , ss, N ve Post Hoc	TAÖ-T	TAÖ-DTZ	TAÖ-DİEZ	TAÖ-DVD
Lise ve Altı (1)	Ortalama	48,30	14,84	12,87	20,59
	Standart sapma	10,03	4,85	4,24	4,44
	Kişi	46	46	46	46
Üniversite (2)	Ortalama	44,92	13,78	11,32	19,82
	Standart sapma	8,81	4,40	3,63	3,84
	Kişi	160	160	160	160
Yüksek lisans/doktora (3)	Ortalama	40,88	12,31	9,98	18,58
	Standart sapma	7,63	3,37	3,13	3,32
	Kişi	70	70	70	70
Test sonucu	Post Hoc	3<2<1	3<1	3<2<1	3<1
Test sonucu		$F_{(273)}=10,536^{***}$	$F_{(273)}=5,335^{**}$	$F_{(273)}=8,919^{***}$	$F_{(273)}=4,277^*$

*p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001.

yerleşim yerine göre farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmek amacıyla parametrik düzeyde olanlar için İki Bağımsız Örneklemli Ortalamalar Farkı T-Testi, non-parametrik düzeyde olanlar için ise Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. İlgili sonuçlar **Tablo 13**'te görülmektedir.

Analiz sonuçları, TAÖ-T, TAÖ-DTZ, TAÖ-DİEZ ve TAÖ-DVD puanlarının kişilerin hayatlarının çoğunluğunu geçirdikleri yerleşim yerine göre farklılaşmadığını göstermiştir. Başka bir deyişle yerleşim yerinin aleksitimi düzeyi üzerinde etkisi yoktur.

Bireylerin Aleksitimi Düzeyinin, Psikolojik Destek Alıp Almadıklarına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Dördüncü olarak TAÖ-20 ve alt ölçeklerinin, bireylerin psikolojik destek geçmiş varlığına göre farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmek amacıyla

parametrik düzeyde İki Bağımsız Örneklemli Ortalamalar Farkı T-Testi uygulanmıştır. İlgili sonuçlar **Tablo 14**'te görülmektedir.

Analiz sonuçları, TAÖ-T, TAÖ-DTZ, TAÖ-DİEZ ve TAÖ-DVD puanlarının kişilerin daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre farklılaşmadığını göstermiştir. Başka bir deyişle psikolojik destek geçmişinin, aleksitimi düzeyi üzerinde etkisi yoktur.

Bireylerin Aleksitimi Düzeyinin, Romantik İlişki Durumlarına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Beşinci ve son olarak TAÖ-20 ve alt ölçeklerinin bireylerin romantik ilişki durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadıklarını test etmek amacıyla parametrik düzeyde İki Bağımsız Örneklemli Ortalamalar Farkı T-Testi uygulanmıştır. İlgili sonuçlar **Tablo 15**'te görülmektedir.

TABLO 13: Bireylerin hayatlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerleşim yerine göre toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı ve alt test puanlarına dair; ortalama, standart sapma ve ilgili test istatistiği değerleri tablosu.

Yerleşim yeri	\bar{X} , ss ve N	TAÖ-T	TAÖ-DTZ	TAÖ-DİEZ	TAÖ-DVD
Büyükşehir	Ortalama	43,96	13,30	11,21	19,44
	Standart sapma	8,91	4,22	3,64	3,79
	Kişi sayısı	196	196	196	196
Büyükşehir değil	Ortalama	45,69	14,29	11,30	20,10
	Standart sapma	9,31	4,48	3,96	4,05
	Kişi sayısı	81	81	81	81
Test sonucu		$t_{(274)}=-1,447$	$Z=-1,727$	$t_{(274)}=-0,178$	$Z=-1,337$

*p<0,05.

TABLO 14: Bireylerin daha önce psikolojik destek alıp almadıklarına göre toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı ve alt test puanlarına dair; ortalama, standart sapma ve ilgili test istatistiği değerleri tablosu.

Psikolojik destek	\bar{X} , ss ve N	TAÖ-T	TAÖ-DTZ	TAÖ-DİEZ	TAÖ-DVD
Var	Ortalama	44,06	13,92	10,93	19,21
	Standart sapma	9,53	4,56	3,88	3,74
	Kişi sayısı	119	119	119	119
Yok	Ortalama	44,76	13,34	11,47	19,96
	standart sapma	8,68	4,11	3,60	3,95
	Kişi sayısı	157	157	157	157
Test sonucu		$t_{(274)}=-0,639$	$t_{(274)}=1,107$	$t_{(274)}=-1,186$	$t_{(274)}=-1,592$

*p<0,05.

TABLO 15: Bireylerin romantik ilişki durumlarına göre toronto aleksitimi ölçeği toplam puanı ve alt test puanlarına dair; ortalama, standart sapma ve ilgili test istatistiği değerleri tablosu.

Romantik ilişki	\bar{X} , ss ve N	TAÖ-T	TAÖ-DTZ	TAÖ-DİEZ	TAÖ-DVD
Var	Ortalama	43,41	12,94	10,78	19,70
	Standart sapma	8,76	4,19	3,41	3,67
	Kişi sayısı	148	148	148	148
Yok	Ortalama	45,67	14,34	11,77	19,56
	Standart sapma	9,25	4,34	4,00	4,10
	Kişi sayısı	128	128	128	128
Test sonucu		$t_{(274)}=-2,075^*$	$t_{(274)}=-2,725^*$	$t_{(274)}=-2,230^*$	$t_{(274)}=0,311$

*p<0,05.

Analiz sonuçları, TAÖ-DVD haricinde TAÖ-T, TAÖ-DTZ ve TAÖ-DİEZ puanlarının, bireylerin romantik ilişki durumlarına göre farklılaştığını göstermiştir. Sırasıyla ($t_{(274)}=-2,075$, $p<,05$; $t_{(274)}=-2,725$, $p<,05$; $t_{(274)}=-2,230$, $p<,05$). Her üç durum için de romantik ilişkide olmayan bireylerin, aleksitimi puanlarının ortalamaları, romantik ilişkisi olan bireylerin puanlarına göre daha yüksek çıktığı görülmüştür. Bir başka deyişle, romantik ilişkisi olmayan bireyler, olanlara göre daha fazla aleksitimik özellik göstermişlerdir.

Araştırmaya Katılan Bireylerin Aleksitimi Toplam Puanlarının İncelenmesi

Bilindiği gibi araştırmaya 276 kişi katılmıştır. Normal popülasyon içerisinde seçilen bu örnekleme, saf aleksitimik özellik gösteren yani TAÖ-20'den 61 ve üzeri puan alan bireyler örneklemin %9,1'ini oluşturmaktadır (n=25). Bununla birlikte aleksitimik özellikler gösteren bireyler, yani TAÖ-20'den 51 ve üstü puan alan kişiler ise örneklemin %22,8'ini oluşturmaktadır (n=63).⁴⁹ Öte yandan aleksitimi yokluğu için belirlenen 51 puanın altında kalan kişiler ise örneklemin %77,2'sini oluşturmaktadır (n=213).⁴⁹ Diğer bir deyişle, örneklemin 67,2'si aleksitimik özellikler göstermezken; %22,8'i aleksitimik özellikler göstermekle birlikte %9,1'i "saf aleksitimik" bireyler olarak tespit edilmiştir (Tablo 16).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın ilk araştırma sorusu bağlamında, bireylerin güvensiz bağlanma biçimlerinin (kaygılı ve kaçınmacı stil) TAÖ'nün "duyguları tanıma zorluğu", "duygularını ifade etme zorluğu", "dışa-vuruk dü-

TABLO 16: Araştırmaya katılan bireylerin aleksitimi toplam puanlarının örnekleme göre dağılımı tablosu.

	Aleksitimi Yokluğu	Aleksitimik Özellikler Gösterenler	Saf Aleksitimik Grup
N	213	63	25
%	77,2	22,8	9,1

şünce" alt boyutları ve toplam puanı ile ölçülen aleksitimi düzeyi üzerinde yordayıcı etkisine bakılmıştır. İlk araştırma sonucuna yönelik uygulanan analizler doğrultusunda, aleksitimi puanı arttıkça kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimine yönelik puanların da arttığı görülmüştür. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçiminin, aleksitimi yordadığının bulunmasına bağlı olarak ilgili literatüre baktığımızda, güvensiz bağlanma biçimlerinin aleksitiminin yordayıcısı olduğuna yönelik araştırmalar mevcuttur.^{9,31,41,43,55}

Buna paralel olarak, Mallinckrodt ve Wei'nin yaptığı çalışmada, kaçınmacı bağlanma arttıkça; aleksitimi düzeyinin de arttığı vurgulanmaktadır.³⁹ Aleksitimik özellikler gösteren kişilerin, kaçınmacı bağlanma biçimine yatkınlığını ortaya koyan diğer çalışmalar da bu çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir.^{46,56} Kaygılı bağlanmanın duygularını tanımlama ve ayırmada güçlük yaratabileceğini öne süren Mikulincer ve Shaver'in çalışmasına paralel olarak, bu çalışmada da kaygılı bağlanma biçiminin TAÖ-DTZ alt boyutunun yordayıcısı olduğu bulunmuştur.³⁴ Literatürde, romantik ilişkisinde daha çok kaygılı özellikler geliştiren bireylerin, duygular ve hisler hakkında endişe duyuyor gibi görünürlerken, aslında duygularını birbirinden ayırmada problem ya-

şamaları; kaygılı bağlanma biçiminin duyguları uygun bir şekilde tanımlamasında güçlük yaşandığı ile bağlantılı olduğu, araştırma bulgusuyla tutarlılık göstermektedir.⁵⁷

Konuyla ilişkili olarak, bazı araştırmacılar çocukluk döneminde yaşanan travmaların veya anne-çocuk bazlı ilişkisel karmaşalardan kaynaklanan bağlanma sorunlarının, aleksitimik özellikler geliştirmede belirleyici olabileceğini öne sürmüşlerdir.⁹ Oskis ve ark.nın yaptığı çalışmaya göre, çocukluk dönemlerinde anneleriyle duygusal sıkıntılar ve problemler yaşayanların erişkinlikte aleksitimik özellikler gösterdikleri bulunmuştur.⁴⁴ Berenbaum ve James yaptıkları bir çalışmada, duygusal ve fiziksel olarak güvensiz ortamlarda yetişen, buna bağlı olarak duygularını ifade etme konusunda cesaretilendirilmeyen çocukların; duygusal durumlarıyla sağlıklı bir biçimde başa çıkmayı öğrenemediklerini aktarmışlardır.⁵⁸ Buna bağlı olarak, duygularını ifade etme konusunda kendisine rol model alacak birini bulamayan kişiler, duygularını aktarabilme açısından sıkıntı ve kararsızlık yaşayabilirler.^{7,58}

TAÖ-DVD alt boyutuyla bağlanma biçimleri arasında herhangi bir korelasyon saptanmamıştır. Bu durumu destekler başka araştırmalar da olmakla birlikte, TAÖ-T ve alt ölçeklerinin iç tutarlık puanları açısından karşılaştırıldığında, TAÖ-DVD aralarında en düşük değere sahip olmaktadır ($\alpha=0,66$).⁴⁷ Bu konuda bir ilişki saptanamamasının sebebi olarak, iç tutarlığın düşük olması söylenebilir.

İkinci araştırma sorusu ve alt soruları kapsamında, çeşitli psikososyodemografik değişkenlerin aleksitimi düzeyi üzerindeki etkileri araştırılmıştır ve bazılarının aleksitimi düzeyi üzerinde farklılık yaratmaları bulunmuştur. Bunlardan ilki, cinsiyete göre bakıldığında, erkeklerin kadınlara göre TAÖ-T ve TAÖ-DVD alt boyutunda daha fazla aleksitimik özellikler gösterdiği tespit edilmiştir. Literatürde bu araştırmanın bulgularıyla paralellik gösteren başka çalışmalar da mevcuttur.⁵⁹⁻⁶¹ Özellikle doğu toplumlarında, erkeklerin duygularını kontrol etmeleri ve özellikle olumsuz, duygusal kırgınlıklarını daha az ifade etmelerinin onaylanmasının etkisi olabileceği düşünülmüştür.

Aleksitimi düzeyi üzerinde yordayıcı etkisi bulunan eğitim değişkeni; eğitim seviyesi düştükçe aleksitimi düzeyinin arttığına dair bulgular ortaya koymuştur. Daha iyi ifade etmek gerekirse lise ve altı düzeyde eğitim seviyesine sahip olan katılımcılar; üniversite ve üzeri düzeyde eğitim seviyesine sahip bireylere göre daha fazla aleksitimik özellik göstermişlerdir. Yurt içinde yapılan çalışmalarda da benzer bulgular söz konusudur.^{62,63} Ayrıca Faryna ve ark. ile Kauhanen ve ark., yurt dışında yaptıkları araştırmalarda, eğitim seviyesine ilişkin bu araştırmanın bulgularına paralel sonuçlar elde etmişlerdir.^{64,65}

Araştırma kapsamında 276 katılımcının %22,8'inin aleksitimik özellikler gösterdiği bulunmuştur. Bu durum aleksitiminin, normal popülasyonda azımsanmayacak kadar sık görüldüğünü ortaya koymaktadır. Gürkan, aleksitiminin psikiyatrik tanı almış, psikosomatik rahatsızlığı olan ve normal kişilerde görülme sıklığını araştırdığı çalışmasında, aleksitimi varlığını psikiyatrik grupta %68, kontrol grubu olan normal kişilerde ise %38 olarak bulmuştur.⁶⁶ Bu araştırma da aleksitiminin, normal popülasyondaki sıklığı açısından, bu çalışmanın bulgularıyla paralel bir araştırmadır. Şahin, yaptığı araştırmanın bir parçası olarak normal popülasyonda, sağlıklı bireylerde, aleksitimi oranını %30 olarak bulmuştur.⁶⁷

Loas ve ark.nın, normal popülasyonda aleksitiminin yaygınlığını araştırdıkları çalışmalarında; 263'ü üniversite öğrencisi ve 183'ü öğrenci olmayan toplam 446 bireye TAÖ uygulamışlardır. Araştırma sonucunda aleksitiminin normal popülasyondaki yaygınlığı %23 olarak tespit edilmiş olup, tespit edilen oran bu çalışmayla yaklaşık olarak aynı düzeydedir.⁶⁸

Yemez, yaş ilerledikçe aleksitimik özelliklerin arttığını; çocukluğun geçtiği yerleşim birimi, evdeki çocuk sayısı, ailenin ilk, ortanca ya da son çocuğu olma ile aleksitimi arasında bir ilişki olmadığını, kardeş sayısı arttıkça aleksitimik özelliklerin arttığı gibi bulgulara ulaşmıştır. Bu bulgulardan yaş ve yerleşim birimi değişkenleri, bu araştırmanın da değerlendirme alanında olup yerleşim birimi ve aleksitimi arasında ilişki olmaması yönünde paralellik göstermektedir.⁶²

Bu araştırmada bireylerin romantik ilişki durumları ve aleksitimi düzeyleri arasında da ilişki bulunmuş, fakat ilgili literatürde bu alanda başka

çalışmalara rastlanmamıştır. Bu bağlamda, araştırmanın bu alt amacının, Türkiye’de yürütülecek gelecekteki araştırmalar açısından bir başlangıç noktası olabileceği düşünülmektedir.

SONUÇ

Erişkin bireylerde kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçiminin, aleksitimi toplam puanını ve duygularını tanıma zorluğu alt boyutunu yordadığı görülmektedir ($p<0,01$). Bir başka deyişle, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimine sahip olan bireylerin, aleksitimi toplam puanı ve duygularını tanıma bozukluğu alt boyutu yüksek çıkmaktadır.

Bununla birlikte kaçınmacı bağlanma biçiminin, duygularını ifade etme zorluğu alt boyutunu yordadığı gözlenmiştir. Bir başka ifadeyle, kaçınmacı bağlanma biçimine sahip olan bireyler, duygularını ifade etme açısından zorluk çekmektedirler. Aleksitimi toplam puanı ile dışa-vuruk düşünce puanının erkeklerde, kadınlardan daha yüksek çıktığı bulunmuştur. Bir başka deyişle, toplam puan üzerinden değerlendirilen bireylerde, aleksitimi puanları ve dışa-vuruk düşünce yapısı erkek katılımcılarda kadınlara göre daha fazladır.

Ayrıca aleksitimi toplam puanı ve bütün alt boyut puanlarında, eğitimi lise ve altı düzeyde olanların, eğitimi yüksek lisans/doktora düzeyi olanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bir başka ifadeyle, eğitim seviyesi yükseldikçe aleksitimik özellikler azalmaktadır. Son olarak aleksitimi toplam puanı, duygularını tanıma zorluğu puanı ve duygularını ifade etme zorluğu puanı romantik ilişkisi olmayan bireylerde, olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Yani; aleksitimik özellikteki bireylerin romantik ilişki kurma olasılıkları daha düşük bulunmuştur.

Araştırma konusu bağlamında, katılımcıların hayatlarının büyük bölümünü geçirdikleri yerleşim yer-

leriyle aleksitimi düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Aynı şekilde katılımcıların yaşamlarının herhangi bir döneminde psikolojik destek alıp almadıklarını, aleksitimi düzeyleriyle arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ortaya koymuştur.

Sonuç olarak araştırma, erişkin bireylerde, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimi olanların aleksitimik özellikler gösterdiğini ortaya koymaktadır. Kaçınmacı bağlanma biçimi olanlarda duygularını ifade etme zorluğu saptanmıştır. Aleksitiminin dışa-vuruk düşünce özelliği erkeklerde, kadınlardan fazla bulunmuştur. Eğitim seviyesi arttıkça, aleksitimik özellikler taşıma olasılığı azalmaktadır. Romantik ilişkisi olmayan bireylerde, aleksitimik özellikler daha fazla görülmektedir. Araştırma sonuçları açısından düşünüldüğünde, aleksitimi kavramı ve bağlanma ilişkisi konusunda daha fazla ve kapsayıcı araştırmalara ihtiyaç olduğu tespit edilmiştir.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Haluk Kaan Güler; **Tasarım:** Haluk Kaan Güler; **Denetleme/Danışmanlık:** Fatma Betül Aydın; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Haluk Kaan Güler; **Analiz ve/veya Yorum:** Haluk Kaan Güler; **Kaynak Taraması:** Haluk Kaan Güler; **Makalenin Yazımı:** Haluk Kaan Güler; **Eleştirel İnceleme:** Haluk Kaan Güler; Fatma Betül Aydın.

KAYNAKLAR

1. Koçak R. Aleksitimi: Kuramsal çerçeve, tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. Ankara University, J FES. 2002;35(1-2): 183-212. [Crossref]
2. Goleman D. Emotional Intelligence. Bantam; 10th Anniversary edition (September 27, 2005). New York: Bantam Books; 1995. p.352.
3. Sifneos PE. Alexithymia: Past and present. Am J Psychiatry. 1996;153(7 Suppl): 137-42. [Crossref] [PubMed]
4. Dereboy İF. Aleksitimi öz bildirim ölçeklerinin psikometrik özellikleri üzerine bir çalışma. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. (1990).
5. Ahrens S, Deffner G. Empirical study of alexithymia: methodology and results. Am J Psychother. 1986;40(3):430-7. [Crossref] [PubMed]
6. Taylor GJ, Bagby RM, Parker JD. The alexithymia construct: a potential paradigm for psychosomatic medicine. Psychosomatics. 1991;32(2):153-64. [Crossref] [PubMed]
7. Taylor GJ, Bagby RM, Parker JDA. Disorders of affect regulation: alexithymia in medical and psychiatric illness. 1st ed. Cambridge: Cambridge University Press; 1997. p.359. [Crossref]
8. Blanchard BE, Arena JG, Pallmeyer JP. Psychosomatic properties of a scale to measure Alexithymia. Psychother Psychosom. 1981;35(1): 67-71. [Crossref] [PubMed]
9. Batıgün AD, Büyüksahin A. Aleksitimi: psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri. J Clin Psy. 2008;11(3):105-14.
10. Aslan SH, Alparslan ZN. Bir grup üniversite öğrencisinde cinsiyet rollerine göre aleksitimik özelliklerin incelenmesi. 3P Dergisi. 2001;9(1): 49-56.
11. Bengi S. Aleksitimi. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 1996;2(14):99-103.
12. Taylor GJ, Ryan D, Bagby M. Toward the development of a new self-report alexithymia scale. Psychother Psychosom, 1985;44(4): 191-9. [Crossref] [PubMed]
13. Willemsen R, Roseeuw D, Vanderlinden J. Alexithymia and dermatology: the state of the art. Int J Dermatol. 2008;47(9): 903-10. [Crossref] [PubMed]
14. Lesser IM. A review of the alexithymia concept. Psychosom Med. 1981;43(6):531-43. [Crossref] [PubMed]
15. MacLean PD. Psychosomatic Disease and the "Visceral Brain". Recent developments bearing on the Papez Theory of Emotion. Psychosom Med. 1949;11(6):339-53. [Crossref] [PubMed]
16. Taylor GJ. Alexithymia concept, measurement and implications for treatment. Am J Psychiatry. 1984;141(6):725-32. [Crossref] [PubMed]
17. Freedman MB, Sweet BS. Some Specific Features of Group Psychotherapy and Their Implications for Selection Patients. International Journal of Group Psychotherapy. 1954;4:355-68. [Crossref]
18. Guttman H, Laporte L. Alexithymia, empathy, and psychological symptoms in a family context. Compr Psychiatry. 2002;43(6):448-55. [Crossref] [PubMed]
19. Sifneos PE, Apfel-Savitz R, Frankel FH. The Phenomenon of 'Alexithymia'. Observations in Neurotic and Psychosomatic Patients. Psychother Psychosom. 1977;28(1-4):47-57. [Crossref] [PubMed]
20. Sifneos PE. Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization affect and creativity. Psychiatry Clinic North America. 1988;11(3):287-93. [Crossref]
21. Krystal H. Alexithymia and psychotherapy. Am J Psychother. 1979;33(1):17-31. [Crossref] [PubMed]
22. Lesser IM. Current Concepts In Psychiatry: Alexithymia. N Engl J Med. 1985;312(11): 690-2. [Crossref] [PubMed]
23. Bowlby J. Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment. New York: Basic Books; 1969. p.428.
24. Bowlby J. Attachment and Loss: Volume 2. Separation. 3rd ed. New York: Basic Books; 1973. p.444.
25. Hazan C, Shaver PR. Attachment as an organizational framework for research on close relationships. Psychological Inquiry. 1994;5(1): 1-22. [Crossref]
26. Ainsworth MD. Attachment Beyond Infancy. Am Psychol. 1989;44:709-16. [Crossref] [PubMed]
27. Bartholomew K, Horowitz L. Attachment styles among young adults: a test of a four category model. J Pers Soc Psychol. 1991;61(2):226-44. [Crossref] [PubMed]
28. Bowlby J. Attachment and loss: Sadness and depression, Volume 3. New York: Basic Books; 1980. p.476.
29. Main M, Kaplan N, Cassidy J. Security in infancy, childhood and adulthood: a move to the level of representation. Monographs of the Society for Research in Child Development, 1985;1(1):66-104. [Crossref]
30. Hazan C, Shaver PR. Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology. 1987;52(3):511-24. [Crossref] [PubMed]
31. Montebanocci O, Codispoti M, Baldora B, Rossi N. Adult attachment and alexithymia. Personality and Individual Differences. 2004;36(3):499-507. [Crossref]
32. Sümer N, Güngör D. Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. Türk Psikoloji Dergisi. 1999;14(44):35-58.
33. Amanvermez P. Yakın İlişkilerde Bağlanma ile Gruplara Bağlanma Arasındaki İlişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. 2007.
34. Mikulincer M, Florian V. Attachment style and affect regulation: Implications for coping with stress and mental health. In Fletcher G, Clark M, ed. Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes. Oxford, UK: Blackwell; 2001. p.537-57.
35. Waters E, Merrick S, Treboux D, Crowell J, Albersheim L. Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. Child Dev. 2000;71(3):684-9. [Crossref] [PubMed]
36. Cassidy J. Emotion regulation: influences of attachment relationships. Monogr Soc Res Child Dev. 1994;59(2-3):228-49. [Crossref] [PubMed]
37. Laible D. Attachment with parents and peers in late adolescence: links with emotional competence and social behavior. Personal Individual Differences. 2007;43(5):1185-97. [Crossref]
38. Oktay B. Aleksitimi, Bağlanma, Kendilik Algısı, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke Değişkenleri Açısından Bir Değerlendirme. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
39. Mallinckrodt B, Wei M. Attachment, social competencies, social support and psychological distress. Journal of Counselling Psychology. 2005;52(3):358-67. [Crossref]
40. Mikulincer M, Shaver PR. Adult attachment affect regulation. In Cassidy J, Shaver PR, ed. Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications. 2nd ed. New York: The Guilford Press; 2008. p.503-31.
41. De Rick A, Vanheule S. The relationship between perceived parenting, adult attachment style and alexithymia in alcoholic inpatients. Addictive Behaviours. 2006;31(7):1265-70. [Crossref] [PubMed]
42. Thorberg FA, Young RMcD, Sullivan KA, Lyvers M. Parental bonding and alexithymia: a meta-analysis. Eur Psychiatry. 2011;26(3): 187-93. [Crossref] [PubMed]
43. Troisi A, D'Argenio A, Peracchio F, Petti P. Insecure attachment and alexithymia in young men with mood symptoms. J Nerv Ment Dis. 2001;189(5): 311-6. [Crossref] [PubMed]

44. Oskis A, Clow A, Hucklebridge F, Bifulco A, Jacobs C, Loveday C. Understanding alexithymia in female adolescents: The role of attachment style. *Personality and Individual Differences*. 2013;54(1): 97-102. [Crossref]
45. Hexel M. Alexithymia and attachment style in relation to locus of control. *Personality and Individual Differences*. 2003;35(6):1261-70. [Crossref]
46. Wearden AJ, Lambertson N, Crook N, Walsh V. Adult attachment, alexithymia, and symptom reporting: an extension to the four category model of attachment. *J Psychosom Res*. 2005;58(3):279-88. [Crossref] [PubMed]
47. Güleç H, Köse S, Güleç YM, Çitak S, Evren C, Borckardt J, et al. Reliability and factorial validity of the Turkish version of the 20-item Toronto alexithymia scale (TAS-20). *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni* 2009;19:214-20.
48. Bagby RM, Parker JD, Taylor GJ. The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *J Psychosom Res*. 1994;38(1):23-32. [Crossref] [PubMed]
49. Güleç H, Yenel A. 20 Maddelik Toronto Aleksitimi Ölçeği Türkçe Uyarlamasının Kesme Noktalarına Göre Psikometrik Özellikleri. *J Clin Psy*. 2010;13(3):108-112.
50. Ainsworth MDS, Blehar MC, Waters E, Wall S. *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. 1st ed. Hillsdale, New Jersey: Psychology Press; 1979. p.418.
51. Fraley RC, Waller NG, Brennan KA. An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2000;78(2):350-65. [Crossref] [PubMed]
52. Fraley R, Davis KE. Attachment formation and transfer in young adults close friendships and romantic relationships. *Personal Relationships*. 1997;4(2):131-44. [Crossref]
53. Selçuk E, Günaydin G, Sümer N, Uysal A. Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*. 2005;8(16):1-11.
54. Baron RM, Kenny DA. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic and statistical considerations. *J Pers Soc Psychol*. 1986;51(6):1173-82. [Crossref] [PubMed]
55. Meins E, Harris-Waller J, Lloyd A. Understanding alexithymia: associations with peer attachment style and mind-mindedness. *Personality and Individual Differences*, 2008;45(2):146-52. [Crossref]
56. Spitzer C, Siebel-Jurges U, Barnow S, Grabe HJ, Freyberger HJ. Alexithymia and interpersonal problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2005;74(4):240-6. [Crossref] [PubMed]
57. Şenkal İ. Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ve bağlanma biçiminin depresyon ve kaygı belirtileri ile ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. 2013.
58. Berenbaum H, James T. Correlates and retrospectively reported antecedents of alexithymia. *Psychosom Med*. 1994;56(4):353-9. [Crossref] [PubMed]
59. Lane RD, Sechrest L, Riedel R. Sociodemographic correlates of alexithymia. *Compr Psychiatry*. 1998;39(6):377-85. [Crossref] [PubMed]
60. Mattila AK, Kronholm E, Jula A, Salminen JK, Koivisto AM, Mielonen RL, et al. Alexithymia and somatization in general population. *Psychosomatic Medicine* 2008;70(6):716-22. [Crossref] [PubMed]
61. Levant RF, Hall RJ, Williams CM, Hasan NT. Gender differences in alexithymia. *Psychology of Men & Masculinity*. 2009;10(3):190-203. [Crossref]
62. Yemez B. Aleksitimi ile Demografik Özellikler Arasında İlişki Araştırılması. XXVII. Ulusal Psikiyatri Kongresi, Özet Kitabı. Antalya. 1991.
63. Evren EC, Can S, Evren B, Çakmak D. Yatarak tedavi gören erkek alkol bağımlılarında aleksitiminin depresyon, anksiyete ve erektil işlev bozukluğu ile ilişkisi: Kontrollü bir çalışma. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 2002;12(4):165-73.
64. Faryna A, Rodenhauer P, Torem M. Development of an Analog Alexithymia Scale. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1986;45: 201-6. [Crossref] [PubMed]
65. Kauhanen J, Kaplan GA, Julkunen J, Wilson TW, Salonen JT. Social factors in alexithymia. *Comprehensive Psychiatry*. 1993;34(5):330-5. [Crossref]
66. Gürkan SB. Aleksitimi. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 1996;2(14):99-103.
67. Şahin RA. Peptik Ülserli Hastalarda Aleksitimik Özellikler. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 1992;3(1):26-30.
68. Laos G, Fremaux D, Otmani O, Verrier A. [Prevalence Of Alexithymia In a General Population. Study in 183 "Normal" Subjects and in 263 Students.] *Ann Med Psychol*, 1995;153(5):355-7 [PubMed]