

## Bilişsel ve Nörobiyolojik Yönleriyle Yetişkin Bağlanması

Metehan Irak, Can Soylu ve Dicle Çapan  
*Bahçeşehir Üniversitesi Psikoloji Bölümü*  
*Beyin ve Biliş Araştırmaları Laboratuvarı*

### Giriş

**B**ağlanma teorisi (Bowlby, 1969, 1973, 1980), insanların diğer insanlarla duygusal bağ kurmaya olan evrensel ihtiyaçlarını vurgular. Bowlby'e göre (1969), bağlanma çocuk ve anne, ya da çocuk ve annenin yerine temel bakım veren bir diğer bakıcı arasında gelişen duygusal bağıdır. Bağlanma davranışı, Bowlby tarafından, çocuğun arzu ettiği yakınlığı kurması ve devam ettirmesi için gösterdiği her tür davranış olarak tanımlanır. Bowlby, insanların biyolojik temelli bağlanma sistemlerinin olduğunu ve bu sistemin güvenli bağlanma ile çevreyi keşfetme arasında denge kurmayı amaçladığını öne sürmüştür. Bağlanma teorisine göre, bağlanma figürünün ulaşılmazlığı hem çocuk hem de yetişkinlerin kaygı veya rahatsızlık göstermesinin belirleyicisi olabilir. Bağlanma sistemi koruyucu rolünü yerine getiremediğinde, destek alamayan çocuk veya yetişkin kendini güvende hissetmez. Bu sebeple, güvensiz bağlanan kişiler dünyayı tehlikeli ve beklenmeyen tehditlerle dolu bir yer olarak algılar (Bowlby, 1969, 1973, 1980). Mikulincer ve Shaver (2007, 2012),

hatsızlık ya da olumsuz duygu durumu başlığı altında depresyon, umutsuzluk, öfke, kişiler arası problemler ile birlikte ele alınmıştır. Bu çalışmaların sonuçlarına göre, problem odaklı başa çıkma, algılanan problem odaklı başa çıkma becerisi, kendilik bölünmesi ve saklaması (concealment), bağlanma ile psikolojik rahatsızlıklar arasında aracı rol oynayan değişkenler olarak bulunmuştur (Lopez ve ark., 2001; Lopez ve ark., 2002; Wei ve ark., 2003). Ayrıca, duygusal tepkisellik ve duygusal kopuşun, yetişkin bağlanması ile olumsuz duygu durumu arasında aracı rol oynadığı ortaya konmuştur (Wei ve ark., 2005). Pek çok araştırmacı tarafından, ilerideki çalışmalarda, bağlanma boyutlarını birbirinden ayıracak farklı aracı faktörlerinin bulunması ve özellikle bilişsel yanlılıkların üzerinde durulması önerilmektedir (Mallinckrodt ve Wei, 2005; Wei ve ark., 2005).

### **Bilişsel Yanlılıklar ve Bağlanma**

#### **Duygusal Bilgi İşleme Süreçleri ve Bağlanma**

Kişilerin bağlanma düzeylerinin, sosyal-duygusal ipuçlarına verdikleri tepkileri etkilediği genel olarak kabul görmektedir ve bu amaçla duygusal bilgi işleme süreçleri (emotional information processing) farklı görevler ve uyarıcılar kullanılarak incelenmektedir. Bazı araştırmalarda, farklı duygu yüklü yüz ifadelerindeki değişimin (yansız, mutlu, üzgün, kızgın, vb.), güvensiz bağlanma gösteren kişiler (buna kaygılı ve kaçınımacı bağlanma türleri de dâhildir) tarafından daha erken fark edildiği rapor edilmiştir. Bu sonuçlar bağlanma düzeylerinin, aşına olunmayan sosyal içerikli ve duygusal uyarıların değerlendirilmesini gerektiren algısal görevlerde bile önemli etkileri olabileceği şeklinde yorumlanmıştır (Fraley ve ark., 2006; Niedenthal ve ark., 2002). Benzer etkiler hareketli uyarılar altında da (örneğin; bağlanma içerikli videolar) incelenmiş ve kaygılı bağlanma gösteren kişilerin, güvenli bağlanma gösteren kişilere göre, üzüntü ve korku gibi olumsuz duyguları daha fazla uyarıcı (tetikleyici, etkili) buldukları gösterilmiştir. Ek olarak, kaçınımacı bağlanma tarzına sahip kişilerin ise, olumlu duyguları daha az uyarıcı buldukları görülmüştür (Rognoni ve ark., 2008). Vritcka ve arkadaşları (2012) ise kaçınımacı bağlanmanın, sadece olumlu içerikli görüntüleri hoşnut olarak değerlendirmede bir düşünce yol aç-

lanma boyutundan yüksek puan alanların ise yüksek bilişsel yüklenme durumunda, ayrılık ile ilişkili kelimelere karşı tepki sürelerinin daha az olduğu bulunmuştur (Mikulincer ve ark., 2004). Bu bulgular iki temel noktaya işaret etmektedir: İlki, kaygılı bağlanan kişilerin bağlanma ile ilgili tehdit içeren uyarılara karşı dikkatlerini ketlemelerinin ek çaba gerektiren bir strateji olduğu görülmektedir: İkinci olarak bulgular; yüksek kaçınmacı ve/veya yüksek kaygılı bağlanma özelliklerinin, olumsuz bilgidan kaçınmaya sebebiyet verebileceğine işaret etmektedir. Ancak bu kaçınmaya yönelik bilişsel tarz farklı olabilmektedir.

### **Bellek Süreçleri ve Bağlanma**

Bağlanma düzeylerinin biliş üzerindeki etkilerini araştıran başka bir çalışma alanı da bellek süreçlerine odaklanmaktadır. Bu konudaki ilk çalışmaların birinde Kirsh (1996), duyu yüklü çizimlerin hatırlanması görevinde kaçınmacı bağlanan kişilerin, güvenli ya da kaygılı bağlanan kişilere göre, öfke tasvirlerini daha çok hatırladıklarını göstermiştir. Bundan farklı olarak, Van Emmichoven ve arkadaşları (2003), olumlu, olumsuz, yansız ve tehdit içerikli kelimelerin geri çağırılması görevinde, güvenli bağlanan kişilerin tehdit edici kelimeleri, güvensiz bağlananlara kıyasla, daha iyi hatırladıklarını rapor etmiştir. Edelman (2006) ise kaçınmacı bağlanan kişilerin, bağlanma ile ilişkili olumlu ve olumsuz kelime koşullarında çalışma belleği performanslarında sorunlar olduğunu bulmuştur. Edelman'e göre bu bulgu, kaçınmacı bağlanan kişilerin üzüntü verici bilginin işlenmesini (bir savunma mekanizması olarak) ketleme eğiliminde olduğu yönündeki görüşü desteklemektedir. Buna karşılık bellek çalışmalarından elde edilen sonuçlar arasında tutarsızlıkların bulunduğu ve bağlanma teorisinin bazı açıklamalarıyla bu sonuçların çeliştiği görülmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Kişiyeye ait bağlanma özelliklerinin bellek işleyişinin farklı aşamalarında ne gibi etkilerinin olduğunun açıklığa kavuşturulması için daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Bilişsel süreçler ve bağlanma düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bir arada ele alındığında, bağlanma düzeylerindeki kişisel farklılıkların de-

ğımız insanlarla (evlat, anne-baba, eş, arkadaş gibi) ya da işbirliği içerisinde olduğumuz bizim için önemli diğer insanlarla olan ilişkilerimize ait olumlu duygu deneyimleriyle ilişkili olduğunu ve beyinde ödül ile ilgili bölgelerdeki aktivasyonu arttırdığını belirtmişlerdir.

Güvenli bağlanan kişilerde beyindeki ödül ağında ve ilişkili olduğu orbito-frontal-korteks ve hipotalamus gibi alanlarda daha güçlü faaliyetler görüldüğü ve bu kişilerin gri madde hacimlerinde artış olduğu rapor edilmiştir. Strathearn ve diğerleri (2009) ise, güvenli bağlanan annelerle yaptıkları araştırmada beyindeki ventral striatum faaliyetinin, annelerin, bebeklerinin gülen ya da ağlayan yüz ifadelerini gördükleri durumlar için farklı olduğunu göstermişlerdir. Diğer yandan, kaçınmacı bağlanan kişilerde bu olumlu tepkilerin çok daha zayıf hatta bazı durumlarda hiç olmadığı görülmektedir. Vrticka ve diğerleri (2008), bir çalışmada, ventral striatum ve ventral tegmental alanda, geribildirim içeriğine göre, görülen tepkinin kaçınmacı bağlanma ölçeğinden alınan yüksek puanla ters orantılı olduğunu göstermişlerdir. Buna karşın, kaçınmacı bağlanan kişilerde görülen bu ödül ilişkili bölgelerdeki düşük faaliyetin temelde geçmiş deneyimlere mi yoksa öğrenme mekanizmalarına mı bağlı olduğu henüz netlik kazanmamıştır.

Olumsuz sosyal durumların değerlendirilmesinin kaçınmaya, geri çekilmeye ve hatta savunmaya geçmeye sebep olan ağlarda faaliyete yol açtığı görülmüştür. Genelde olumsuz duygularla ve korkuyla ilişkilendirilen bazı bölgeler, çeşitli rahatsız edici sosyal durumlarda da faaliyet göstermektedir; örneğin, yüz ifadelerinin güvenilmezliğini algılamada amigdala (Engell ve ark., 2007); stres içeren sosyal durumlarda hippokampus (Foley ve Kirschbaum, 2010); psikolojik olarak acı veren ya da sosyal reddedilme durumlarında insula ve orta singulat korteks (Eisenberger ve Lieberman, 2004); sosyal-duygusal çatışma durumunda anterior singulat korteks (Koban ve ark., 2010; Somerville ve ark., 2006); üzüntü ve yas deneyiminde anterior temporal alan (Kersting ve ark., 2009; Levesque ve ark., 2003) faaliyetleri

bişsel yanlılıkları inceleyen bir çalışmada (Warren ve ark., 2010), duygusal Stroop görevinde, daha düşük güvenli senaryo bilgisi olan kişilerin, hoşnut kelimelere ilişkin doğru tepki sayısında azalma ve tepki süresinde de yavaşlama görülmüştür. Bu kişilerde sağ orbito frontal korteksten ve süperior frontal alandan elde edilen faaliyetler olumsuz (hoşnut olunmayan) kelimeler için, yansız kelimelere göre daha fazla olmuştur.

Yetişkin bağlanması ve bişsel süreçler arasındaki ilişkileri inceleyen elektrofizyoloji çalışması yok denecek kadar azdır. Bunun temel nedenlerinden biri, deneysel görevler altında EEG ya da olay-ilişkili potansiyel (OİP) yanıtları alabilecek görevlerin oluşturulmasında yaşanan güçlüklerdir. Zilber ve arkadaşları (2007), bu konudaki çalışmalarının birinde, yüksek düzeyde kaygılı ve kaçınmacı bağlanan kişilerin duygusal resimleri aynı şekilde işlediklerini bulmuşlardır. Kaçınma boyutundan yüksek puan alan kişiler olumsuz duygusal resimlere karşı, bu boyuttan düşük puan alan kişilere göre, yüksek genlikli geç pozitif potansiyel (GPP) tepkileri göstermişlerdir. Benzer olarak, kaygılı bağlanma boyutundan yüksek puan alan kişiler, bu boyuttan düşük puan alan kişilere göre olumsuz duygusal resimlere karşı yine yüksek genlikli GPP'ler göstermişlerdir. Bu sonuçlar, kaygılı ve kaçınmacı bağlanan kişilerin tehdit içerikli bilgileri anında işlemeyi (immediate processing) yüksek düzeyde bastırdıklarına işaret etmektedir. Dan ve Raz'ın (2012) yetişkin bağlanması ile duygusal işleme yanlılığı arasındaki ilişkiyi inceledikleri OİP çalışmasında ise, kaçınmacı bağlanan kişilerin yansız ve öfkeli yüz ifadelerine verdikleri P1 ve C1 tepkileri (sırasıyla, 50 ve 100 ms aralığında elde edilen tepkiler) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kaçınmacı bağlanan kişilerde, öfkeli yüz ifadeleri, yansız yüz ifadelerine göre daha büyük genlikli C1 ve P1 tepkileri ortaya çıkarmıştır. Ancak, hem kaygılı hem de güvenli bağlanan kişilerin yansız ve öfkeli yüz ifadelerine verdikleri OİP tepkilerinde farklılık bulunmamıştır. İlgili literatürde C1 tepkisi içsel durumlara yoğunlaşma ve buna karşın P1 tepkisi ise daha önce üzerinde düşünülmüş olan bir bilginin yeniden işlenmesi sırasında ortaya çıkan en erken tepkiler olarak tanımlan-

kalıcı hale gelmesine yetecek kadar saklamadıkları yönünde yorumlanmıştır.

Bağlanma kuramı, kişiler arası ilişkiler, evlilik, ebeveyn tutumları, çocuk yetiştirme, duygu durum bozuklukları (stres, kaygı ve depresyon gibi) gibi gündelik hayatla doğrudan ilişkili ve bu konularla ilgili doğurguları olduğu davranışsal çalışmalarca ortaya konmuş bir kuramdır. Bilişsel süreçler ve bağlanma düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bir arada ele alındığında, bağlanma düzeylerindeki bireysel farklılıkların değişik türlerdeki bilişsel ve duygusal süreçlerde, özellikle bağlanmaya uygun ya da uygun olmayan sosyal durumlarda, çeşitli etkilere yol açtığı açıkça görülmektedir. Ayrıca bu etkilerin, farklı işlevler üzerinde otomatik ve/veya örtülü (hatta farkında olmadan), istemli ya da bilinçli düzeyde ortaya çıkabildiği bilinmektedir. Genel sosyal biliş ve duygu işleme süreçleri modelleri bu etkilerin beyinde belli yolları izliyor olabileceğine işaret etse de halen tam olarak bu etkiler ile ilişki içerisindeki nöral mekanizmalar keşfedilmemiş durumdadır. Yetişkin bağlanma özelliklerinin bilişsel süreçlerin farklı türlerinde ve aşamalarında ne gibi etkilerinin olduğu henüz açıklığa kavuşturulmamıştır. Özellikle farklı bağlanma düzeylerine sahip olan bireylerin, yeni bir bilgiyi algılama, öğrenme ve hatırlama süreçlerinin farklı olup olmadığı ve bu işlemlerin, beynin nörobiyolojik tepkilerine etki edip etmediği açıklığa kavuşmamıştır. Bununla birlikte kuramın nörobiyolojik temelleri ve bilişsel süreçlerle olan ilişkisi konusundaki sorular henüz giderilebilmiş değildir.

Farklı bağlanma düzeyleri ve duyguları düzenleme arasındaki ilişkide bilişsel süreçlerin aracı rolü olduğuna işaret eden çok az sayıda araştırma bulunmaktadır. Ancak bilişsel süreçler açısından, bu aracı rolde farklı bilişsel süreçlerin nasıl işlediği ya da literatürde öne sürüldüğü şekliyle bilişsel süreç yanlılıklarının nasıl olduğu ise açıklık kazanmamıştır. Diğer bir deyişle, bu ilişkideki yanlılığın bilgi işleme süreçlerinin hangi aşamasında ya da aşamalarında meydana geldiği bilinmemektedir.

Bu açıdan bakıldığında bu konuyla ilgili iki temel sorun alanı olduğu gö-

araştırma yaklaşımıyla incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

### Kaynaklar

- Aydınığlu, B.A. (2014). *Neurobiological mechanism of adult attachment and anxiety symptoms: The mediator role of cognitive biases and affect regulation*. Unpublished Master Thesis, Bahcesehir University Institute of Social Sciences.
- Bailey, H.N., Paret, H.N., ve Batista, X.Y. (2012). Attachment anxiety and attentional control predict immediate and delayed emotional Stroop interference. *Emotion, 12*, 376-83.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. 1. *Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2. *Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Vol. 3. *Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., ve Shaver, P. R. (1998). *Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview*. In J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships. New York: Guilford Press.
- Coan, J.A., Schaefer, H.S., ve Davidson, R.J. (2006). Lending a hand: social regulation of the neural response to threat. *Psychological Science, 17*, 1032-1039.
- Dan, O., ve Raz, S. (2012). Adult attachment and emotional processing biases: An Event-Related Potentials (ERPs) study. *Biological Psychology, 91*, 212-220.
- Dewitte, M., ve De Houwer, J. (2008). Adult attachment and attention to positive and negative emotional face expressions. *Journal of Research in Personality, 42*, 498-505.
- Dewitte, M., De Houwer, J., Koster, E. H. W., ve Buysse, A. (2007). What's in a Name? Attachment related attentional bias. *American Psychological Association, 7*, 535-545.
- Di Russo, F., Martinez, A., ve Hillyard, S. A. (2003). Source analysis of event-related cortical activity during visuo-spatial attention. *Cerebral Cortex, 13*, 486-499.

- Irak, M., Soylu, C., Çapan, D., ve Aydınöglu, B.A. (2015). *Comparison between anxious and avoidant attachment styles on implicit memory: An event-related potential study*. American Psychological Association, 123<sup>rd</sup> Annual Convention, August 6-9 2015, Toronto, Canada.
- Irak, M., Soylu, C., ve Özgör, C. (2014). *Electrophysiological properties of correct and incorrect face-name recognition*. Organization of Human Brain Mapping Conference, June 8-12, 2014, Hamburg, Germany.
- Kersting, A., Ohrmann, P., Pedersen, A., Kroker, K., Samberg, D., Bauer, J., ve Suslow, T. (2009). Neural activation underlying acute grief in women after the loss of an unborn child. *The American Journal of Psychiatry*, 166, 1402-1410.
- Koban, L., Pourtois, G., Vocat, R., ve Vuilleumier, P. (2010). When your errors make me lose or win: event-related potentials to observed errors of cooperators and competitors. *Social Neuroscience*, 5, 360-374.
- Kim, P., Feldman, R., Mayes, L., Eicher, V., Thompson, N., Leckman, J., ve Swain, J.E. (2011). Breast feeding, brain activation to own infancy, and maternal sensitivity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52, 907-915.
- Kim, P., Leckman, J.F., Mayes, L. C., Feldman, R., Wang, X., ve Swain, J.E. (2010a). The plasticity of human maternal brain: longitudinal changes in brain anatomy during the early postpartum period. *Behavioral Neuroscience*, 124, 695-700.
- Kim, P., Leckman, J.F., Mayes, L. C., Newman, M.A., Feldman, R., ve Swain, J.E. (2010b). Perceived quality of maternal care in childhood and structure and function of mothers' brain. *Developmental Science*, 13, 662-673.
- Kirsh, S.J. (1996). Attachment style and recognition of emotionally laden drawings. *Perceptual and Motor Skills*, 83, 607-610.
- LeDoux, J. (2012). Rethinking the emotional brain. *Neuron*, 73, 653-676.
- Levesque, J., Eugene, F., Joannette, Y., Paquette, V., Mensour, B., Beaudoin, G., ve Bearegard, M. (2003). Neural circuitry underlying voluntary suppression of sadness. *Society of Biologi-*



82, 419-433.

- Phillips, M.L., Drevets, W.C., Rauch, S. L., ve Lane, R. (2003a). Neurobiology of emotion perception I: the neural basis of normal emotion perception. *Biological Psychiatry*, *54*, 504-514.
- Phillips, M. L., Drevets, W.C., Rauch, S.L., ve Lane, R. (2003b). Neurobiology of emotion perception II: implications for major psychiatric disorders. *Biological Psychiatry*, *54*, 515-528.
- Porges, S.W. (2003). Social engagement and attachment a phylogenetic perspective. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1008*, 31-47.
- Rognoni, E., Galati, D., Costa, T., ve Crini, M. (2008). Relationship between adult attachment patterns, emotional experience and EEG frontal asymmetry. *Personality and Individual Differences*, *44*, 909-920.
- Shaver, P. R., ve Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, *4*, 133-161.
- Somerville, L.H., Heatherton, T. E., ve Kelley, W.M. (2006). Anterior cingulate cortex responds differentially to expectancy violation and social rejection. *Nature Neuroscience*, *9*, 1007-1008.
- Strathearn, L., Fonagy, P., Amico, J., ve Montague, P.R. (2009). Adult attachment predicts maternal brain and oxytocin response to infant cues. *Neuropsychopharmacology*, *34*, 2655-2666.
- Van Emmichoven, I. A. Z., Van Ijzendoorn, M. H., De Ruiter, C., ve Brosschot, J. F. (2003). Selective processing of threatening information: Effects of attachment representation and anxiety disorder on attention and memory. *Development and Psychopathology*, *15*, 219-237.
- Vrticka, P., Andersson, F., Grandjean, D., Sander, D., ve Vuilleumier, P. (2008). Individual attachment style modulates human amygdala and striatum activation during social appraisal. *PLOS One*, *June 6*, 135-48. doi: 10.1371/journal.pone.0002868.
- Vrticka, P., Sander, D., ve Vuilleumier, P. (2012). Influence of adult attachment style on the perception of social and non-social emotional scenes. *Journal of Social and Personal Relation-*

Bilişî oluşturan alt süreçlerin gerek sağlıklı insanda gerekse de farklı davranış bozukluklarında nasıl işlediğine ilişkin cevaplanması gereken sorular yanıt buldukça, beyin-davranış ilişkisini anlamaya bir o kadar yaklaşabiliyoruz. Görüntüleme yöntemlerinin daha yaygın kullanılması ile birlikte, beyin-davranış ilişkisini açıklamaya yönelik bugün elimizde azımsanmayacak ölçüde başarılı modeller ve yaklaşımlar bulunmaktadır. Bu yaklaşımların kendini yenileme hızı da oldukça dikkat çekicidir. Elimizdeki bu kitap, beyin-davranış ilişkisini anlama ve açıklamaya yönelik yaklaşımlar temelinde, farklı davranış bozukluklarında, bilişsel süreçlerin nasıl etkilendiğini anlamaya yönelik kapsamlı ve güncel bilgiler sunmaktadır. Bilişsel süreçlerin işleyişinin, davranış bozukluklarının teşhisi, tedavisi ve hatta önlenmesinde ne derece önemli olduğuna ilişkin kanıtları kitap boyunca görebileceksiniz.

BARKOD GELECEK



BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI

## Davranış Bozuklukları ve Biliş

• Editör: Metehan IRAK

BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI

# Davranış Bozuklukları ve Biliş

• Editör: Metehan IRAK

BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI