



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK İLİŞKİ İSTİKRARININ YORDAYICILARI
OLARAK BAĞLANMA VE BENLİK DEĞİŞİMİ

Ayşegül ÖZSOLAK

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2022



Liderlik, araştırma, inovasyon, kaliteli eğitim ve değişim ile

Daha ileriye... En İyiyeye...



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK İLİŞKİ İSTİKRARININ YORDAYICILARI
OLARAK BAĞLANMA VE BENLİK DEĞİŞİMİ

ATTACHMENT AND SELF-CHANGE AS PREDICTORS OF ROMANTIC RELATIONSHIP
STABILITY IN UNIVERSITY STUDENTS

Ayşegül ÖZSOLAK

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2022

Kabul ve Onay

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Ayşegül ÖZSOLAK'ın hazırladığı “Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki İstikrarının Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Benlik Değişimi” başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından **Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı

Prof. Dr. Türkan DOĞAN

Jüri Üyesi (Danışman)

Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST

Jüri Üyesi

Doç. Dr. Nurten KARACAN
ÖZDEMİR

Jüri Üyesi

Dr. Öğr. Üyesi Leyla ERCAN

Jüri Üyesi

Dr. Öğr. Üyesi Olcay YILMAZ

İkinci Tez Danışmanı

Doç. Dr. Seval KIZILDAĞ
ŞAHİN

Enstitü Yönetim Kurulunun
09/02/2021 Tarihli ve 2021-
06/26 sayılı kararı.

Bu tez Hacettepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından 15 / 06 / 2022 tarihinde uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunca / / tarihi itibarıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Selahattin GELBAL

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Öz

Üniversite öğrencileri ile yapılan bu çalışmanın birinci amacı üniversite öğrencilerinde bağlanma ve benlik değişiminin ilişki istikrarını yordayıp yordamadığı iken; ikincisi cinsiyete, yaşa ve ilişki süresine göre ilişki istikrarının değişip değişmediğini incelemektir. Araştırma grubu en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplayabilmek amacıyla İlişki İstikrarı Ölçeği, Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinde benlik değişimi ve bağlanmanın ilişki istikrarını yordama gücünü belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Katılımcıların ilişki istikrarı düzeylerinde cinsiyet ve yaşa göre fark olup olmadığını belirlemek için bağımsız gruplar için t testi yapılmıştır. İlişki istikrarı düzeylerinde romantik ilişki süresine göre fark olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi ve Kruskal Wallis-H kullanılmıştır. Analizden elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin benlik genişlemesi, benlik daralması, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordarken; benlik genişlemesi, benlik kirlenmesi, benlik daralması ve kaygılı bağlanma seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki yatırımı düzeyini anlamlı düzeyde yordarken; benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve kaçınmacı bağlanma bağlanımı anlamlı düzeyde yordamaktadır. Ayrıca ilişki doyumu ve ilişki yatırımı düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı olarak fark varken; ilişki doyumu, ilişki yatırımı ve bağlanım düzeylerinde devam eden romantik ilişkinin süresine göre anlamlı fark vardır. Ancak ilişki istikrarının alt ölçekleri yaşa göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Elde edilen bulgular ilişki istikrarına ilişkin literatür doğrultusunda tartışılarak yorumlanmış ve araştırmacı ve uygulamacılara öneriler sunulmuştur.

Anahtar sözcükler: ilişki istikrarı, ilişki doyumu, benlik değişimi, bağlanma

Abstract

The aim of this study is to investigate whether attachment and self-change predicted relationship stability in university students, as well as to examine whether relationship stability changes according to gender, age, and the duration of relationship. In data collection, the Relationship Stability Scale, the Turkish Self-Change in Romantic Relationships Scale, the Experiences in Close Relationships Inventory II and the Personal Information Form were used. In method, multiple linear regression analysis was performed to determine the predictive power of self-change and attachment on relationship stability. The independent samples T-test was carried out to see if the relationship stability differed according to gender and age. The one-way analysis of variance and Kruskal Wallis-H test were used to determine whether relationship stability differed according to the duration of relationship. The results showed that the participants' self-expansion, self-contraction, and levels of anxious-attachment and avoidant-attachment significantly predict the level of relationship satisfaction. Moreover, self-expansion, self-contamination, self-contamination, and anxious-attachment were found to predict significantly the level of evaluating the quality of options. It was also revealed that self-expansion, self-contraction, self-contamination, anxious-attachment, and avoidant-attachment significantly predict the level of relationship investment; whilst self-expansion, self-contraction, self-contamination, and avoidant-attachment significantly predict commitment. In addition, there was a significant difference in relationship satisfaction and relationship investment with regard to gender, as well as a significant difference in the level of relationship satisfaction, relationship investment, and commitment with regard to the duration of romantic relationship. Accordingly, the findings have been discussed in line with the literature, and some suggestions were offered.

Keywords: relationship stability, relationship satisfaction, self-change, attachment

Teşekkür

Zorlandığım ve acaba yapabilecek miyim diye her şüpheyeye düşüşümde elimden tutan, beni hep güçlendirmeye çalışan, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen ve bana inanmaktan hiç vazgeçmeyen, sadece bir tez danışmanından çok daha fazlasıyla her sorunumda yanımda olan, sadece tezimi nasıl yazacağımı değil, nasıl güçlü kalacağımı, stresle nasıl başa çıkacağımı ve en önemlisi nasıl iyi bir insan, iyi bir akademisyen olacağım konusunda rol model almaya çalıştığım ve beni kendime inandırıp tezimi bitirebilmemde en büyük paya sahip olan Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST hocama sonsuz teşekkür ederim.

Lisans hayatımda Hacettepe Üniversitesi'nde yüksek lisans yapmak istiyorum diye kapısına gittiğim Sayın Doç. Dr. Seval KIZILDAĞ ŞAHİN hocamın bütün destekleri ile hayallerimi gerçekleştirdiğim bu yolda ikinci tez danışmanım olması benim için tarifi imkânsız güzellikte bir şanstır. İkinci danışmanım olmasının yanı sıra hayatımın her alanında bana desteğini hiç esirgemeyen, sabırla her sorunumu dinleyen, her fırsatta benim kendime daha fazla inanmamı sağlayacak şefkatli sözleri ile beni motive eden, hayatımdaki yeri bambaşka olan, hayran olduğum ve hep örnek almaya çalıştığım çok değerli Seval hocama çok teşekkür ederim.

Tez savunma jürisinde yer alan değerli hocalarım Prof. Dr. Türkan DOĞAN'a Doç. Dr. Nurten KARACAN ÖZDEMİR'e, Dr. Öğr. Üyesi Olcay YILMAZ'a ve Dr. Öğr. Üyesi Leyla ERCAN'a tezimin daha nitelikli bir çalışma olması için verdikleri dönütler ve öneriler için ayrı ayrı çok teşekkür ederim.

Küçük yaşlardan beri hayallerime tanıklık eden, hayallerimin gerçekleşeceğine olan inancını hiç kaybetmeyip bana ve hayallerime her zaman inanan, başarılarıma benim kadar sevinen ve her zaman yanımda olan Merve Betül KERTMEN'e, ben yorulsam bile her zaman başaracağıma inanan, beni motive eden, sevincimle sevinen, her derdime ortak olan ve en önemlisi kalbiyle ve merhametiyle bana örnek olan İrem KURKAL SUZER'e, sürekli beni güldürerek ve adeta çalar saatim edasında beni ders çalışmam için bıkmadan uyandıran, her zaman güç veren ve çalışma bilinciyle de bana örnek olan Gamze ŞAHBAZ'a, yüksek lisans

ile hayatıma giren ancak bütün hayatımı renklendiren, sohbet ederken zamanın nasıl geçtiğini anlamadığım, her konuyu konuşabildiğim Hacettepe'nin bana kazandırdığı en değerli arkadaşım Sıla ARIK'a, veri toplama sürecimden tez savunma sınavı sürecime kadar desteğini hiç esirgemeyen Esra ÇOHADAR'a ve her zaman bir telefon uzağımda olan ve bana hep umut veren Adem KANTAR, Çağatay TOKGÖZ, İbrahim AKMEŞE ve Muhammet SİZOR'a çok teşekkür ederim.

Analizlerim konusunda anlamadığım her şeyi rahatlıkla sorabildiğim ve yardımlarını hiç esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi İbrahim DADANDI hocama ve tezimi yazmaya çalışırken iş hayatımı kolaylaştırmaya çalışan ve bana hep yol gösteren Dr. Öğr. Üyesi Ahmet Çağlar ÖZDOĞAN hocama çok teşekkür ederim.

En büyük teşekkür ise aileme. Yüksek lisans yapmak istiyorum dediğim günden beri nasıl mutlu olacaksan ben arkadayım diyen, desteğini hiç esirgemeyen ve bana inanmaktan hiç vazgeçmeyen, maddi ve manevi bu günlere gelebilmem için her şeyi yapan canım babam Hacı ÖZSOLAK'a, benim düşünemediğim bir sürü ayrıntıyı düşünüp destek olan, yorgunluğumu ve stresimi anlattığımda hep beni sakinleştiren canım annem Leyla ÖZSOLAK'a hayatın her aşamasında yanımda olduğunu hissettiren, her konuyu konuşabildiğim ve fikirleri ile yolumu aydınlatmaya çalışan, çalışkanlığı ile örnek almaya çalıştığım canım ağabeyim Murat ÖZSOLAK'a çok teşekkür ederim.

İçindekiler

Kabul ve Onay.....	ii
Öz	iii
Abstract.....	iv
Teşekkür	v
Tablolar Dizini	ix
Şekiller Dizini.....	x
Simgeler ve Kısaltmalar Dizini	xi
Bölüm 1.....	1
Giriş	1
<i>Problem Durumu.....</i>	1
<i>Araştırmanın Amacı ve Önemi.....</i>	5
<i>Sayıtlılar.....</i>	7
<i>Sınırlılıklar.....</i>	7
<i>Problem Cümlesi</i>	8
<i>Tanımlar</i>	9
Bölüm 2.....	11
Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi ve İlgili Araştırmalar	11
<i>İlişki İstikrarı.....</i>	11
<i>Benlik Değişimi</i>	17
<i>Bağlanma Kuramı</i>	19
<i>İlgili Araştırmalar.....</i>	27
Bölüm 3.....	34
Yöntem.....	34
<i>Araştırma Yöntemi.....</i>	34
<i>Araştırma Grubu</i>	34
<i>Veri Toplama Araçları</i>	35
<i>Veri Toplama Süreci</i>	38
<i>Verilerin Analizi.....</i>	39
Bölüm 4.....	44
Bulgular ve Yorumlar	44
<i>İlişki İstikrarının Yordayıcılarına İlişkin Bulgu ve Yorumlar</i>	44
<i>Demografik Değişkenlere Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular.....</i>	48
Bölüm 5.....	58
Sonuç, Tartışma ve Öneriler.....	58

<i>Sonuçlar</i>	58
<i>Tartışma</i>	60
<i>Öneriler</i>	69
Kaynaklar	72
EK-A Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Uygulama İzinleri	lxxxiii
EK-B Örnek Ölçek Maddeleri	lxxxvi
EK-C Veri Toplama İzni.....	xcii
EK-D Sosyal Medya Metni.....	xciii
EK-E İlişki İstikrarı Ölçeği Değişkenlerin Kategorilerine Göre Normallik Tablosu	xciv
EK-F Etik Komisyon İzni	xcv
EK-G Etik Beyanı	xcvi
EK-H Yüksek Lisans Tez Çalışması Orijinallik Raporu	xcvii
EK-I Thesis/Dissertation Originality Report.....	xcviii
EK-İ Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı	xcix

Tablolar Dizini

Tablo 1 Araştırmaya Katılan Bireylerin Demografik Özellikleri.....	35
Tablo 2 Alt Boyutlara İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu.....	40
Tablo 3 Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizi Tablosu.....	42
Tablo 4 İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	45
Tablo 5 Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilme Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları	46
Tablo 6 İlişki Yatırım Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları.....	47
Tablo 7 Bağlanım Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları.....	48
Tablo 8 Cinsiyete Göre İlişki İstikrarı Puanlarına İlişkin t-Testi Sonuçları.....	49
Tablo 9 Yaşa Göre İlişki İstikrarı Puanlarına İlişkin t-Testi Sonuçları.....	51
Tablo 10 İlişki Süresine Göre Bağımsız Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	52
Tablo 11 Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilmesi, İlişki Yatırımı ve Bağlanım Değişkenlerinde Devam Eden Romantik İlişki Süresine Dayalı Farklılıklara İlişkin ANOVA Sonuçları.....	54
Tablo 12 İlişki Yatırım Düzeyinin İlişki Süresine Göre Çoklu Karşılaştırma Tablosu.....	55
Tablo 13 Bağlanım Düzeyinin İlişki Süresine Göre Çoklu Karşılaştırma Tablosu.....	56
Tablo 14 İlişki Doyumu Düzeyi Değişkeninin İlişki Süresine Dayalı Farklılıklara İlişkin Kruskal-Wallis Sonuçları.....	57

Şekiller Dizini

Şekil 1 Yatırım Modelinin Bileşenleri	14
Şekil 2 İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli.....	19



Simgeler ve Kısaltmalar Dizini

İİÖ: İlişki İstikrarı Ölçeği

SPSS: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (Statistical Package Program for the Social Sciences)

TRİBDÖ: Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği

YİYE-II: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II



Bölüm 1

Giriş

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, amacı ve önemi, araştırma problemleri, alt problemler, sınırlılıklar ve sayıtlılar açıklanmıştır. Ayrıca çalışmanın temel kavramlarına ilişkin tanımlamalara da yer verilmektedir.

Problem Durumu

İnsan sosyal bir varlıktır ve yaşamın bir gereği olarak diğer insanlarla iletişim kurmaktadır. Doğum öncesi süreç dahil olmak üzere bireyin yaşamının bütün evrelerinde kişilerarası ilişkiler kurması en temel ihtiyaçlarından biridir (Kızıldağ, 2019). Potansiyel yeterliklerini geliştirmek için ve gelecekteki hedeflerine ulaşmanın daha muhtemel olması için psikolojik kaynaklarını inşa etmenin yollarını ararlar. Bunu başarmak için ise ya bireysel arayışlar içinde bulunurlar ya da başkalarıyla yakın ilişkiler kurarak bakış açılarını, kimliklerini, kaynaklarını ve yeteneklerini genişletmeye çalışırlar (Aron vd., 2013).

Başkaları ile kurulan ilişki biçimlerinden romantik ilişki, ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki ve arkadaşlık ilişkisinin bütünü yakın ilişki olarak adlandırılmaktadır (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Yakın ilişkiler en başta bakım verenle ve aile ile başlar ardından okul, öğretmenler, arkadaşlar, meslektaşlar, romantik partnerler gibi değişen çevreyle ve zamanla çeşitlenir. Kurulan bu ilişkilerle birlikte bireyin hem benlik algısı hem de dünyaya yönelik algısı şekillenmektedir (Kızıldağ, 2019).

Yakın ilişkiler kurabilme gibi beliren yetişkinlik dönemine özgü birçok gelişimsel görevi içinde barındıran üniversite yaşamı; aileden ayrılma, yeni akademik ve sosyal yaşama uyum sağlama, romantik partnere yakınlık gösterebilme ve kişilik gelişimini tamamlama gibi çoklu görevlerin olduğu zorlu bir süreçtir. Bu süreçte, sosyal ve duygusal uyumun artmaya başlaması ve ergenlik döneminden yetişkinlik dönemine geçişin sağlıklı bir şekilde sağlanabilmesi için yakın ilişkilerin daha fazla önem kazanmasının bir sonucu olarak üniversite öğrencileri yakın ilişkiler kurmaya ya da varolan ilişkilerini sürdürmeye daha fazla istekli hale gelmektedirler

(Erikson, 1968; Mosher ve Danoff-Burg, 2007). Dolayısıyla bireyler bu dönemde yüzeysel ve istikrarsız ilişkilerden, daha derin ve istikrarlı ilişkilere doğru bir değişim yaşamaktadır (Shulman ve Connolly, 2013).

Yakın ilişkilerin tümü bireyin hayatında oldukça önemli bir yere sahiptir. Ancak romantik ilişki, diğer yakın ilişki türlerinden oldukça farklı anlamlar içermektedir (Büyükşahin, 2006). En önemli yakın ilişkilerden olan romantik ilişkiler genç yetişkinlerin neredeyse yaşamlarının merkezinde yer almaktadır ve 18-26 yaş arasındaki bireylerin en önemli psikososyal gelişim görevlerindendir (Erikson, 1968). Romantik ilişkilerin yoğun olduğu üniversite yaşamı, bireylerin yeni ilişkilere girdiği ve bu ilişkileri kalıcı hale getirmeye çalıştığı bir dönem olarak da görülebilir (Saraç vd., 2015). İstikrarlı bir romantik ilişkiye sahip olmak ise bireyin psikosoyale ve benlik gelişiminde büyük bir öneme sahiptir (Furman ve Rose, 2015). Ayrıca istikrarlı romantik ilişki bireyin iyi oluşu (Dush ve Amato, 2005; Erikson, 1968) ve fiziksel sağlığı (Bookwala, 2005) ile de yakından ilişkilidir.

Sağlıklı ilişkilerde bireyler birbirlerinin gelişimini desteklemektedir. Duygularının farkındadırlar ve birbirlerine duygularını ifade ederler (Gladding, 2012). Ancak, ilişki istikrarını etkileyen faktörler incelendiğinde bireylerin ilişkilerine ve partnerlerine harcadıkları emek, ilişkiden aldıkları doyum, bağlanım düzeyleri, partnerlerinden aldıkları destek ve ilgiyi başka kaynaklardan sağlayıp sağlamayacaklarına ilişkin görüşlerinin ve daha birçok değişkenin önemli olduğu görülmüştür (Aktaş-Akbayrak, 2019; Taylor vd., 2003). Rusbult ve diğerlerine (1986) göre bireylerin ilişkileri sürdürme veya sonlandırma kararı üç faktöre bağlıdır. Bu faktörler ilişki doyumu, ilişki yatırımı ve seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyidir. Bu üç faktör bağlanımı da şekillendirmektedir. Rusbult'a (1983) göre sağlıklı bir romantik ilişkide ilişki doyumu ve ilişki yatırımı arttıkça bağlanım artacak, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi ise azalacaktır ve ilişki sürmeye devam edecektir. Ancak yine sağlıklı bir romantik ilişkide ilişki doyumu ve ilişki yatırımı azaldıkça bağlanım azalacak, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi artacak ve ilişkiyi bitirme kararı alınacaktır.

Romantik ilişkilerde etkileşimin önemini ve bireylerin birbirinin birçok yönünü şekillendirdiğini vurgulayan Thibaut ve Kelley'e (1959) göre çiftlerden birine ait duygu, düşünce veya davranışların değişmesi ya da sabit kalması diğer bireyin de duygu, düşünce ve davranışlarını etkilemektedir. Diğer bir deyişle kurulan tüm yakın ilişkiler bireylerin benliklerinde pozitif veya negatif bir etki yaratma potansiyeline sahiptir (Dinçer, 2017). Dahası bu ilişkiler bireylerin benliklerini etkilemenin ötesinde değiştirme potansiyeline de sahiptir (Tuncer, 2019). Benliğin dinamik yapısı göz önüne alındığında yakın ilişkilerden dolayı benliğin olumlu ya da olumsuz özellikler elde etmesi veya içeriğinde artma ya da azalma yaşanması oldukça doğaldır. Bu değişimlerin romantik ilişkiyi şekillendirmesi ise kaçınılmazdır. Mattingly ve diğerlerine (2014) göre bu değişimler iki boyutta gerçekleşmektedir; yön boyutu ve değerlik boyutu. Yön benliğin içeriğindeki artış veya azalış anlamına gelirken; değerlik ise benliğin içeriğinin olumlu veya olumsuz olması anlamına gelmektedir. Benlik değişimi dört şekilde meydana gelmektedir: Benlik genişlemesi (bireyde artan pozitif özellikler), benlik daralması (bireyde azalan pozitif özellikler), benlik budanması (bireyde azalan negatif özellikler), benlik kirlenmesi (bireyde artan negatif özellikler).

Romantik ilişkiden alınan doyum, bağlanım, yapılan yatırım ve bu ilişkinin istikrarı ilişkideki kişilerin duygularını, düşüncelerini, davranışlarını ve ilişkilerini etkilediği kadar kişilerin sahip oldukları bağlanma stilleri de bireyleri ve dolayısıyla ilişkilerini ve ilişkiye dair birçok duygu, düşünce ve davranışlarını etkilemektedir. Morgan ve Shaver'a (1999) göre romantik ilişkide istikrarın, ilişkiden alınan doyumun ve bağlanımın anlaşılabilmesi için öncelikle bireylerin partnerlerine bağlanma stillerinin anlaşılması gerekmektedir. Bowlby'nin (1973) insanların diğer insanlarla bağlar kurma eğilimini kavramsallaştırdığı ve bu bağın doğumda bakım verenle başlayıp romantik ilişkide partnere bağlanmayı da etkilediği bağlanma kuramı, yakın ilişkilerin de temelini oluşturabilecek yapıdadır. Hazan ve Shaver (1987) bireyin erken yaşlarda bakım veren ile kurduğu ilişkinin bir benzerini romantik ilişkideki partneriyle de kurduğunu ileri sürmüştür. Bakım veren ile bebek arasındaki bağlanma ilişkisi güvenli ise bebeğin yetişkinlikte kurduğu ilişkilerin de güvenli olduğu, erken dönemdeki bu bağ güvensiz

ise yetişkinlikte kurduğu ilişkilerin de güvensiz olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır (Waters vd., 2000). Bu durum bağlanma kuramının romantik ilişkilerdeki partnere bağlanma için de kullanılabileceğini göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bowlby'e (1973) göre bebek eğer bakım verene istediği zaman ulaşabileceğinden emin olursa ve bakım verenden olumlu ve destekleyici tepkiler alırsa bakım verenin güvenilir olduğuna ve kendisinin de sevmeye değer olduğuna ilişkin zihinsel temelleri oluşur. Ancak bunun tersine eğer bebek bakım verene istediği zaman ulaşamayacağını düşünürse, ulaştığı zaman da olumsuz tepkiler alırsa veya bakım verenle kurduğu bağ koparsa bakım verenin güvensiz olduğuna ve kendisinin de sevmeye değer olmadığına ilişkin zihinsel temelleri oluşur. Zihinsel modellerin pozitif veya negatif olması ise bireyin kişilerarası ilişkileri ve benlik algısı ile yakından ilişkilidir (Main vd., 1985).

Romantik ilişkilerin bireyin yaşamındaki önemli rolü düşünüldüğünde ilişki istikrarının da önemi dikkat çekmektedir. Erken dönem çocukluk yaşantısının bir sonucu olan bağlanma stili ve romantik ilişkide yaşanan değişimlerin benliğinde yarattığı farklılaşmalar bireyin romantik ilişkiden alacağı doyumu, ilişkiye yapacağı yatırımı, ilişkiye bağlanımını ve başka mevcut seçeneklere rağmen ilişkide kalıp kalmayacağını dolayısıyla da ilişkiyi sürdürme veya sonlandırma kararını etkileyecek önemli faktörlerdir.

İlişki istikrarına ilişkin yapılan birçok çalışmada en çok üzerinde durulan faktörlerden biri de cinsiyettir (Aslan-Yılmaz, 2019; Beştav, 2007; Buğa, 2009; Rusbult vd.,1986; Rusbult vd., 1998; Sarı, 2008; Vaillant ve Vaillant, 1993). Cinsiyet rollerinin yaşamın tüm yönlerini şekillendirdiği düşünüldüğünde romantik ilişkileri de büyük ölçüde etkilemesi beklenen bir durumdur. Özellikle toplumun cinsiyete ilişkin yaklaşımları ile şekillenen ilişkilerin bir sonucu olarak bireyin cinsiyetinin; ilişkiden alacağı doyum, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi, ilişki yatırımı ve bağlanım düzeyini etkileme olasılığının oldukça yüksek olduğu düşünülmektedir. İlişki istikrarına ilişkin yapılan birçok çalışmada en çok üzerinde durulan faktörlerden diğerleri ise devam eden romantik ilişki süresi ve yaşıdır. Bireyin ilişkide geçirdiği zamanın ilişkiyi bitirme veya sürdürme kararını üzerinde önemli bir etken olduğu birçok

çalışmada görülmektedir (Çelik-Zeren, 2020; Le ve Agnew, 2003; Rusbult, 1983; Rusbult, vd., 1986; Yılmaz ve Gündüz, 2021). Ayrıca değişen yaş ile gelişim görevlerinin de değişmesi ve dolayısıyla romantik ilişkilerin şekillenmesi oldukça doğaldır. Üniversite dönemi gelişim görevlerinden biri yakın ilişkiler kurmak olduğundan bireyin yaşı ile ilişki istikrarı arasında da bir ilişki olabileceği düşünülmektedir. Bütün bu bilgilerden hareketle bu araştırmanın problemi üniversite öğrencilerinin romantik ilişki istikrarının yordayıcıları olarak bağlanma, benlik değişimi, cinsiyet, yaş ve devam eden romantik ilişki süresi şeklinde tanımlanmıştır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmanın iki temel amacı bulunmaktadır: Birincisi, bağlanma ve benlik değişimi değişkenlerinin ilişki istikrarını yordayıp yordamadığı; ikinci olarak ise cinsiyete, yaşa ve devam eden romantik ilişki süresine göre ilişki istikrarı düzeyinde fark olup olmadığını ortaya koymaktır.

Yakın ilişkiler bireylerin kendileriyle ilgili tanımlamalar yaparken başvurdukları büyük önem taşıyan yaşantılardır. Sosyal bir varlık olan bireyin insanlarla etkileşiminde en temel dinamiklerden biri romantik ilişkilerdir. Bireyin sağlıklı ya da sağlıklı bir romantik ilişki içinde olması yaşamını büyük ölçüde etkilemektedir. Bir başka ifade ile romantik ilişkiler bireyin diğer yaşam alanlarından ayrı düşünülemez. Sağlıklı bir yakınlık ilişkisi bireyin ruhsal açıdan sağlıklı bir bütünlüğe ve riskli davranışlardan kaçınma gücüne sahip olma gibi birçok özelliğini etkilemektedir.

Çift terapisi veya romantik ilişkileri ele alan bireyle psikolojik danışma süreçleri giderek daha fazla gereksinim duyulan ruh sağlığı hizmetlerindendir. Bu sebeple bağlanma stillerini ve bireyin romantik ilişkileri üzerindeki etkilerini fark etmek, romantik ilişki sürecinde meydana gelen benlik değişimi süreçlerinin nasıl ele alınacağı, olumlu benlik değişimi için neler yapılabileceği, olumsuz benlik değişimi süreçlerinde ne gibi önlemler alınabileceğine ilişkin çalışmalar yapmak ve bütün bu değişkenlerin bireyin ilişkiyi sürdürme veya bitirme kararını nasıl etkilediğini anlamak, psikoloji alan yazını ve psikolojik danışma hizmetleri açısından romantik ilişkinin doğasının anlaşılmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Romantik ilişkileri devam ettirme veya sonlandırma kararını belirleyen sebepler üzerine çalışmalar yapmak romantik ilişkilerin istikrarını anlamak açısından da oldukça önemlidir (Le ve Agnew, 2003). İlgili alanyazın incelendiğinde ilişki istikrarı ile farklı değişkenlerin ilişkisini inceleyen araştırmalar olduğu görülmektedir. Bireylerin sahip oldukları bağlanma stilleri (Kirkpatrick ve Hazan, 1994), aldatma düzeyleri (Fricker, 2006), stresle başa çıkma tarzları (Bilecen, 2007), kişilik özellikleri, ve benlik saygıları (Doğaner, 2014) ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları (Saraç, Hamamcı ve Güçray, 2015) ilişki istikrarı ile doğrudan ilişkilendirilen değişkenlerdir.

Romantik ilişkilerin üniversite yıllarındaki bireylerin kişilik olarak olgunlaşmasına ve psikososyal olarak gelişmesine yardımcı olduğu yapılan birçok çalışmada kanıtlanmıştır. Ayrıca romantik ilişki yaşantıları sadece bireyin bugününü değil gelecekte yaşayacağı ilişkilerini, evliliğe bakış açısını, ebeveynliği ve ebeveyn olmaya yönelik düşüncelerini de önemli ölçüde etkilemektedir (Fincham ve Cui, 2011). Romantik ilişkilerin bireyin yaşamında bu denli büyük bir öneme sahip olmasına rağmen günümüzde artan boşanma oranları, evlilik öncesi romantik ilişkilerin kısa sürede bitmesi, ilişkilerin bazılarının doyum verici olmasına rağmen biterken bazılarının doyum verici olmamasına rağmen devam etmesi araştırmacıları romantik ilişkilerin sürdürülmesi veya bitirilmesini etkileyen faktörlerin neler olabileceği üzerine araştırmalar yapmaya itmiştir (Buğa, 2009; Le ve Agnew, 2003).

Kişiyi birçok yönden etkileyen romantik ilişkilerde istikrarın ne olduğu ve ilişki istikrarını etkileyen faktörlerin neler olduğu üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde üniversite öğrencilerinin romantik ilişki istikrarı ve benlik değişimine dair herhangi bir çalışmaya rastlanmazken yapılan birçok çalışmada ilişki istikrarı ve bağlanma stilleri arasında ilişki olduğu görülmektedir (Buğa, 2009; Büyükşahin, 2006; Feeney, 1999; Kirkpatrick ve Hazan, 1994; Pistole, Clark ve Tubbs 1995; Simpson, 1990).

Özellikle benlik değişimi kavramı ulusal literatürde çok az değinilen bir konudur. İlişkilerin doğası gereği bireyler birbirlerinin benliklerini çeşitli değişimlere uğratmaktadır ve bu değişimlerin ilişki istikrarını nasıl etkilediğine ilişkin bir çalışma bulunmamaktadır. Ayrıca

araştırmanın veri toplama süreci COVID-19 dönemine tekabül ettiğinden ve pandemi koşulları göz önüne alındığında belirsizlik durumu, sosyal faaliyetlerin sınırlandırılması, romantik ilişkilerin karantina koşullarında çoğunlukla uzaktan yaşanmasının hem benlik değişimini hem de ilişki istikrarını büyük ölçüde etkilediği düşünülmektedir. Ancak ilgili alan yazında pandemi koşullarında benlik değişimi, bağlanma ve ilişki istikrarını ele alan bir çalışmaya da rastlanmamıştır. Bu sebeple bireylerin bağlanma stilleri ve romantik ilişkinin bir sonucu olarak benliklerinde meydana gelen değişimlerin ilişki istikrarı, ilişki doyumu, bağlanım, ilişkiye yapılan yatırım ve seçeneklerin değerlendirilme düzeyini nasıl etilediğini ortaya koyarak romantik ilişkiler literatürüne katkı sağlanması amaçlanmaktadır.

Sayıtlar

Araştırmaya katılan en az altı aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin, veri toplama araçlarını kendi gerçek durumlarını yansıtacak şekilde, istekli ve içten cevapladığı varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıklarına aşağıda değinilmiştir.

Bu araştırma 2021-2022 yılında ulaşılan en az 6 aydır romantik ilişkisi olan 316 kadın ve 87 erkek üniversite öğrencisi ile sınırlıdır.

İlişki istikrarının yordayıcıları benlik değişimi ve bağlanma değişkeni ile sınırlıdır.

Bu araştırma kapsamında ele alınan ilişki istikrarı kavramı, İlişki İstikrarı Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

Bu araştırma kapsamında ele alınan benlik değişimi kavramı, Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

Bu araştırma kapsamında ele alınan bağlanma kavramı, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

Bu araştırmanın verileri COVID-19 pandemi sürecini takip eden dönemde toplandığından çiftlerin birbirinden ayrı kalması, yeterince görüşmemesi ve sosyal hayattan uzak kalınması gibi nedenlerin de araştırma değişkenlerini etkilenmiş olabileceği düşünüldüğünden bu durum da araştırmanın sınırlılıklarından biridir.

Problem Cümlesi

Araştırmada ilk olarak “En az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin bağlanma ve benlik değişimi ilişki istikrarını yordamakta mıdır?” sorusuna yanıt aranacaktır. Bu araştırmada ayrıca “En az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde cinsiyet, yaş ve devam eden romantik ilişki süresi açısından anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranacaktır:

Alt Problemler

Çalışmanın alt problemleri aşağıda sunulmuştur.

1. Benlik değişimi değişkeninin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi, benlik budanması ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının ilişki doyumu alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
2. Benlik değişimi değişkeninin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi, benlik budanması ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
3. Benlik değişimi değişkeninin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi, benlik budanması ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının ilişki yatırımı alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

4. Benlik değişimi değişkeninin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi, benlik budanması ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının bağlanım alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

5. Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?

6. Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde yaşa göre anlamlı bir fark var mıdır?

7. Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde devam eden romantik ilişki sürelerine göre anlamlı bir fark var mıdır?

Tanımlar

İlişki İstikrarı: Yakın ilişkilerde bireylerin, ilişkilerine bağlanım düzeylerinin, ilişkiden aldıkları doyumun ve ilişkilerine yatırım yapma düzeylerinin yüksek olduğu ancak mevcut ilişkileri dışındaki seçenekleri değerlendirme düzeylerinin düşük olduğu durumlardaki ilişkinin seyrini tanımlamaktadır (Büyükşahin, 2006).

İlişki Doyumu: Yakın ilişkilerde bireylerin ilişkiden elde ettikleri kazançların fazla olması ve ilişkinin birey için önemli gereksinimleri karşılaması anlamına gelmektedir (Rusbult, Martz ve Agnew, 1998).

Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme: Bireyin romantik ilişkisinden ve partnerinden elde ettiği kazançları olası ilişkilerle kıyaslaması durumudur (Rusbult vd., 1986).

İlişki Yatırımı: Bireyin romantik ilişkisine ve partnerine zaman, emek, paylaşım, anı ve para gibi yaptığı yatırımları ifade eder. (Lin ve Rusbult, 1995).

Bağlanım: Bireyin partnerine ve ilişkisine psikolojik olarak bağlanmasını, ilişkide kalma ve ilişkiyi sürdürme isteğini yansıtmaktadır (Rusbult, 1983).

Benlik Değişimi: Bireylerin benliklerinin yaşadıkları romantik bir ilişkinin bir sonucu olarak “yön” ve “değerlik” açısından değiştiği bir süreçtir. Benlik değişiminin yönü, bireyin benliğin boyutunun veya çeşitliliğinin artması ya da azalması anlamına gelir. Benlik değişiminin değeri ise benliğin içeriğinin olumlu veya olumsuz olmasını ifade eder. Bu değişimler; benlik genişlemesi, benlik kirlenmesi, benlik budanması ve benlik daralması olmak üzere dört farklı şekilde meydana gelir (Mattingly vd., 2014).

Benlik Genişlemesi: Mattingly ve diğerlerinin (2014) İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli'ne göre benlik genişlemesi, bir partnere bağlı olarak benliğe olumlu içerik eklenmesi anlamına gelmektedir.

Benlik Daralması Mattingly ve diğerlerinin (2014) İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli'ne göre benlik daralması, bir partnere bağlı olarak benlikteki olumlu özelliklerin azaltılması anlamına gelmektedir.

Benlik Budanması: Mattingly ve diğerlerinin (2014) İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli'ne göre benlik budanması, bir partnere bağlı olarak benliğin olumsuz özelliklerinin azalması anlamına gelmektedir.

Benlik Kirlenmesi: Mattingly ve diğerlerinin (2014) İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli'ne göre benlik kirlenmesi, bir partnere bağlı olarak benliğe olumsuz özelliklerin eklenmesi anlamına gelmektedir.

Bağlanma: İnsanların hayatlarındaki önemli buldukları kişilerle geliştirdikleri güçlü duygusal bağlardır (Albert ve Bowlby, 1982).

Kaygılı Bağlanma: Bireyin romantik ilişkilerinde terk edilme korkusu yaşaması ve çok sık duygusal iniş çıkışlar yaşaması anlamına gelmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Kaçıncı Bağlanma: Bireyin romantik ilişkiye girme konusunda isteksiz olması ve yakınlık kurmak istenmemesi anlamına gelmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bölüm 2

Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi ve İlgili Araştırmalar

Çalışmanın bu kısmında çalışmada yer alan temel kavramlara ilişkin kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. İlk olarak araştırmanın bağımlı değişkeni olan ilişki istikrarı kavramına ilişkin kuramsal açıklamalar yapılmış ardından bağımsız değişken olan benlik değişimi ve bağlanma kavramlarına ilişkin açıklamalara yer verilmiştir. Daha sonra ise araştırmada yer alan kavramlarla ilgili yapılan araştırmalara değinilmiştir.

İlişki İstikrarı

Sosyal bir varlık olan birey çoğunlukla yalnız olmak istemeyen ve yakın ilişkiler kurma ihtiyacı hisseden bir varlıktır (Rotenberg vd., 2001). Yakın ilişkilerin istikrarlı olması ise bireyin yaşamını ve gelecek planlarını da şekillendiren bir durumdur (Kızıldağ, 2019). Çift ilişkilerinin devam etmesinin nedenini araştıran birçok kuramcı, temelde bağlanımın ve karşılıklı bağımlılığın etkili olduğunu söylemektedir (Rusbult, 1983). Wieselquist ve diğerlerine (1999) göre bağlanım, ilişkinin niteliğini ifade etmesinin yanı sıra kişinin ilişkiyi sürdürmeye yönelik niyetini de içermektedir.

Levinger'e (1991) göre bağlanımı belirleyen üç durum vardır. Bunlar: bireyin sahip olduğu ilişkinin çekiciliği, seçeneklerin çekiciliği ve engeller. Bireyin sahip olduğu ilişkinin çekiciliği bireyin ilişkiden elde edilen kazançları ifade etmektedir. Seçeneklerin çekiciliği bireyin sahip olduğu ilişkisinden elde ettiği kazançları, olası ilişkilerden kazanabileceği kazançlarla kıyaslaması anlamına gelmektedir. Engeller ise ekonomik nedenler ve çocuklar gibi ilişkinin sürdürülmesini etkilen etmenlerdir. Birey bu değişkenlere göre de mevcut ilişkisini sürdürmeye ya da sonlandırmaya karar vermektedir.

Karşılıklı Bağımlılık Kuramı

İkili ilişkilerde ilişki istikrarını belirleyen etmenler konusunda açıklamalar yapan Karşılıklı Bağımlılık Kuramı Sosyal Mübadele Kuramına dayanan, Thibaut ve Kelley (1959) tarafından ortaya konulan bir kuramdır. Bu kuram tüm yakın ilişkilerin özünün etkileşim

olduğunu savunmaktadır. Etkileşimden kastedilen, bireylerin birbirlerinin varlığında davranış sergilemeleri, birbirleri için ürünler yaratmaları veya birbirleriyle iletişim kurmalarıdır. Partnerler arası bu etkileşim ilişkinin kilit noktasını oluşturmaktadır (Thibaut ve Kelley, 1959).

Romantik ilişkideki etkileşim ilişkiden alınan ödüllere ve ilişkiye ödenen bedellere göre şekillenmektedir. İlişkiden elde edilen ödüller, ilişkiden edinilen memnuniyet ve alınan doyum iken; ilişkiye ödenen bedeller, bireyin ilişkide yaşadığı kaygıyı ve birliktelik için harcanan çabayı ifade etmektedir. Bu ödüllerin bedellerden çıkarılmasıyla ilişkideki kazançlar elde edilir (Rusbult ve Buunk, 1993). İlişki ise bu kazançların miktarına bakılarak değerlendirilir (Büyükşahin, 2006). Bir ilişkiden elde edilen kazançların ve ödenen bedellerin, ilişki sonuçlarının genel düzeyini (pozitiflik veya negatiflik) oluşturmak için bir araya gelmesiyle ilişkiden elde edilen doyumun düzeyi hakkında çıkarım yapılabilmektedir (Etcheverry vd., 2012). Thibaut ve Kelley'e (1959) göre kişi, ilişkisinden elde ettiği kazançların pozitif mi yoksa negatif mi olduğunu değerlendirmek için karşılaştırma düzeyini ve seçenekler için karşılaştırma düzeyini kullanmaktadır. Karşılaştırma düzeyi bireyin o zamana kadar yaşadığı ilişkilerden elde ettiği kazançların ağırlıklı ortalamasını ifade ederken; seçenekler için karşılaştırma düzeyi ise var olan ilişki dışındaki alternatif ilişkileri değerlendirme ve bunlardan elde edilecek sonuçları var olan ilişkiyle kıyaslama durumunu ifade etmektedir.

Karşılıklı Bağımlılık Teorisi, bağımlılığın ilişkilerin temel bir özelliği olduğunu da öne sürmektedir (Kelley ve Thibaut, 1978). Bağımlılık düzeyi, bir bireyin ilişkisine ne ölçüde ihtiyaç duyduğunu veya bireyin kişisel refahının ilişkiye katılımdan ne ölçüde etkilendiğini tanımlamaktadır (Rusbult vd., 2001).

Rusbult ve Buunk'a (1993) göre karşılıklı bağımlı ilişkilerin dört özelliğini göz önünde bulundurmak yararlıdır:

- 1- Bağımlılık Derecesi: İyi ve kötü sonuçların elde edilmesinde, her bireyin partnerine ve ortak faaliyetlerine ne derece bağlı olduğu.
- 2- Bağımlılığın Karşılıklılığı: Partnerlerin karşılıklı ve tek taraflı bağlı olma derecesi veya birbirlerine eşit derecede ihtiyaç duyma derecesi.

- 3- Sonuçların Uygunluğu: Partnerlerin birbirini etkileyebilecek kişisel konulardaki tercihlerinin çatışma yaratma derecesi.
- 4- Bağımlılığın Temeli: Bağımlılığın bireysel kontrole karşı ortak kontrolü içerme derecesi.

Yatırım Modeli

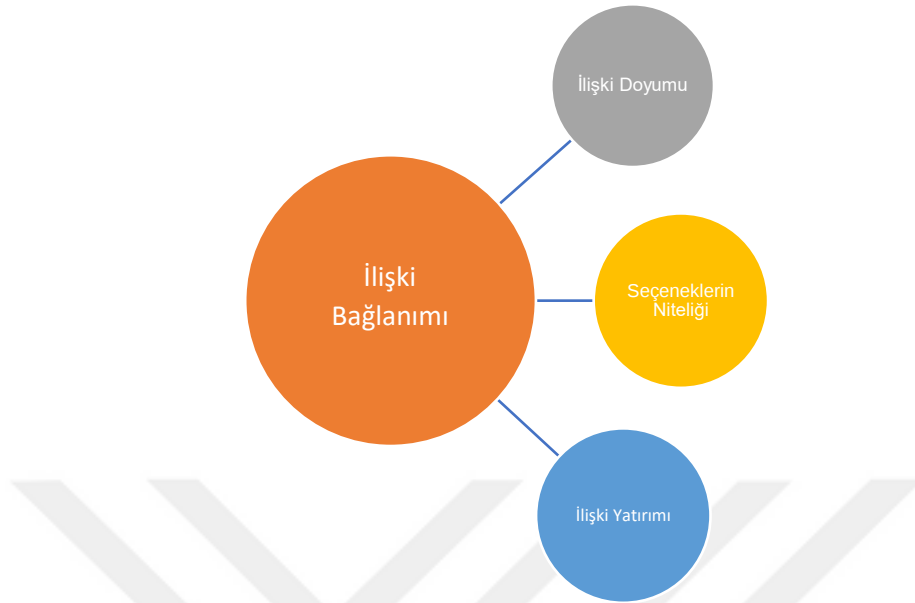
İkili ilişkilerde, ilişki istikrarını belirleyen etmenler konusunda açıklamalar yapan bir diğer model Rusbult'un (1980) Yatırım Modelidir. Yatırım Modeli Sosyal Mübadele Kuramı ve Karşılıklı Bağımlılık Kuramına dayanmaktadır. Karşılıklı Bağımlılık Teorisinde olduğu gibi, Yatırım Modeli; ilişki doyumu, kişinin ilişkisine yönelik yaptığı yatırım düzeyi ve ilişkiyi sürdürme ve ona psikolojik olarak bağlı hissetme eğilimi arasında ayrım yapar. Kişilerarası ilişkilerde ilişkilerin başlatılması, sürdürülmesi ve sonlandırılmasını açıklamak için geliştirilmiştir (Rusbult vd., 1986).

Rusbult ve diğerlerine (1986) göre bireylerin ilişkileri sürdürme veya sonlandırma düşüncesi üç faktörden etkilenmektedir.

1. Bir ilişki doyum verici olduğu ölçüde bağlanım yaratacaktır.
2. Kişiler romantik ilişkilerini değerlendirirken zayıf alternatifleri olduğunu düşündüğü ölçüde kendilerini mevcut ilişkilerine daha bağlı hissedeceklerdir.
3. Bireyin içsel veya dışsal olarak ilişkiye yatırdığı kaynaklar ölçüsünde ilişkiye olan bağlanımı artacaktır.

Şekil 1

Yatırım Modelinin Bileşenleri (Rusbult, 1983).



Bu modele göre, ilişki bağlanımının üç bileşeni vardır. Bu bileşenler; ilişki doyumu düzeyi, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırım miktarıdır (Etcheverry vd., 2012). Ancak bu faktörlerden hiçbirisi tek başına ilişki istikrarının yordayıcısı değildir. Diğer bir deyişle bireyler romantik ilişkilerinde sadece ilişkileri tatmin edici olduğu için veya gidecek başka bir yeri olmadığı için değil, aynı zamanda ilişkilerine büyük yatırım yapmış oldukları için devam etmektedirler (Rusbult vd., 2001).

Yatırım Modeli Karşılıklı Bağımlılık Kuramının karşılaştırma düzeyi ve seçenekler için karşılaştırma düzeyi kavramları üzerine temellendirilmiştir. Ancak Karşılıklı Bağlılık Kuramı bireyin ilişkiden aldığı ödüller ödediği bedellerden fazla ise ilişkinin devam edeceğini savunurken; bu modele göre bireyler bazen ilişkiden aldığı ödüller bedellerden fazla olmasına rağmen ilişkiyi sonlandırırken bazen ilişkiye ödediği bedeller ödüllerden fazla olmasına rağmen ilişkiyi devam ettirdiği fikrini savunmaktadır. Bu farklılığın sebebine de bağlanım adı verilmektedir (Kelley ve Thibaut, 1978; Rusbult, 1983).

Tüm ilişkilerde memnuniyet artar ve azalır, ancak memnuniyetteki tüm düşüşler ayrılığa yol açmaz veya bir kişi partneriyle romantik bir ilişkiye başladığı zaman alternatif partnerleri

aniden ortadan kaldırmaz. Bu sebeple yatırım modeli, ilişki doyumu (bir partner ve ilişki için sevgi ve diğer olumlu duygular) ve bağlanım düzeyi (psikolojik bağlanma, bir ilişkiyi sürdürme niyetleri, geleceğe yönelik yönelim) arasında ayrım yapar. Bağlanım, (a) bir ilişkiye bağımlılık derecesini öznel olarak “özetleyen” ve (b) bu tür davranışlar maliyetli veya zahmetli olsa bile ilişkiyi sürdürme davranışlarını destekleyen kalıcı, içselleştirilmiş bir yönelimdir (Lin ve Rusbult, 1995; Rusbult, 1980)

Rusbult ve diğerleri (1986) bireylerin ilişkiden yüksek ödüller elde edip düşük maliyetler ödediği ve elde ettiği yüksek ödüller karşılaştırma düzeylerini veya yakın ilişkilerin kalitesine ilişkin beklentilerini aştığı ölçüde ilişkilerinden daha memnun hissetmeleri gerektiğini ileri sürer. Diğer bir deyişle ilişkiden elde edilen kazançlar karşılaştırma düzeyini geçtiği zaman birey ilişkiden doyum alır. İlişkiden alınan doyumun artması da ilişki bağlanımını artırmaktadır (Le ve Agnew, 2003; Rusbult, 1983). Bu durumun tam tersi de mümkün olabilir. Eğer bireyler seçeneklerden daha fazla olumlu kazanç elde edebileceklerini düşünürlerse bu seçeneklere yönelirler ve mevcut ilişkilerini bitirebilirler (Le ve Agnew, 2003). Kısacası ilişki doyumu, bağlanım ve ilişkiye yapılan yatırım ile pozitif ilişkiliyken seçeneklerin niteliğini değerlendirme ile negatif bir ilişkiye sahiptir (Rusbult vd., 1986).

İlişkiden alınan doyum düzeyi bağlanım için bir temeldir. Ancak ilişki doyumu tek başına güçlü bir bağımlılık veya bağlanım yaratmak için yeterli değildir. Ayrıca, bağlanımın psikolojik deneyimi, ortaya çıktığı bağımlılığın temellerinden daha fazlasını yansıtır. Bağımlılık, ilişkilerin temel bir özelliğidir; devam etmeyi istemenin (kendini tatmin hissetmenin), ısrar etmeye ihtiyaç duymanın (yüksek yatırımlara sahip olmanın) ve ısrar etmekten başka seçeneğin olmamasının (zayıf alternatiflere sahip olmanın) ek etkilerini tanımlayan yapısal bir özelliktir. Buna karşılık bağlanım, kişinin bağımlılığının kaynağına ilişkin olarak kurulan bağlılık duygusu olarak yorumlanabilir (Rusbult vd., 1986; Rusbult vd., 1994).

Bireylerin ilişkilerine bağımlı hale geldikçe, giderek daha güçlü bağlanım geliştirdikleri düşünülmektedir (Rusbult, 1983; Rusbult vd., 1994). Bağlanım düzeyi; çağrışımsal, duyuşsal ve bilişsel özellikler dahil olmak üzere birbiriyle ilişkili üç bileşen açısından tanımlanır. Bağlanımın

yapıcı bileşeni, devam etme niyetidir. Yapıcı bileşene göre artan bağımlılıkla birlikte, partnerimizle devam etmek için içsel olarak motive oluruz. Duygusal bileşen psikolojik bağlanmadır. Duygusal bileşene göre artan bağımlılıkla, hayatı ikili terimlerle deneyimlemeye başlarız. Bu sebeple duygusal durumumuz partnerimizden ve ilişkilerimizden etkilenir. Bilişsel bileşen ise uzun vadeli yönelimdir. Diğer bir deyişle bilişsel bileşene göre artan bağımlılıkla birlikte, mevcut eylemin gelecekteki sonuçlar için etkilerini göz önünde bulundurarak, gelecek planlarımızı mevcut ilişkimize göre ayarlarız (Rusbult, 1983; Rusbult vd., 2001).

Rusbult'a (1983) göre romantik ilişkiye sahip bireylerin;

- 1- Memnuniyet düzeyi yüksek veya ilişki bireyin en önemli ihtiyaçlarını karşılıyorsa (örneğin yakınlık, arkadaşlık, cinsellik ihtiyaçları),
- 2- Alternatiflerin kalitesi düşük veya bireyin en önemli ihtiyaçları ilişkiden bağımsız olarak karşılanamıyorsa,
- 3- Yatırım yüksekse veya ilişki sona ererse kaybolacak veya değeri düşecek kaynaklar (örneğin zaman ve çaba, maddi mülkiyet, paylaşılan arkadaşlık bağı) dahil olmak üzere birçok önemli kaynak ilişkiye bağlandıysa ilişkiye bağımlılık artacaktır. Bu sebeple bireyin ilişkiye olan bağlanımı da artacaktır (Rusbult vd., 1994).

Ayrıca Yatırım Modeli Karşılıklı Bağımlılık Modelini temel alan bir model olmasının yanı sıra Karşılıklı Bağımlılık Modelinin ilkelerini bir adım daha ileriye götüren yatırım miktarı kavramını da ele almıştır. Bir başka deyişle, bu model ilişkiden alınan doyum ve seçeneklerin niteliğinin tümüyle ilişki bağlanımını açıklayamayacağını ve ilişkiye yapılan yatırımların miktarının da ilişki bağlanımını açıklamak için gerekli olduğu fikrini ileri sürmüştür. (Büyükşahin, 2006). Lin ve Rusbult'a (1995) göre ilişkiye yönelik yatırımlar arttıkça bağlılık artacaktır. Çünkü bitirmek önemli yatırımlardan vazgeçmeyi gerektirdiğinden ilişkiyi sürdürmek için psikolojik teşvikler güçlenecek ve bunun bir sonucu olarak bağlanım artacaktır. İlişkiye yapılan yatırımlar içsel ve dışsal yatırımlar olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. İçsel yatırımlar, doğrudan ilişkiye ayrılan zaman, duygusal çaba ve kendini açma gibi yatırımlardır. Dışsal

yatırımlar ise karşılıklı arkadaşlıklar, paylaşılmış anılar, maddi yatırımlar, ortak arkadaşlar ve etkinlikler gibi dışsal kaynaklarla ilgilidir (Lin ve Rusbult, 1995; Rusbult, 1980).

Benlik Değişimi

Benlik kavramı üzerine yapılan çalışmalar uzun yıllar boyunca bireyin diğerlerinden ayrı olduğu ve bireysel nitelik ve özelliklerinin diğerlerinden bağımsız olarak geliştiğini düşüncesi üzerinde durmaktaydı (Markus ve Kitayama, 1991). Ancak yapılan son çalışmalar özellikle kolektivist toplumlarda bireyin benliğinin birçok farklı durumdan ve kişiden etkilendiği görüşü üzerinde durmaktadır (Cross vd., 2000; Cross vd., 2002).

Bireyin hayatında oldukça büyük bir öneme sahip olan romantik ilişki yaşantılarının benlik kavramı ile yakından ilişkili olduğu yapılan birçok çalışmada görülmektedir. Romantik ilişkiler bireyin benlik saygısını, benlik algısını, öz yeterlilik ve genel psikolojik işlevlerini doğrudan etkilemektedir (Aron vd., 1995; Furman ve Shaffer, 2003; Mattingly ve Lewandowski, 2013; McIntyre vd., 2015). Hatta bu ilişkiler bireylerin benliklerini etkilemenin ötesinde benliklerini değiştirme potansiyeline de sahiptir (Dinçer, 2017; McIntyre vd., 2015; Tuncer, 2019).

Benlik değişimi; kişinin romantik bir ilişkideyken benliğinde oluşan pozitif veya negatif değişimleri ifade etmektedir (Dinçer, 2017). Romantik ilişkiden alınan doyumun bir sonucu olarak birey benliğinde olumlu değişiklikler olduğundan söz edebilir. Örneğin “İlişkimde olduğum kişiyi seviyorum” ve “Partnerimle yaşadığım bu ilişki beni daha iyi bir insan yapıyor” gibi ifadeler duymak mümkündür. Ancak, bütün romantik ilişkiler bireyin benliğini olumlu yönde etkilemez. Hatta bazı partnerler bireyin benliğini olumsuz etkileyebilir. Bunun bir sonucu olarak örneğin “Bu ilişkide olduğum kişiyi sevmiyorum” veya “Eskisi gibi değilim” gibi ifadeler duymak mümkündür (Mattingly vd., 2014). Mattingly ve diğerleri (2014) bu değişimleri açıklamak için “İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli’ni (Two Dimensional Model of Relational Self-Change)” geliştirmişlerdir. Yakın ilişkilerde tecrübe edilen benlik değişimi, yön ve değerlik olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Benlik değişiminin yönü ve değeri birbirinden bağımsız boyutlardır. Benlik değişiminin yönü kişiye bir özelliğin eklenmesi ya da çıkarılmasını ifade

ederken benlik değişiminin değeriği o içeriğın kişi ağısından olumlu mu yoksa olumsuz mu olduğunu ifade etmektedir. Benlik değişimi yönüne ve değerine göre bireylerin romantik partnerlerinin benlik algısını etkileyebilecekleri dört yol vardır: benlik genişlemesi (olumlu özelliklerin eklenmesi), benlik daralması (olumlu özelliklerin çıkarılması), benlik budanması (olumsuz özelliklerin çıkarılması) ve benlik kirlenmesi (olumsuz özelliklerin eklenmesi) olarak gerçekleşmektedir (Mattingly vd., 2014; McIntyre vd., 2015).

Romantik bir partnerle birlikteyken kişinin olumlu bir özelliğinin takdir edilmesi ve desteklenmesi onun benliğinde bir artışa sebep olur. Bu duruma benlik genişlemesi denilmektedir. Ressam olan bireyin partnerinin resim yapma konusunda desteğiyle daha iyi bir ressam olması benlik genişlemesine örnek olabilir. Ancak romantik bir partnerle birlikteyken bireyin olumlu bir özelliğinden vazgeçmesi ve bu konuda fedak rlık yapması kişinin benliğinde bir azalmaya sebep olur. Bu duruma benlik daralması denilmektedir. Kayak yapmaktan hoşlanan bir bireyin partnerinin hoşlanmaması sebebiyle kayak yapmayı bırakması örnek gösterilebilir (Mattingly vd., 2014).

Romantik bir partnerle birlikteyken kişinin olumsuz bir özellik kazanması benliğinde bir azalmaya sebep olur. Bu duruma benlik kirlenmesi denilmektedir. Örneğın, romantik bir partnerin isteği üzerine, birey evde çalışma zamanını azaltarak işkolik kimliğini değiştirebilir. Bireyin bu durumu  alışkanlık imajına zarar verdiği için olumsuz algılayabilir. Ancak romantik bir partnerle birlikteyken kişinin olumsuz bir özellikten kurtulması benliğinde bir artışa sebep olur. Bu duruma benlik budanması denilmektedir. Örneğın evde çalışma zamanını partnerinin isteği üzerine azaltan birey çalışmanın stresinden kurtulduğu için bu durumu olumlu algılayabilir (Mattingly vd., 2014).

Benlik değişiminin değer boyutu şekil 2'de dikey çizgi ile gösterilirken y n boyutu ise yatay çizgi ile gösterilmektedir.

Şekil 2

İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli (Mattingly vd., 2014).



Bağlanma Kuramı

Çağdaş psikolojinin dönüm noktalarından biri, Bowlby'nin eğitim hayatının başlarında yatılı bir okulda gönüllü olarak çalışmaya başlaması ve ardından Londra Çocuk Rehberlik Kliniği'nde 44 genç hırsız ile çalışması ile başlamıştır. O dönemde yapmış olduğu çalışmalarda; bir çocuğun kişiliğinin gelişiminde ebeveynleri ile etkileşimin oynadığı önemli role ve bu etkileşimin bir ebeveynin kendi ebeveynleriyle olan erken deneyimlerinden nasıl etkilendiğine odaklanmıştır (Ainsworth ve Bowlby, 1991; Bowlby, 1944). Ardından Ainsworth bir bebek ile annesi arasında, onunla güçlü bir bağın oluşumunu açıklayan ve yokluğu veya kesintiye uğramasının bebeğin kişilik gelişimi üzerinde ne denli olumsuz etkiye sahip olduğuna ilişkin çalışmalar yapmıştır (Ainsworth ve Bowlby, 1991). Bowlby'nin (1969, 1973, 1980) üç

ciltlik bağlanma, ayrılma ve kayıp üzerine yaptığı çalışmalar ile ise bağlanma kuramı ilgili literatürde oldukça önemli bir yer kazanmıştır.

Bağlanma iki kişi arasında kurulan duygusal bağıdır (Sandrock, 2015). Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramına göre, bebekler bakım verenleri (genellikle anneleri) ile bağlanma ilişkisi kurarlar. Kurulan bu ilişki bebeklerin kişilikleri ve kişilerarası ilişkileri gibi birçok yaşamsal alanda belirleyici bir rol oynamaktadır (Bowlby, 1969).

Bağlanma kuramı çeşitli özelliklerle karakterize edilmektedir:

Ayrılma Protestosu: Bağlanma figüründen ayrılmaya verilen tepkiyi ifade eder (Bowlby, 1969).

Güven: Güvene dayalı bağlanma, bağlanan kişinin çevreyi daha özgürce keşfetmesini ve ilişkide sorun veya tehdit olduğu zaman kolayca sakinleşebilmesi, ilgi ve becerilerini geliştirmesini sağlayan bir istikrar duygusu sağlar (Morgan ve Shaver, 1999).

Monotropi: Çoğu çocuk ve yetişkinin birden fazla bağlanma figürü olmasına rağmen, genellikle belirli bir kişiyi tercih ederler. Bu birincil bağlanma bağının kırılması çok zordur (Whaley ve Wong, 1987).

Bağın Dayanıklılığı: Bir kez kurulan bağ kolayca kırılmaz veya yeniden düşünülmez. Diğer bir deyişle bağlanma bağları bir kez kurulduktan sonra, bağlanma figürünün davranışına nispeten duyarsızdır (Morgan ve Shaver, 1999).

Yaşam Boyu Süren Bağlanma: Bağlanma sistemi yetişkinlerde bozulmadan kalır ve etkinleştirildiğinde, bebekler ve çocuklar tarafından sergilenenlere işlevsel olarak benzer davranışlarla sonuçlanır (Hazan ve Shaver, 1987).

Erken çocukluk yaşantılarının incelenmesi ile ortaya çıkan bağlanma kuramı zaman geçtikçe birçok farklı yaşam alanları üzerinde de araştırmaya başlanmıştır. Bunlardan biri de romantik ilişkilerdir. Hazan ve Shaver (1987) bebeğin bakım vereni ile yaşadığı ilişkinin yetişkinlikte yaşayacağı romantik ilişkileri ile bağlantılı olduğu fikrini öne sürmektedirler. Bu sebeple romantik ilişkilerde partnere bağlanma romantik ilişkiyi birçok yönden etkilemektedir.

Bu noktadan hareketle, çalışmanın konusu yetişkinlikte bağlanma olmasına rağmen birbiriyle yakından ilişkili olan erken çocukluk bağlanmasının kuramsal temelleri de ele alınmıştır.

Erken Çocuklukta Bağlanma

Bowlby'nin bağlanma kuramı, bakım verenden çeşitli süreler boyunca ayrı kalan bebeklerin ve küçük çocukların davranışlarının gözlemlerinden ortaya çıkmıştır. Bir bebeğin bakım verenden ayrılmasına verdiği tepkinin anlaşılması için onu bu figüre bağlayan bağın anlaşılması gerekmektedir. Bowlby'e (1969) göre bebeğin özellikle yemek ve ısınma gibi karşılanması gereken birtakım fizyolojik ihtiyaçları vardır. Bir bebeğin bir insan figürüne, özellikle de anneye ilgi duyması ve ona bağlanması, annenin bebeğin fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamasının ve bebeğin zamanla onun doyum kaynağı olduğunu öğrenmesinin sonucudur. Harlow'un (1958) bebek maymunlar ile yapmış olduğu bir çalışmada ise doğumlarının ardından annelerinden ayrılan bebek maymunlar telden veya kumaştan yapılmış anne görünümüne oyuncaklar tarafından beslenmiştir. Her iki anne de çocuklarına yeterli besini sağlamış olmasına rağmen korku anında kumaş anne tarafından beslenen yavru maymunlar annelerine yönelirken tel anne tarafından beslenen yavru maymunlar annelerine yönelmemişlerdir. Bu sebeple annenin fizyolojik ihtiyaçları sağlamasının tek başına bağlanma için yeterli olmadığı, bebeğe güven ve rahatlık sağlayıp sağlamadığının da bağlanma üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Bowlby (1969, 1973, 1980) bağlanma teorisini formüle ederken bireyin beşikten mezara kadar zihinsel sağlığının, duygusal destek ve fiziksel koruma sağlayan bağlanma figürleriyle olan ilişkilere yakından bağlı olduğunu ileri sürmüştür. Ayrıca bu ilişkilerin güvenliği artırıcı niteliğinin, yalnızca birbirlerine karşı anlık davranışlarına değil, aynı zamanda alışılmış etkileşim kalıpları ile de uyumlu olmasının önemini vurgulamıştır.

Bowlby (1973) bağlanma teorisine ilişkin üç önermeden bahsetmektedir.

1. Bir bireyin bağlanma figürünün kendisi için ne zaman isterse mevcut olacağından emin olursa o kişinin yoğun veya kronik bir korku yaşaması herhangi bir nedenle böyle bir şeye sahip olmayan bir bireye göre çok daha düşük bir olasılıktır.
2. Bağlanma figürlerinin varlığına ya da yokluğuna duyulan güven, bebeklik, çocukluk ve ergenlik yıllarında yavaş yavaş inşa edilmekte ve bu yıllarda geliştirilen tüm beklentiler, yaşam boyunca nispeten değişmeden kalma eğilimi göstermektedir.
3. Bireylerin bebeklik, çocukluk ve ergenlik yılları boyunca geliştirdikleri bağlanma figürlerinin erişilebilirliği ve bağlanma figürlerine tepki verebilirliğine ilişkin inançları, bu bireylerin gerçekten sahip oldukları deneyimlerin tolere edilebilir derecede doğru yansımaları olduğunu varsaymaktadır.

Ainsworth ve diğerleri (1978) ise bağlanma davranışının organize olma biçimindeki bireysel farklılıklar, çeşitli bağlanma kalıplarıyla ilişkili farklı deneyimler ve bu tür ilişkilerin bireyin sonraki hayatını etkileme gücü üzerinde araştırmalar yapmıştır. 12-18 aylık bebekleri önce bakım verenleri ile ayırır ve bir yabancı ile baş başa bırakırlar. Daha sonra bakım veren ile tekrar buluşturulan bebeklerin verdiği tepkileri dikkate alarak bağlanmayı üç gruba ayırmışlardır. Bu sınıflama özellikle ayrılıktan sonra yeniden birleşme esnasında gösterilen davranış modeline göre oluşturulmuştur.

Güvenli Bağlanma: Bebek bakım vereni "güvenli bir üs" olarak görür. Bakım verene ulaşmak için çaba sarf eder ve bakım verenden ayrıldığında hafif bir protesto olabilir ancak bu durum kısa sürer. Yeniden bir araya gelindiği zaman olumlu bir bağ kurar ve hemen temasa geçer.

Güvensiz Kaçınmacı Bağlanma: Bebek bakım veren ile asgari düzeyde ilgileniyormuş gibi görünür ve bakım veren ile ayrıldığında neredeyse hiç sıkıntı yaşamaz. Yeniden bir araya geldiğinde görmezden gelir veya ondan kaçınır.

Güvensiz Dirençli/ Kararsız Bağlanma: Bebek çoğunlukla bakım verene yapışır ancak bakım veren ona ilgi gösterdiğinde bunu reddeder. Bakım verenden ayrıldığı zaman aşırı derecede öfkelenir. Yeniden bir araya geldiğinde bakım verene karşı ikirciklidir, onunla yakın temas arar

ancak temasa veya etkileşime direnir, öfkesi dinmez ve sakinleştirilmek için gösterilen ilgiyi reddeder.

Kısaca özetlemek gerekirse güvenli bağlanma, bir çocuğun bağlanma figürünün mevcut ve gerektiğinde duyarlı olduğuna dair kendinden emin beklentileri olduğunda oluşur. Güvenli bağlanan bebekler bakım verenden ayrı kalmak konusunda bir sorun yaşamazlar. Bakım veren olmadığı zaman başkalarının ilgisine de olumlu tepkiler verebilir ve oyun oynamaya devam edebilirler. Bebekler güvenden yoksun olduklarında ise ya bakım verene karşı istikrarsız davranışlar gösterirler ya da bakım verenle ilgilenmezler ve varlığını umursamazlar. Ayrıca güvensiz bağlanan bebekler yabancılarla bağ kurmaktan da hoşlanmazlar (Ainsworth, 1979; Sandrock, 2015).

Ainsworth ve diğerlerinin (1978) yapmış olduğu çalışmanın bir sonucu olarak bakım verenin duyarlı ve ulaşılabilir olduğu ve bakım verenden beklentilerinin olumlu bir şekilde karşılık gördüğü bebeklerin güvenli bağlanma stiline sahip olduğu görülmüştür. Ancak bakım verenden genel olarak tutarsız tepkiler alan bebeklerin kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip olduğu görülürken; yeterli sevgi ve şefkati göstermeyen ve yakın temastan kaçınan bakım verenlerin çocuklarının ise kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu görülmüştür. Erken çocuklukta birçok yönden ihtiyaç duyulan bakım veren ile kurulan bu ilişkinin tekrarıyla birlikte bireyin zihinsel temsilleri diğer bir deyişle içsel modelleri de oluşur. Bu içsel modeller de bireyin diğer bütün insanlarla ilişkisini ve benlik algısını etkilemektedir (Bowlby, 1969).

Bakım verenle kurulan bağın kopması durumunda bu bağın tekrar tamamlanması aylar hatta yıllar alabilir. Bowlby'e (1980) göre bakım verenden kopma ve yeniden bağlanma süreci üç aşamalı bir süreçte gerçekleşir:

1. Protesto Çocuk: Ağlayarak ve bağlanma figürünü çağırarak ve onu terk etme tehdidi için öfkeyle azarlayarak yakınlığını yeniden kazanmaya çalışması durumunu ifade etmektedir.

2. Umutsuzluk: Bağlanma figürüyle yeniden bir araya gelmeyi başaramadığında bebeğin umutsuzluk ve depresyon yaşaması anlamına gelmektedir.

3. Ayrılma: Ayrılık yeterince uzunsa, çocuğun bakım veren ile eninde sonunda bağı kırılacaktır. Bu bağı tekrar kazanılması oldukça zordur. Ancak bağlanma figürü yeniden bu bağı kurmaya yönelik özen ve uzun süreli bir çaba gösterirse, bebek "yeniden bağlanma" yaşayabilir. Ancak kırılmanın ardından yaşanan bu bağlanmada bebeğin uzun süre endişeli ve bakım verene karşı yapışkanca davranması muhtemeldir.

Bireyde bakım verenle kurduğu olumlu veya olumsuz bağı bir sonucu olarak oluşan zihinsel temeller ise bireyin kişiliği, kişilerarası ilişkileri, benlik algısı, sosyal ve duygusal gelişimi gibi birçok alanın üzerinde büyük bir etkiye sahiptir (Bretherton, 2000; Bowlby, 1969; Santrock 2015). Bebeklerin bakım verenleri ile kurdukları bu bağlar ve bağlanma tarzlarındaki farklılıklar yetişkin romantik bağlanma tarzlarının da belirleyicileri arasındadır.

Yetişkinlikte Bağlanma

Bowlby'nin (1973) insanların diğer insanlarla bağlar kurma eğilimini kavramsallaştırdığı ve bu bağı doğumda bakım verenle başlayıp romantik ilişkide partnere bağlanmayı da etkilediği bağlanma kuramı, yakın ilişkilerin de temelini oluşturabilecek yapıdadır. Erken çocukluk bağlanma tarzları ile yetişkin bağlanma tarzları arasında kavramsal bir bağlantı kurmuştur. Romantik ilişkiler bağlanma kuramı çerçevesinde ele alındığında, bebeklerin bağlanmasıyla yetişkinlerin romantik ilişkileri arasındaki benzerlikler tanımlanmıştır (Feeney, 2016; Hazan ve Shaver, 1987). Hazan ve Shaver (1987) tarafından yapılan bir araştırmanın sonuçlarına göre erken çocukluk yaşantılarındaki bağlanma stillerini güvenli olarak tanımlayan bireylerin romantik ilişkilerindeki bağlanma stillerini de güvenli olarak tanımladığı tespit edilmiştir. Ayrıca Main ve diğerleri (1985) tarafından yapılan bir araştırmanın sonuçları da Ainsworth tarafından öne sürülen bağlanma stillerinin yetişkinlikte de geçerli olabileceğini göstermiştir.

Morgan ve Shaver'a (1999) göre yetişkin romantik bağlanma hakkındaki en verimli araştırma fikirleri, bebeklikteki bağlanma dinamiklerinin dikkatli bir şekilde değerlendirilmesinden ortaya çıktığı için, yetişkin romantik ilişkilerinde bağlılığı düşünmeden

önce bebek ve bakım veren arasındaki ilişkideki bağlılık hakkında düşünmek faydalı olacaktır. Bu sebeple bireylerin erken dönem bağlanma stillerini bilmek romantik ilişkilerindeki bağlanma stillerinin de nasıl olacağının tahmin edilmesine ve davranışlarının sebeplerinin anlaşılmasına yardımcı olacaktır.

Ainsworth ve diğerlerinin (1978) bebeklerdeki bağlanmayı 3'e ayırmasını esas alan Hazan ve Shaver'a (1987) göre yetişkin bağlanma stilleri de güvenli, kaygılı ve kaçınan olmak üzere 3 gruba ayrılmaktadır.

Güvenli bağlanma: Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler ilişkilere karşı olumlu fikirleri olan, başkalarıyla yakınlık kurma konusunda sorun yaşamayan ve reddedilme korkusu yaşamayan bireylerdir. Kendilerine ve partnerlerine karşı güven konusunda sorun yaşamazlar. Bunun bir sonucu olarak partnerlerin birbirlerine karşı bağlılığı ve ilişkiden elde edilen doyum artmaktadır. Güvenli bağlanan bireyler ilişkilerini "Sorunlarımızı konuşarak halledebiliyoruz ve ben duygularımı ve düşüncelerimi özgürce ifade edebiliyorum, ilişkide kendim olabiliyorum, beni anlıyor ve dinliyor" şeklinde ifade edebilirler (Feeney, 2016; Feeney ve Noller, 1991; Hazan ve Shaver, 1987; Sandrock, 2015).

Kaçınmacı Bağlanma: Kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan bireyler romantik ilişkiye girme konusunda isteksizdir. Birinin yakınlık talebi bireyde gerginliğe sebep olur ve yakın ilişkileri değersiz olarak algırlar. Kaçınmacı bağlanan bireyler ilişkilerini "Partnerime tamamen güvenmekte zorluk yaşıyorum. Hayattaki beklentilerim arasında evlilik ya da herhangi birine uzun vadeli bağlılık yok. Bu sebeple bana fazlaca yaklaşmaya çalışması hayatım ele geçiriliyormuş gibi hissettiriyor" şeklinde ifade edebilirler (Feeney, 2016; Feeney ve Noller, 1991; Hazan ve Shaver, 1987; Hazan ve Shaver,1994; Sandrock, 2015). Yüksek kaçınma yakın ilişkilere daha az değer verilmesi ve bağlanma ihtiyaçlarını karşılamak için ilişkilere daha az güvenme ile ilişkilidir. Bu bireyler başkalarına bağımlılıktan kaçınırlar, bakım için başkalarına daha az güvenirler, düşük düzeyde yakınlık içeren ilişkileri tercih ederler (Mikulincer ve Shaver, 2003).

Kaygılı bağlanma: Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler partnerlerinin kendilerini yeterince sevmediği düşüncesiyle partnerleri ile daha fazla yakın ilişki kurmaya çalışan bireylerdir. Kendilerine değer vermezler ve çoğunlukla partnerlerini kendilerinden oldukça üstün görürler. Kaygılı bağlanan bireyler ilişkilerini “Sık sık partnerimin beni sevmediği ve benimle olmak istemediği korkusuna kapılıyorum. Partnerimle daha çok yakın olmak istiyorum ancak bu durum onu benden uzaklaştırır diye korkuyorum” şeklinde ifade edebilirler (Feeney, 2016; Hazan ve Shaver, 1987; Sandrock, 2015). Yüksek kaygılı bireyler bağlanma ihtiyaçlarına aşırı derecede odaklanırlar ve ilişkilerinde yoğun bir şekilde yakınlık isterler. Muhtemelen önceki ilişkilerde bağlanma ihtiyaçlarının tutarsız bir şekilde karşılanmasından kaynaklanan bağlanma sistemi partnerlerin ilişkiden koptuğunu algılamada aşırı uyarılmaya yol açar ve bağlanma kaygısı yüksek olan bireyler, yüksek düzeyde kıskançlık ve terk edilme endişesi yaşarlar (Mikulincer ve Shaver, 2003).

Bağlanma bireylerin ilişkiyi başlatma, devam ettirme veya bitirme sebeplerinin anlaşılabilmesi için de hem önemli hem de karmaşık bir süreci ifade etmektedir (Büyükşahin, 2001). Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin çoğu güvenli bağlanma stiline sahip partnerleri seçerken güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin de çoğunlukla güvensiz bağlanma stiline sahip partnerleri seçtiği görülmektedir (Morgan ve Shaver, 1999). Hazan ve Shaver'ın (1987) yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarına göre ise güvenli bağlanma stiline sahip yetişkinlerin kaygılı veya kaçınan bağlanma stiline sahip yetişkinlere göre daha istikrarlı bir ilişkileri olduğu ve boşanma olasılıklarının daha düşük olduğunu görülmektedir. Benzer bir sonuç Feeney'in (2016) çalışmasında da görülmektedir. Feeney'e (2016) göre romantik ilişkilerinde güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanmaya sahip olan bireylere göre ilişki doyumu daha yüksektir ve ilişkileri daha uzun süre devam etmektedir. Bir başka çalışmada ise güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanma stiline sahip bireylere göre başkalarıyla daha kolay ilişki kurduğu ve ilişkiyi sürdürme olasılığının daha yüksek olduğu görülmüştür (Kirkpatrick ve Hazan, 1994). Bu noktadan hareketle bireyin bağlanma stiline ilişkin ilişki istikrarı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenilebilir. Bu durum bağlanma stili ile ilişki istikrarı

arasındaki ilişkinin tek yönlü değil karşılıklı olduğunu da göstermektedir. Ayrıca bağlanma figürü ve benlik modelinin birbirini tamamlayıcı ve birbirini doğrulayıcı olacak şekilde gelişmesi beklenmektedir (Bowlby, 1973). Bu sebeple hem bağlanmanın hem de benlik değişiminin ilişki istikrarı ile yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir.

İlgili Araştırmalar

Araştırmanın bu kısmında çalışmanın öncelikle bağımlı değişkeni olan ilişki istikrarı ile ilgili araştırmalara, ardından bağımsız değişken olan benlik değişimi ve bağlanma ile ilgili araştırmalara yer verilmiştir. Araştırmalar kronolojik sıralamaya göre verilmiştir.

İlişki İstikrarı ile İlgili Araştırmalar

Kirkpatrick ve Hazan (1994) dört yıllık bir süre boyunca bireylerin yetişkin bağlanma stillerini ve romantik ilişkilerin istikrarını incelemişlerdir. Çalışmanın araştırma grubu 177 yetişkin oluşturmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre bireylerin bağlanma stilleri zaman içinde değişim göstermemektedir. Ayrıca bağlanma stili, ilişki istikrarının önemli bir yordayıcısıdır ve güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanma stiline sahip bireylere göre 4 yıllık aralıkta ayrılık yaşantısı daha düşük bulunmuştur

Bağlanma stilleri ile Rusbult'un (1983) Yatırım Modeli arasındaki ilişkileri inceleyen Pistole ve diğerlerinin (1995) çalışmasının araştırma grubu 239 kişiden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanma stili ile bağlanım ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin ise ilişkiye yatırım yapma düzeylerinin oldukça düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca güvenli bağlanma stiline sahip olan bireyler mevcut romantik ilişkilerine karşı daha bağlılık duyarken; güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin (özellikle de kaçınmacı bağlanma stiline sahip olanlar) mevcut romantik ilişkilerine karşı daha az bağlılık duyduğu görülmektedir.

Bağlanma, aşk stilleri ve Yatırım Modelinin aldatma üzerindeki etkisini inceleyen Fricker'in (2006) çalışmasının araştırma grubu 18-60 yaş arası en az 1 yıldır romantik ilişkisi olan 313 kişiden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre kaçınan bağlanmanın ilişkide doyumu, ilişki yatırımı ve bağlanım ile negatif bir ilişkisi varken seçeneklerin niteliğini

değerlendirme ile pozitif bir ilişkisi vardır. Kaygılı/kararsız bağlanma ise ilişkide doyumu ve bağlanım ile negatif bir ilişkiye sahipken ilişki yatırımı ile pozitif bir ilişkiye sahiptir. Ayrıca bağlanım, ilişki doyumu ve ilişki yatırımı ile pozitif bir ilişkiye sahipken seçeneklerin niteliğini değerlendirme ile negatif bir ilişkiye sahiptir. Bir başka deyişle bu araştırmanın sonuçlarına göre ilişkiden doyum alan bireyler aynı zamanda ilişkiye son derece bağlıydılar, güçlü yatırımlar yaptılar ve ilişki doyumu düşük olanlara göre daha az başka alternatifleri değerlendirdiler.

Yatırım modeline dayalı ilişki sürdürme becerileri psiko-eğitim programının ilişki istikrarlarına olan etkisini inceleyen Çelik'in (2018) çalışmasının araştırma grubu romantik ilişkisi olan 36 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın sonucuna göre, ilişki sürdürme becerileri psiko-eğitim programının katılımcıların ilişki doyumu düzeylerinin, ilişkiye yaptıkları yatırım düzeylerinin ve genel ilişki istikrarının artmasında ve çift uyumunun, ilişkideki kendi tutumlarının önemini vurgulayan içsel kontrol algısının yükselmesinde ve ilişkide dış faktörlerin etkisini vurgulayan dışsal kontrol algısının azalmasında etkili olduğu tespit edilmiştir.

Kaya-Akarsu (2018) sosyal ilgi, ilişkisel benlik saygısı ve maneviyat ile ilişki istikrarı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın araştırma grubu romantik ilişkisi olan 400 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, erkeklerin seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyleri kadınlara göre daha yüksek olduğu görülürken ilişki doyumu ve ilişki yatırımının cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği görülmektedir. Bununla beraber ilişki doyumu ile sosyal ilgi ve ilişkisel benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki varken ilişki yatırımı ile maneviyat, sosyal ilgi ve ilişkisel benlik saygısı arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca sosyal ilgi ve ilişkisel benlik saygısı ilişki doyumu ve ilişki yatırımı yordarken maneviyatın sadece ilişki yatırımı düzeyini yordadığı görülmektedir.

İlişki istikrarına ilişkin yapılan araştırmalarda da görüldüğü üzere bireylerin ilişkiyi sonlandırma veya devam ettirme fikri birçok farklı durumdan etkilenmektedir. Bunlardan biri de bireylerin bağlanma stilleridir. Romantik ilişkinin ve bireylerin ilişkiden aldığı doyumun,

seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyinin, ilişkiye yapılan yatırımın ve bağlanımın anlaşılabilmesi ve ilişki istikrarına yönelik çıkarım yapılabilmesi için bireylerin bağlanma stillerinin anlaşılması gerekmektedir. Ayrıca benliğin ilişki istikrarı üzerinde etkili olduğu ancak benlikte yaşanan olumlu ve olumsuz değişimlerin romantik ilişki istikrarını nasıl etkilediğine yönelik çalışma yapılmamıştır. Yeni bir kavram olan benlik değişimi ve ilişki istikrarının ele alınması bireyin yaşamında oldukça önemli olan romantik ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesine yardımcı olacaktır.

Benlik Değişimi ile İlgili Araştırmalar

McIntyre ve diğerleri (2015) bireylerin benliklerinde meydana gelen dört değişim türünün ilişki doyumunu ve bağlılıkla aralarındaki ilişkiyi araştırmak için boylamsal bir çalışma yapmıştır. İlk çalışmanın araştırma grubu romantik ilişkisi devam eden 68 kişiden oluşmaktadır ve benlik değişiminin ilişki kalitesi ve bağlılıkla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Benlik değişiminin ilişki kalitesi ile ilişkisini daha fazla araştırmak için yaptığı ikinci çalışmanın araştırma grubu ise 147 romantik ilişkisi olan bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın bulgularına göre benlik kavramının iyileştirilmesi (benlik genişlemesi ve benlik budanması) ile ilişkili süreçlerin, ilişki sürdürme davranışları ve motivasyonları ile olumlu bir şekilde ilişkili olduğu ancak benlik kavramının bozulması (benlik daralması ve benlik kirlenmesi) ile ilişkili süreçlerin olumsuz olduğunu ve bu durumun ilişkiye zarar verdiği görülmektedir.

Dinçer (2017) İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli zerine yaptığı çalışmada iki ayrı yol modeli oluşturmuştur. Bu modellerden ilkinde ben tasavvuruna ötekini katma, aşka ilişkin tutumlar, bağlanma stilleri ve benlik yönelimlerinin, benlik değişimi ve benlik değişimi aracılığıyla yaşam doyumunu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çalışmanın araştırma grubu romantik ilişkisi devam eden 485 niversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre benlik genişlemesi ile ben tasavvurunu ötekini katma, Eros, Pragma ve öz-geşişim / kendileşme yönelimi arasında pozitif yönlü bir ilişki varken; Ludus ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi bulunmaktadır. Benlik daralması ise ben tasavvuruna ötekini katma, Eros, ilişki yönelimi ve kendileşme / öz-geşişim yönelimi ile negatif yönü anlamlı bir ilişkiye sahiptir.

Ayrıca benlik budanması Eros ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Öte yandan benlik değişimin alt boyutlarından benlik genişlemesi, benlik budanması, benlik kirlenmesi ve ilişki yönelimi yaşam doyumu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahipken benlik daralması ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğu görülmektedir. Çalışmanın ikinci modelinde ise temel kişilik özellikleri, çelişik duygulu cinsiyetçilik, benlik düzenleme odakları ve bilişsel esnekliğin benlik değişimi ve benlik değişimi aracılığıyla ilişki doyumu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çalışmanın araştırma grubu 480 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre benlik genişlemesi korunma odağı ve heteroseksüel yakınlık ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahipken, düşmanca cinsiyetçilik değişkeni ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Benlik daralması korunma odağı değişkeni ile negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahipken, gelişme odağı değişkeni ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Ayrıca benlik budanması gelişme odağı ve heteroseksüel yakınlık değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Benlik daralması ise gelişme odağı ve düşmanca cinsiyetçilik değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahipken korunma odağı ve sorumluluk değişkenleri ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Ve son olarak benlik genişlemesi ve benlik budanması ilişki doyumu ile pozitif yönde etkili iken benlik daralması ve benlik kirlenmesi ilişki doyumu üzerinde negatif yönde etkilidir.

Benlik değişimini ele alan Tuncer (2019) romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin ilişkilerine dair inançları ile ilişkilerinde yaşadıkları benlik değişiminin romantik ilişkilerinin niteliğini yordama gücünü incelemiştir. Çalışmanın araştırma grubu 361 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre benlik değişiminin alt boyutlarından benlik genişlemesi ve benlik daralması romantik ilişkilerinin niteliğinin sosyal destek alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordarken; benlik değişiminin alt boyutlarından benlik genişlemesi, benlik daralması ve benlik kirlenmesi ise romantik ilişkinin niteliğinin çatışma ve derinlik alt boyutlarını anlamlı olarak yordamaktadır. Ayrıca benlik değişimi cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermektedir.

Gündüz ve Karataş (2020) romantik ilişkilerde benlik değişimi ve öz yeterliliğin ilişki doyumu ile ilişkisini incelemiştir. Çalışmanın araştırma grubu 106 erkek ve 246 kadın üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre ilişki doyumu ile benlik genişlemesi ve benlik budanması arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki varken; ilişki doyumu ile benlik kirlenmesi ve benlik daralması arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

İlgili alan yazın incelendiğinde benlik değişimi kavramının birçok farklı kavramla ilişkilendirildiği ancak yeterli sayıda araştırmanın olmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalarda romantik ilişki yaşantısının benliğin olumlu veya olumsuz değişimi üzerinde etkili olduğuna yönelik sonuçlar elde edilmiştir. İlişki doyumu alt ölçeği ve benlik değişimini ele alan çalışmalar olmasına rağmen ilişki istikrarının alt ölçeklerinden seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve bağlanım ile benlik değişimini ele alan bir çalışma bulunmamaktadır. Bu araştırmada alan yazında yeni bir kavram olan benlik değişimi kavramı ilişki istikrarının dört alt ölçeği ile ele alınmıştır ve ilişki istikrarını yordama durumu araştırılmıştır.

Bağlanma ile İlgili Araştırmalar

Simpson (1990), romantik ilişkisi olan üniversite öğrencisi çiftler üzerinde yaptığı boylamsal bir çalışmada bağlanma stili, bağlanım ve diğer ilişki değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın araştırma grubu 144 çiftten oluşmaktadır. Araştırmanın analizinden elde edilen sonuçlara göre güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin daha fazla bağlanım ve daha fazla karşılıklı bağımlılık, güven ve ilişki doyumuna sahip olduğu görülmüştür. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin ise daha düşük düzeyde bağlanım, karşılıklı bağımlılık, güven ve ilişki doyumuna sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca kaygılı bağlanma stiline sahip bireylere ilişkin bulgular incelendiğinde kaygılı bağlanmanın ilişki değişkenlerinin güçlü bir yordayıcısı olmadığı ancak düşük bağlanım ve güven düzeyine sahip oldukları sonucuna varılmıştır.

Keelan ve diğerleri (1994), bağlanma stilinin bir fonksiyonu olarak 4 ay boyunca ilişki özelliklerindeki değişiklikleri incelemişlerdir. Çalışmanın araştırma grubu 97 kadın 40 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin bağlanım, ilişki doyumu ve güven düzeylerinin zaman içinde

azaldığı görülmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin ise zaman içinde bağlılık, ilişki doyumu ve güven düzeylerinin arttığı sonucuna varılmıştır.

Bağlanma ve ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki doyumunu ele alan bir diğer araştırma ise Stackert ve Bursik (2003) tarafından yapılmıştır. Stackert ve Bursik (2003) bireylerin romantik ilişkideki partnerlerine bağlanma stilleri ile mantıksız ilişki inançlarının ve romantik ilişkiden aldıkları doyumlarının arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmanın araştırma grubu 118 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilerin kaygılı veya kaçınmacı bağlanma stillerine sahip öğrencilere göre romantik ilişkiden aldıkları doyum daha yüksektir. Ayrıca kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip öğrencilerin güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilere göre daha yüksek mantıksız ilişki inançları bulunmaktadır.

Bağlanma ve ilişki istikrarını ele alan bir başka araştırmada Buğa (2009), bağlanma stilleri, toplumsal cinsiyet rolleri ve bazı demografik değişkenler ile ilişki istikrarı arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Çalışmanın araştırma grubu romantik ilişkisi olan 400 kişiden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda ilişki istikrarını etkileyen değişkenler anlamında demografik özellikler, ilişki durumları ve bağlanma stilleri açısından anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. İlişki istikrarı üzerinde toplumsal cinsiyet rollerinin anlamlı bir etkisi görülmemiş, ancak kadınsılık ve erkeksilik boyutlarında anlamlı olduğu görülmüştür.

Londero-Santos ve diğerleri (2020) bağlanma ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin aracı olarak partnerin ilişki yatırımının algılanmasının rolünü araştırmıştır. Çalışmanın araştırma grubu 1088 romantik ilişkisi olan bireyden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre partnerin ilişki yatırımı algısının kaygılı ve kaçınma bağlanma stillerine ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiye tam olarak aracılık ettiği görülmüştür. Ayrıca daha yüksek düzeyde kaçınmacı veya kaygılı bağlanmaya sahip olanların daha düşük partnere ilişkin ilişki yatırım algısının olduğu ve dolayısıyla daha düşük ilişki doyumuna sahip oldukları görülmüştür.

İlgili alan yazın incelendiğinde bağlanmayı etkileyen birçok farklı kavram olduğu görülmektedir. Bağlanma ile ilişkilendirilen değişkenlerden biri de ilişki istikrarıdır. Ancak birçok çalışmada ilişki istikrarının ilişki doyumu alt ölçeği üzerinde durulmakta ve seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve özellikle bağlanım alt ölçeklerine ilişkin çok daha az çalışma bulunmaktadır.



Bölüm 3

Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırma grubu, verilerin toplanması ve verilerin analizine ilişkin açıklamalar aşağıda yer almaktadır.

Araştırma Yöntemi

Bu araştırma en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı, benlik değişimi ve bağlanma düzeylerini incelemek için tasarlanmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni ilişki istikrarı iken bağımsız değişkenler; benlik değişimi, bağlanma, cinsiyet, yaş ve romantik ilişki süresidir. Bu çalışma ilişkisel tarama modeline dayalı nicel bir araştırmadır. Karasar'a (2014) göre tarama modeli; önceden veya halen var olan bir durumu olduğu şekliyle diğer bir deyişle araştırılmak istenilen olay, nesne veya bireyde hiçbir değişiklik yapmadan gözleyip belirlemek için kullanılan modeldir. Karasar'a (2014) göre ilişkisel tarama modeli ise, genel tarama modellerinden biridir ve iki ve daha fazla değişken arasında birlikte değişimin olup olmadığını ve eğer değişim varsa değişimin derecesini belirlemeyi hedefleyen araştırma modelidir.

Araştırma Grubu

İlişki istikrarı ve benlik değişiminin deneyimlenmesi için belirli bir süre geçmesi gerektiği düşünüldüğünden araştırma grubu en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu öğrencilerin 316'sı kadın 87'si erkek üniversite öğrencisidir. Araştırma grubu sadece bir üniversiteden değil birçok farklı üniversitede öğrenim gören romantik ilişkisi devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerine ilişkin demografik özellikler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1*Araştırmaya Katılan Bireylerin Demografik Özellikleri*

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	316	78,4
	Erkek	87	21,6
Yaş	18-21 yaş	281	69,7
	22 yaş ve üstü	122	30,3
Devam eden romantik ilişki süresi	6 ay-1 yıl	143	35,5
	1 yıl-3 yıl	144	35,7
	3 yıl-5 yıl	71	17,6
	5 yıl ve fazlası	45	11,2

Her bir demografik değişkene ilişkin frekans ve yüzde tablosu Tablo 1’de verilmiştir. Buna göre çalışmanın araştırma grubu 316 kadın (%78,4) ve 87 erkek (%21,6) öğrenci olmak üzere toplam 403 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Yaş değişkenine göre incelendiğinde çalışmaya 18-21 yaşında 281 birey (%69,7) katılırken; 22 yaş ve üzeri 122 birey (%30,3) katılmıştır. Devam eden romantik ilişki sürelerine bakıldığında ise ilişki süresi 1-6 ay olan öğrenci sayısı 143 (%35,5), 1 yıl-3 yıl olan öğrenci sayısı 144 (%35,7), 3 yıl ve 5 yıl olan öğrenci sayısı 71 (%17,6) ve 5 yıl ve fazla romantik ilişkisi devam eden öğrenci sayısı ise 45 (%11,2)’dir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada bireylerin ilişki istikrarı ile ilgili verilerin toplanabilmesi için Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve Büyükşahin ve Taluy (2008) tarafından gözden geçirilmiş “İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ)” kullanılmıştır. Benlik değişimi ile ilgili verilerin toplanabilmesi için Dinçer, Ekşi ve Aron (2018) tarafından geliştirilen “Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği (TRİBDÖ)” ölçeği kullanılırken; bağlanma ile ilgili verilerin toplanabilmesi için ise Fraley, Waller ve Brennan (2000) tarafından geliştirilen ve Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005)

tarafından Türkçeye uyarlanan “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II)” kullanılmıştır. Ayrıca cinsiyet, yaş ve romantik ilişki süresine ilişkin verilerin toplanabilmesi için araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ)

İlişki istikrarı ile ilgili verilerin toplanabilmesi için kullanılan “İlişki İstikrarı Ölçeği”, Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Büyüksahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. İlişki İstikrarı Ölçeği üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçekler: ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve ilişki yatırımdır. Alt ölçeklerin her biri 10 maddeden oluşmakta ve ölçekte toplam 30 madde bulunmaktadır. Alt ölçeklerin ilk beş maddesi dört dereceli (1= tamamen yanlış, 2= oldukça yanlış, 3= oldukça doğru, 4= tamamiyla doğru) Likert tipi ölçek iken diğer maddeleri 1 (tamamen yanlış) ile 9 (tamamiyla doğru) arasında değer alan Likert tipi bir ölçektir. İlişki istikrarı ölçeğinin alt ölçeklerinde tersten puanlanan (reverse) madde bulunmamaktadır. Alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarına bakıldığında İlişki Doyumu için .92 ile .95 arasında, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme için .82 ile .88 arasında ve İlişki Yatırımı için .82 ile .84 arasında değerler aldığı tespit edilmiştir. Ölçekten alınan yüksek puan ölçeğin değerlendirdiği özelliğin arttığı anlamına gelmektedir. Büyüksahin ve Taluy (2008) İlişki İstikrarı Ölçeği’ni gözden geçirmişler ve ölçeğe bağlanım alt ölçeği (7 madde) eklemişlerdir. Bu gözden geçirme çalışmasının ardından İİÖ; ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımdır ve bağlanım olmak üzere 4 alt ölçekten ve 37 maddeden oluşan bir ölçek halini almıştır. İlişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımdır alt ölçeklerinin ilk beş maddesi dörtlü dereceli (1= tamamen yanlış, 2= oldukça yanlış, 3= oldukça doğru, 4= tamamiyla doğru), diğer maddeleri ise 9’lu dereceli (1=tamamen yanlış, 9=tamamiyla doğru) iken bağlanım alt ölçeğinin bütün maddeleri 9’lu dereceli (1=tamamen yanlış 9=tamamiyla doğru) likert tipi bir ölçektir. Bu çalışmadan elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ise, ilişki doyumu için .94, seçeneklerin niteliğini değerlendirme için .86, ilişki yatırımdır için .76 ve bağlanım için de .92 olarak bulunmuştur. İlişki doyumu, seçeneklerin

niteliğini değerlendirme ve ilişki yatırımı alt ölçeklerinde reverse madde bulunmazken bağlanım alt ölçeğindeki 3.ve 4. maddeler tersten puanlanmaktadır.

Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği (TRİBDÖ)

Benlik değişimi ile ilgili verilerin toplanabilmesi için “Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği” kullanılmıştır. Mattingly ve diğerleri (2014) İlişkisel Benlik Değişimi Ölçeği’ni Türkçeye uyarlama çalışmasına paralel test olarak geliştirilen bu ölçek; romantik ilişkisi olan bireylerin yaşadıkları ilişkisel benlik değişimini ölçmek amacıyla Dinçer ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik budanması ve benlik kirlenmesi şeklindedir. Benlik genişlemesi alt boyutu 5 madde, benlik daralması alt boyutu 5 madde, benlik budanması 3 madde ve benlik kirlenmesi 3 madde olmak üzere TRİBDÖ toplam 16 maddeden oluşan ve 7’li dereceli (1=Hemen hiç, 7 = Çok fazla doğru) likert tipi bir ölçektir. Ölçek alt boyutlar bazında puanlanmaktadır ve ölçekten alınan puanın artması alt boyutun ölçtüğü benlik değişimi türünde yüksek bir benlik değişimi olduğunu göstermektedir. Ölçekte reverse madde bulunmamaktadır (Dinçer vd., 2018). Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği’nin yapı geçerliğini incelemek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ile ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışma ilki 426 kişiden oluşan ve ikincisi 348 kişiden oluşan iki farklı araştırma grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmadan elde edilen Cronbach alfa değerleri ilk uygulamada benlik genişlemesi için .80, benlik daralması için .85, benlik budanması için .76 ve benlik kirlenmesi için .63 olarak bulunmuştur. İkinci uygulamada ise Cronbach alfa değerleri benlik genişlemesi için .80, benlik daralması için .85, benlik budanması için .74 ve benlik kirlenmesi için .61 olarak bulunmuştur (Dinçer, 2017).

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II).

Bağlanma ile ilgili verilerin toplanabilmesi için kullanılan olan “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II”, Fraley ve diğerleri (2000) tarafından geliştirilmiştir. Bu envanter yapısı itibarıyla Brennan ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilen “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri”nden farklıdır. Brennan ve diğerleri (1998) tarafından oluşturulan madde havuzunu

kullanan Fraley ve diğerleri (2000) madde havuzunu madde tepki kuramına göre inceleyerek en yüksek ayırt etme derecesine sahip 18 kaygı ve 18 kaçınma maddesini seçerek envanteri oluşturmuşlardır. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II'nin Türkçeye uyarlanması Selçuk ve diğerleri (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. 2 boyuttan ve 36 maddeden oluşan bu envanter 7'li Likert tipi (1=Hiç katılmıyorum, 7=Tamamen katılıyorum) bir ölçüm aracıdır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayıları ise kaçınma boyutu için .90, kaygı boyutu için .86 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenirliği ise kaçınma boyutu için .81 iken kaygı boyutu .82 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu katılımcılara ilişkin cinsiyet, yaş, fakülte ve romantik ilişki süresine ilişkin kişisel bilgileri öğrenme amaçlayan formdur. Bu form EK-B5'de yer almaktadır.

Veri Toplama Süreci

Araştırma için veri toplama sürecine başlamadan önce ilişki istikrarı ile ilgili verilerin toplanabilmesi için Rusbult ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilen, Büyükşahin ve diğerleri (2005) tarafından Türkçeye uyarlanan ve Büyükşahin ve Taluy (2008) tarafından gözden geçirilen "İlişki İstikrarı Ölçeği"ni (İİÖ) kullanabilmek için ölçek sahiplerinden uygulama izni alınmıştır. Ayrıca benlik değişimi ile ilgili verilerin toplanabilmesi için Dinçer ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilen "Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği"ni (TRİBDÖ) ve bağlanma ile ilgili verilerin toplanabilmesi için Fraley ve diğerleri (2000) tarafından geliştirilen Selçuk ve diğerleri (2005) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'yi (YİYE-II) kullanabilmek için de ölçek sahiplerinden uygulama izni alınmıştır. Ardından Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan araştırmaya ilişkin gerekli izinler alınmıştır. Ölçeklerin kullanımlarına ilişkin alınan izinler EK-A1, A2 ve A3'te bulunmaktadır. Ölçeklere ilişkin örnek maddeler, gönüllü katılım formu ve kişisel bilgi formu ise sırasıyla EK-B1, B2, B3, B4 ve B5'de bulunmaktadır. Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon Onay Formu da EK-F'de yer almaktadır. Ayrıca veri toplama sürecinin başında Yozgat Bozok Üniversitesi

Eğitim Fakültesi Dekanlığı'ndan, Yozgat Bozok Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinden veri toplayabilmek için gerekli izinler alınmıştır ve bu izne ilişkin belge de EK-C'de yer almaktadır.

Gerekli izinler alındıktan sonra EK-D'de yer alan sosyal medya metni aracılığıyla Google Form üzerinden veri toplanmaya başlanmıştır. Ayrıca Yozgat Bozok Üniversitesi Eğitim Fakültesinde bulunan öğretim üyeleri ile görüşülerek belirli tarih ve saatlerde sınıf ortamında en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinden veri toplanmıştır. Ancak sadece Yozgat Bozok Üniversitesinden değil Türkiye'de bulunan farklı üniversitelerdeki öğrencilerden de sosyal medya aracılığıyla veri toplanmıştır.

Gönüllü Katılım Formu aracılığıyla; veri toplama sürecinde özel sorular (politik görüş, cinsel yönelim, din vb.) sorulmayacağı, katılımın tamamıyla gönüllülüğe dayandığı ve bu nedenle çalışmaya katılmama, çalışmaya katıldıktan sonra istenildiği zaman ayrılma hakkına sahip olduğu ve eğer çalışmadan ayrılma kararı alınırsa herhangi bir yükümlülüğün olmadığı konuları belirtilmiştir. Ayrıca çalışmanın amacı ve gizlilik ilkesi hakkında detaylı bilgi verilmiştir. Gönüllü Katılım Formu EK-B4'de yer almaktadır.

Verilerin Analizi

Veriler SPSS 26.0 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Değişkenlere ilişkin ortalama standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri, tanımlayıcı istatistik teknikleri ile hesaplanmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Korelasyon Katsayısı kullanılarak belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni ne düzeyde yordadığını belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Demografik değişkenlere dayalı farklılıklar bağımsız t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Kruskal Wallis- H testi ve Mann- Whitney U testi kullanılarak incelenmiştir.

Çalışmada öncelikle veri izleme prosedürü uygulanmıştır. Bu kapsamda hatalı veri girişi, uç değerler ve kayıp veriler kontrol edilmiştir (Kline, 2011). Yapılan incelemede hatalı veri girişi ve kayıp veri olmadığı gözlenmiştir. Uç değerler Mahalanobis Uzaklık indeksi ile

incelenmiş olup, çok değişkenli normallikten sapma gösteren 20 gözlem veri setinden çıkartılmıştır.

Her bir alt boyuta ilişkin normal dağılım varsayımı çarpıklık ve basıklık katsayıları yoluyla değerlendirilmiştir. Alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistikler Tablo 2’de gösterilmektedir.

Tablo 2

Alt Boyutlara İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

Değişken	$\bar{x}$	SS	Min.	Max.	Çarpıklık	Basıklık	α
İlişki Doyumu	39.63	5.93	19	45	-1.45	1,89	.90
Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme	19.07	9.52	5	45	.31	-.69	.80
İlişki Yatırımı	27.89	9.79	5	45	-.11	-.79	.82
Bağlanım	56.61	8.37	26	63	-1.58	1.94	.87
Benlik Genişlemesi	25.75	5.98	6	35	-.60	.15	.75
Benlik Daralması	15.69	7.15	5	35	.58	-.38	.79
Benlik Budanması	12.64	4.51	3	21	.14	-.56	.51
Benlik Kirlenmesi	12.89	4.44	3	21	-.04	-.65	.60
Kaygılı Bağlanma	67.25	19.53	29	122	.29	-.58	.87
Kaçıncı Bağlanma	47.01	16.11	18	106	.30	-.48	.85

Tablo 2’de her bir alt boyuta ilişkin ortalama, standart sapma, minimum (Min.) ve maksimum (Max.) değerler, çarpıklık ve basıklık değerleri ve Cronbach alfa değeri yer almaktadır. Regresyon analizi yapmak için gerekli normal dağılım varsayımları Tablo 2’deki çarpıklık-basıklık katsayıları yoluyla değerlendirilmiştir. Bu değerlerin +3 ila -3 arasında yer alması verilerin normal dağılımından anlamlı bir sapma göstermediğine işaret etmektedir (Kalaycı, 2008). Bu araştırmada değişkenlere ilişkin çarpıklık katsayılarının -1.58 ile .58 arasında, basıklık katsayılarının ise -.79 ile 1.94 arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Bu doğrultuda verilerin normal dağılım gösterdiği değerlendirilmiştir.

Regresyon analizinde yordayıcı değişkenler arasında yüksek düzeyde bir ilişkinin varlığı sonuçları etkileyebilmektedir. Bu durum çoklu bağlantı (Multicollinearity) problemi olarak adlandırılmaktadır. Bu çalışmada çoklu bağlantı probleminin varlığı iki yolla kontrol edilmiştir. İlk olarak değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelenmiştir. Yordayıcı değişkenler arasında .90'dan yüksek bir ilişkinin varlığı çoklu bağlantı probleminin olabileceğine işaret etmektedir (Çokluk vd., 2012). Bu araştırmada yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkilerin -.44 ile .51 arasında olması çoklu bağlantı problemi olmadığına işaret etmektedir (Bkz. Tablo 3). İkinci olarak her bir regresyon analizi sırasında tolerans ve varyans büyütme faktörü (VIF) değerleri incelenmiştir. Çoklu doğrusal regresyon analizinde tolerans değerinin .20'den büyük, varyans büyütme faktörü (VIF) değerinin ise 10'dan küçük olması çoklu bağlantı probleminin olmadığına önemli bir göstergesidir (Çokluk vd., 2012). Analizler sırasında bu değerlerin belirtilen eşik değerlerin altında / üstünde olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 4, 5, 6, 7).

Araştırmanın değişkenleri arasındaki korelasyon analizi sonucu ise Tablo 3'de sunulmuştur.

Tablo 3*Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizi Tablosu*

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.İlişki Doyumu	1									
2.Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme	-.31**	1								
3.İlişki Yatırımı	.18**	-.20**	1							
4.Bağlanım	.47**	-.40**	.34**	1						
5.Benlik Genişlemesi	.43**	-.21**	.34**	.26**	1					
6.Benlik Daralması	-.25**	.11*	.30**	-.22**	.02	1				
7.Benlik Budanması	.16**	-.08	.22**	.04	.32**	.22**	1			
8.Benlik Kirlenmesi	-.07	-.08	.45**	.08	.10*	.51**	.20**	1		
9.Kaygılı Bağlanma	-.30**	.13**	.25**	-.20**	-.01	.47**	.11*	.43**	1	
10.Kaçınmacı Bağlanma	-.39**	.13**	-.10	-.44**	-.16**	.25**	-.03	.04	.46**	1

*: p<.05, **:p<.01

Yukarıda yer alan Tablo 3’de sunulan, araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki korelasyon düzeylerini hesaplayabilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı tekniğini kullanılmıştır. Görüldüğü üzere İlişki doyumu ilişki yatırımı, bağlanım, benlik genişlemesi ve benlik budanması ile pozitif düzeyde anlamlı bir ilişki gösterirken; seçeneklerin niteliğini değerlendirme, benlik daralması, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ile negatif düzeyde anlamlı bir ilişki göstermektedir. Seçeneklerin niteliğini değerlendirme benlik daralması, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ile pozitif düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahipken; ilişki yatırımı, bağlanım, benlik genişlemesi ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki göstermektedir. İlişki yatırımı bağlanım, benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik budanması, benlik kirlenmesi ve kaygılı bağlanma ile pozitif düzeyde anlamlı bir ilişki göstermektedir. Bağlanım benlik genişlemesi ile pozitif düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahipken; benlik daralması, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma ile negatif düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları .51 ile -.44 arasında değişiklik göstermektedir.

Bölüm 4

Bulgular ve Yorumlar

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin analizler ve analizlerin sonuçlarına ilişkin bilgiler yer almaktadır. Bulgular alt problemlerin sırasına göre sunulmuştur.

İlişki İstikrarının Yordayıcılarına İlişkin Bulgu ve Yorumlar

Benlik değişiminin alt boyutları benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik budanması ve benlik kirlenmesi ile bağlanmanın alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanmanın üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve bağlanımı yordayıp yordamadığı araştırılmıştır. Bunun için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan ilişki istikrarını değerlendirmek amacıyla kullanılan “İlişki İstikrarı Ölçeği” dört alt ölçekten oluşmaktadır. Bu nedenle alt ölçeklerden her biri bir bağımlı değişken olarak incelenmiştir. Yordayıcı değişkenlerin romantik ilişkilere sahip bireylerin ilişki doyumlarını, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeylerini, ilişki yatırım düzeylerini ve bağlanım düzeylerini açıklamadaki rolü “Enter” yöntemi ile gerçekleştirilen dört ayrı regresyon analizi ile incelenmiştir.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının İlişki Doyumu Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Bulgular ve Yorum

Benlik değişimi ve bağlanma değişkeninin alt boyutları ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki doyumunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F(6,402) = 34.37, p < .001$). Bu modele göre ilişki istikrarının ilişki doyumu alt ölçeğinin %33’ü benlik değişimi ve bağlanma alt boyutları ile açıklanmaktadır.

Tablo 4*İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	Sh	β	t	p	Çoklu Bağlantı	
						T	VIF
Sabit	37.19	1.54		24.18	.000		
Benlik Genişlemesi	.37	.04	.37	8.44	.000	.87	1.14
Benlik Daralması	-.14	.04	-.17	-3.34	.001	.63	1.58
Benlik Budanması	.11	.06	.08	1.89	.059	.85	1.18
Benlik Kirlenmesi	.04	.07	.03	.62	.537	.65	1.54
Kaygılı Bağlanma	-.04	.02	-.14	-2.60	.010	.59	1.68
Kaçınmacı Bağlanma	-.08	.02	-.22	-4.70	.000	.73	1.37
R= .59 R ² = .34 Düzeltilmiş R ² =.33							
F(6,402) =34.37 p<.001							

Analiz sonuçlarının özetlendiği Tablo 4'te de görüldüğü üzere yordayıcı değişkenlerden benlik genişlemesi ($\beta = .37$, $p < .001$) ilişki doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde açıklarken, benlik daralması ($\beta = -.17$, $p < .01$), kaygılı bağlanma ($\beta = -.14$, $p < .05$) ve kaçınmacı bağlanma ($\beta = -.22$, $p < .001$) ise negatif yönde ve anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Buna karşın benlik budanması ($\beta = .08$, $p > .05$) ve benlik kirlenmesi ($\beta = .03$, $p > .05$) modele anlamlı düzeyde katkıda bulunmamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre modele anlamlı katkı yapan yordayıcı değişkenlerin göreceli önem sırası benlik genişlemesi, kaçınmacı bağlanma, benlik daralması ve kaygılı bağlanma şeklindedir.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilmesi Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Bulgular ve Yorum

Benlik değişimi ve bağlanma değişkeninin alt boyutları ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F(6,402) = 6.71$, $p < .001$). Bu modele göre ilişki istikrarının seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt ölçeğinin %8'i benlik değişimi ve bağlanma alt boyutları ile açıklanmaktadır.

Tablo 5*Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilme Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları*

Değişken	B	Sh	β	t	p	Çoklu Bağlantı	
						T	VIF
Sabit	24.58	2.9		8.47	.000		
Benlik Genişlemesi	-.29	.08	-.18	-3.54	.000	.87	1.14
Benlik Daralması	.20	.08	.15	2.47	.014	.63	1.58
Benlik Budanması	-.06	.11	-.03	-.56	.58	.85	1.18
Benlik Kirlenmesi	-.41	.13	-.19	-3.24	.001	.65	1.54
Kaygılı Bağlanma	.07	.03	.14	2.28	.023	.59	1.68
Kaçınmacı Bağlanma	.01	.03	.01	.17	.86	.73	1.37
R= .30 R ² = .09 Düzeltilmiş R ² =.08							
F(6,402) =6.71 p<.001							

Analiz sonuçlarının özetlendiği Tablo 5'te de görüldüğü üzere yordayıcı değişkenlerden benlik genişlemesi ($\beta=-.18$, $p<.001$), benlik kirlenmesi ($\beta= -.19$, $p<.01$) seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini negatif yönde ve anlamlı düzeyde açıklarken, benlik daralması ($\beta=.15$, $p<.05$) ve kaygılı bağlanma ($\beta=.14$, $p<.05$) seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini pozitif yönde anlamlı bir düzeyde açıklamaktadır. Buna rağmen benlik budanması ($\beta=-.03$, $p>.05$) ve kaçınmacı bağlanma ($\beta=.01$, $p>.05$) modele anlamlı düzeyde katkıda bulunmamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre modele anlamlı katkı yapan yordayıcı değişkenlerin göreceli önem sırası benlik kirlenmesi, benlik daralması ve kaygılı bağlanma şeklindedir.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının İlişki Yatırımı Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Bulgular ve Yorum

Benlik değişimi ve bağlanma değişkeninin alt boyutları ilişkisi istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki yatırımı düzeyini anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F(6,402) =30.79$ $p<.001$). Bu modele göre ilişki istikrarının ilişki yatırımı alt ölçeğinin %31'i benlik değişimi ve bağlanma alt boyutları ile açıklanmaktadır.

Tablo 6*İlişki Yatırım Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları*

Değişken	B	Sh	β	t	p	Çoklu Bağlantı	
						T	VIF
Sabit	4.15	2.59		1.60	.11		
Benlik Genişlemesi	.46	.07	.28	6.28	.000	.87	1.14
Benlik Daralması	.14	.07	.10	1.99	.047	.63	1.58
Benlik Budanması	.05	.10	.02	.53	.596	.85	1.18
Benlik Kirlenmesi	.67	.11	.31	5.91	.000	.65	1.54
Kaygılı Bağlanma	.07	.03	.14	2.67	.008	.59	1.68
Kaçınmacı Bağlanma	-.09	.03	-.15	-3.17	.002	.73	1.37
R= .56 R ² = .32 Düzeltilmiş R ² =.31							
F(6,402) =30.79 p<.001							

Analiz sonuçlarının özetlendiği Tablo 6'da görüldüğü üzere yordayıcı değişkenlerden benlik genişlemesi ($\beta=.28$, $p<.001$), benlik daralması ($\beta=.10$, $p<.05$), benlik kirlenmesi ($\beta=.31$, $p<.001$) ve kaygılı bağlanma ($\beta=.14$, $p<.01$) ilişki yatırımı düzeyini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde açıklarken, kaçınmacı bağlanma ($\beta=-.15$, $p<.01$) ilişki yatırımı düzeyini negatif yönde anlamlı bir düzeyde açıklamaktadır. Buna rağmen benlik budanması ($\beta=.02$, $p>.05$) modele anlamlı düzeyde katkıda bulunmamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre modele anlamlı katkı yapan yordayıcı değişkenlerin göreceli önem sırası benlik kirlenmesi, benlik genişlemesi, kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma ve benlik daralması şeklindedir.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının Bağlanım Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Bulgular ve Yorum

Benlik değişimi ve bağlanma değişkeninin alt boyutları ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan bağlanım düzeyini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. ($F(6,402) =24.93$, $p<.001$). Bu modele göre ilişki istikrarının bağlanım alt ölçeğinin %26'sı benlik değişimi ve bağlanım alt boyutları ile açıklanmaktadır.

Tablo 7*Bağlanım Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları*

Değişken	B	Sh	β	t	p	Çoklu Bağlantı	
						T	VIF
Sabit	58.35	2.28		25.57	.000		
Benlik Genişlemesi	.27	.06	.19	4.24	.000	.87	1.14
Benlik Daralması	-.27	.06	-.23	-4.31	.000	.63	1.58
Benlik Budanması	-.03	.09	-.02	-.38	.705	.85	1.18
Benlik Kirlenmesi	.38	.10	.20	3.79	.000	.65	1.54
Kaygılı Bağlanma	-.01	.02	-.01	-.26	.794	.59	1.68
Kaçınmacı Bağlanma	-.18	.03	-.35	-6.98	.000	.73	1.37
R= .52 R ² = .27 Düzeltilmiş R ² =.26							
F(6,402) =24.93 p<.001							

Analiz sonuçlarının özetlendiği Tablo 7’de görüldüğü üzere yordayıcı değişkenlerden benlik genişlemesi ($\beta=.19$, $p<.001$) ve benlik kirlenmesi ($\beta=.20$, $p<.001$) bağlanım düzeyini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde açıklarken, benlik daralması ($\beta=-.23$, $p<.001$) ve kaçınmacı bağlanma ($\beta=-.35$, $p<.001$) bağlanım düzeyini negatif yönde anlamlı bir düzeyde açıklamaktadır. Buna rağmen benlik budanması ($\beta=-.02$, $p>.05$) ve kaygılı bağlanma ($\beta=-.01$, $p>.05$) modele anlamlı düzeyde katkıda bulunmamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre modele anlamlı katkı yapan yordayıcı değişkenlerin göreceli önem sırası kaçınmacı bağlanma, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve benlik genişlemesi şeklindedir.

Demografik Değişkenlere Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular

Katılımcıların, araştırmanın bağımlı değişkenleri olan, ilişki doyumlarının, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeylerinin, ilişki yatırımı düzeylerinin ve bağlanım düzeylerinin cinsiyetlerine, yaşlarına ve ilişki sürelerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelenmiştir. Verilerin normallik dağılımlarına ilişkin tablo EK-E’de verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeyinde cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?

İlk olarak cinsiyete dayalı farklılıklar bağımsız t testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8

Cinsiyete Göre İlişki İstikrarı Puanlarına İlişkin t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	Ort	SS	t	Sd	p	Cohen's d
İlişki Doyumu	Kadın	316	39.36	6.19	-2.00	401	.047*	.22
	Erkek	87	40.60	4.78				
Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilmesi	Kadın	316	18.78	9.39	-1.17	401	.240	-
	Erkek	87	20.14	9.96				
İlişki Yatırımı	Kadın	316	26.74	9.82	-4.59	401	.000*	.58
	Erkek	87	32.06	8.54				
Bağlanım	Kadın	316	56.71	8.38	.44	401	.662	-
	Erkek	87	56.27	8.40				

Sonuçların özetlendiği Tablo 8'de görüldüğü üzere katılımcıların ilişki doyumları ($t_{(401)}=-2.00$, $p<.05$) ve ilişki yatırım düzeyleri ($t_{(401)}=-4.59$, $p<.001$) cinsiyetleri açısından anlamlı bir farka sahiptir. Bununla birlikte seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi ($t_{(401)}=-1.17$, $p>.05$) ve bağlanım düzeyleri ($t_{(401)}=.44$, $p>.05$) açılarından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Grup ortalamaları incelendiğinde erkeklerin ilişki doyum düzeylerinin ($\bar{x}=40.60$, $SS=4.78$) kadınlara ($\bar{x}=39.36$, $SS=6.19$) kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Benzer şekilde erkeklerin ilişki yatırımı düzeyleri ($\bar{x}=32.06$, $SS=8.54$) kadınlara oranla ($\bar{x}=26.74$, $SS=9.82$) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Seçeneklerin niteliğini değerlendirme açısından erkekler ($\bar{x}=20.14$, $SS=9.96$) kadınlara oranla ($\bar{x}=18.78$, $SS=9.39$) daha yüksek,

bağlanım açısından ise kadınlar ($\bar{x}=56.71$, $SS=8.38$) erkeklere ($\bar{x}=56.27$, $SS=8.40$) oranla daha yüksek puanlar elde etmiştir. Bununla birlikte bu iki değişken açısından gözlenen farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı değildir. Kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı alt ölçeklerinden elde ettikleri farka ilişkin etki büyüklüğü Cohen's d ile hesaplanmıştır. Gruplar arasında ilişki doyumu puanları için elde edilen fark .22 olarak hesaplanmıştır. Buna göre cinsiyetin ilişki doyumu üzerindeki etkisinin düşük düzeyde olduğu söylenebilmektedir. Gruplar arasında ilişki yatırımı puanları için elde edilen fark ise .58 olarak hesaplanmıştır. Bu sebeple cinsiyetin ilişki yatırımı üzerindeki etkisinin ise orta düzeyde olduğu söylenebilmektedir.

Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeyinde yaşa göre anlamlı bir fark var mıdır?

Araştırma değişkenlerinde yaş düzeyi açısından fark olup olmadığını incelemek için araştırma grubu iki kategoriye ayrılmıştır. Santrock (2015)'a göre 18-21 yaş ergenlik olarak kabul edilirken 20'li yaşların başından itibaren ilk yetişkinlik olarak ele alınmaktadır. Bu sebeple araştırmada 21 kesme yaşı olarak alınmıştır. Diğer bir deyişle 18-21 yaş 1. grup iken 22 yaş ve üstündekiler ise 2. Grup olarak kategorileştirilmiştir.

Bu iki grubun ilişki doyumları, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyleri, ilişki yatırım düzeyleri ve bağlanım düzeyleri bağımsız t testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9*Yaşa Göre İlişki İstikrarı Puanlarına İlişkin t-Testi Sonuçları*

Değişken	Yaş	N	Ort	SS	t	Sd	p	Cohen's d
İlişki Doyumu	18-21 yaş	212	39.60	5.94	-.77	401	.93	-
	22 yaş ve üstü	191	39.64	5.93				
Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilmesi	18-21 yaş	212	18.90	9.78	-.385	401	.70	-
	22 yaş ve üstü	191	19.26	9.23				
İlişki Yatırımı	18-21 yaş	212	28.37	9.64	1.05	401	.29	-
	22 yaş ve üstü	191	27.35	9.95				
Bağlanım	18-21 yaş	212	57.05	8.15	1.12	401	.26	-
	22 yaş ve üstü	191	56.12	8.59				

Sonuçların özetlendiği Tablo 9'da görüldüğü üzere katılımcıların ilişki doyumları ($t_{(401)} = -.77$, $p > .05$), seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi ($t_{(401)} = -.385$, $p > .05$), ilişki yatırımı düzeyleri ($t_{(401)} = 1.05$, $p > .05$) ve bağlanım düzeyleri ($t_{(401)} = 1.12$, $p > .05$) açısından yaşlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Grup ortalamaları incelendiğinde 22 yaş ve üstü bireylerin ilişki doyum düzeylerinin ($\bar{x} = 39.64$, $SS = 5.93$) 18-21 yaşındaki bireylere ($\bar{x} = 39.60$, $SS = 5.94$) kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. 22 yaş ve üstü bireylerin seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyleri ($\bar{x} = 19.26$, $SS = 9.23$) ise 18-21 yaşındaki bireylere ($\bar{x} = 18.90$, $SS = 9.78$) kıyasla daha yüksektir. 18-21 yaşındaki bireylerin ilişki yatırımı düzeyleri ($\bar{x} = 28.37$, $SS = 9.64$) 22 yaş ve üstü bireylere ($\bar{x} = 27.35$, $SS = 9.95$) kıyasla daha yüksekken benzer şekilde bağlanım açısından da 18-21 yaşındaki bireylerin ($\bar{x} = 57.05$, $SS = 8.15$) 22 yaş ve üstü bireylere

($\bar{x}$ =56.12, SS=8.59) kıyasla daha yüksek puanlar elde ettiği görülmektedir. Ancak bu dört değişken açısından gözlenen farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeyinde devam eden romantik ilişki sürelerinde göre anlamlı bir fark var mıdır?

Araştırmada son olarak bağımlı değişkenlerde devam eden romantik ilişki süresi açısından anlamlı düzeyde fark olup olmadığı incelenmiştir. Öncelikle değişkenlerin her alt kategorideki dağılımına ilişkin tanımlayıcı değerler hesaplanmıştır. Sonuçlar Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10

İlişki Süresine Göre Bağımsız Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	İlişki Süresi	N	Ortalama	SS
İlişki doyumu	1. 6 ay-1 yıl	143	38.54	6.37
	2. 1-3 yıl	144	39.83	5.73
	3. 3-5 yıl	71	40.86	5.12
	4. 5 yıldan fazla	45	40.44	5.92
Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilmesi	1. 6 ay-1 yıl	143	19.81	9.47
	2. 1-3 yıl	144	19.54	9.87
	3. 3-5 yıl	71	17.48	8.48
	4. 5 yıldan fazla	45	17.73	9.95
İlişki Yatırımı	1. 6 ay-1 yıl	143	25.95	10.08
	2. 1-3 yıl	144	28.83	9.51
	3. 3-5 yıl	71	28.25	9.44
	4. 5 yıldan fazla	45	30.49	9.48
Bağlanım	1. 6 ay-1 yıl	143	55.31	9.67
	2. 1-3 yıl	144	56.32	7.86
	3. 3-5 yıl	71	58.97	6.13
	4. 5 yıldan fazla	45	57.93	7.85

Tablo 10'da görüldüğü üzere katılımcıların ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi, ilişki yatırımı ve bağlanım puan ortalamaları arasında ilişki süreleri açısından farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu farklılıkların istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığını belirlemek için grupların ortalamaları karşılaştırılmıştır. Analiz tekniğini belirlemek için bağımlı değişken olan ilişki istikrarının tüm alt ölçeklerinin ilişki süresinin her bir alt kategorisindeki dağılımların normalliği incelenmiştir. Seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi, ilişki yatırımı ve bağlanım tüm alt kategorilerde normal dağılım sergilediği belirlenmiştir. Buna karşın ilişki doyumu düzeyi 4. grupta diğer bir deyişle 5 yıl ve üzeri ilişkisi olan bireylerde normal dağılımdan sapma gösterdiği gözlenmiştir (Bknz. EK-E). Bu nedenle, seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi, ilişki yatırımı ve bağlanım değişkenleri açısından farklılıklar tek yönlü varyans analizi (ANOVA), ilişki doyumu değişkeni açısından farklılıklar ise Kruskal Wallis-H testi ile incelenmiştir. İlk olarak tek yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar Tablo 11'de sunulmuştur.

Tablo 11

Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilmesi, İlişki Yatırımı ve Bağlanım Değişkenlerinde Devam Eden Romantik İlişki Süresine Dayalı Farklılıklara İlişkin ANOVA Sonuçları

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark	η^2
Seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi	Gruplar arası	372.23	3	124.07	1.37	.251	-	
	Gruplar içi	36057.54	399	90.37				
	Toplam	36429.77	402					
İlişki yatırımı	Gruplar arası	977.20	3	325.73	3.46	.017*	4>1	.025
	Gruplar içi	37573.99	399	94.17				
	Toplam	38551.20	402					
Bağlanım	Gruplar arası	726.37	3	242.12	3.51	.015*	3>1	.025
	Gruplar içi	27459.24	399	68.82				
	Toplam	28185.61	402					

Tablo 11’de görüldüğü üzere katılımcıların seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyleri ilişki süreleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur ($F(3,399)= 1.37$ $p>.05$). Buna karşın ilişki yatırım düzeyi ve bağlanım düzeyinin ilişki süresi açısından anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ($F(3,399)= 3.46$, $p<.05$, $F(3,399)=3.51$, $p<.05$). İlişki sürelerine göre üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı alt ölçeklerinden elde ettikleri farka ilişkin etki büyüklüğü Eta Kare ile hesaplanmıştır. Gruplar arasında ilişki yatırımı puanları için elde edilen fark .025 olarak hesaplanmıştır. Buna göre devam eden romantik ilişki süresinin ilişki yatırımı üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu söylenebilmektedir. Gruplar arasında bağlanım puanları için elde edilen fark ise .025 olarak hesaplanmıştır. Bu sebeple devam eden romantik ilişki süresinin bağlanım üzerindeki etkisinin ise orta düzeyde olduğu söylenebilmektedir.

Gruplar arasında elde edilen anlamlı farkın kaynağını belirlemeyebilmek Post-Hoc testleri kullanılmıştır. Varyansların homojen dağılıp dağılmadığı kontrol edildiğinde ilişki yatırımı ($p > .05$) homojen dağıldığı için çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni kullanılırken bağlanım düzeyi ($p < .05$) homojen dağılmadığı için çoklu karşılaştırma testlerinden Dunnett's T3 kullanılmıştır.

Tablo 12

İlişki Yatırım Düzeyinin İlişki Süresine Göre Bonferroni Çoklu Karşılaştırma Tablosu

Grup (I)	Grup(J)	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	p
6 ay-1 yıl	1 yıl-3 yıl	-2.87534	,075
	3 yıl-5 yıl	-2.30247	,618
	5 yıl ve fazlası	-4.53784*	,039
1 yıl-3 yıl	3 yıl-5 yıl	-.57287	1,000
	5 yıl ve fazlası	-1.66250	1,000
3 yıl-5 yıl	5 yıl ve fazlası	-2.23537	1,000

Bonferroni çoklu karşılaştırma testinin sonuçlarına göre romantik ilişkisi 5 yıl ve daha fazla süredir devam eden bireylerin romantik ilişkisi 6 ay ila 1 yıldır devam eden bireylere göre ilişki yatırım puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < .05$). Ayrıca ilişki süresi 5 yıl ve fazlası olan bireylerin 6 ay ila 1 yıl olan bireylere göre ilişki yatırımı puan ortalamaları daha yüksektir. Ancak ilişki süresi 1 ila 3 yıl olan bireyler ve ilişki süresi 3 ila 5 yıl olan bireyler açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 13*Bağlanım Düzeyinin İlişki Süresine Göre Dunnett T3 Çoklu Karşılaştırma Tablosu*

Grup (I)	Grup(J)	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	p
	1 yıl-3 yıl	-1.01170	.910
6 ay-1 yıl	3 yıl-5 yıl	-3.65715*	.006
	5 yıl ve fazlası	-2.61865	.344
1 yıl-3 yıl	3 yıl-5 yıl	-2.64544*	.044
	5 yıl ve fazlası	-1.60694	.792
3 yıl-5 yıl	5 yıl ve fazlası	-1.03850	.972

Dunnett T3 çoklu karşılaştırma testinin sonuçlarına göre romantik ilişkisi 3 ila 5 yıldır devam eden bireylerin romantik ilişkisi 6 ay ila 1 yıl ve 1 yıl ila 3 yıldır devam eden bireylere göre bağlanım puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < .05$). Ayrıca romantik ilişkisi 3 ila 5 yıldır devam eden bireylerin romantik ilişkisi 6 ay ila 1 yıl ve 1 yıl ila 3 yıldır devam eden bireylere göre bağlanım puan ortalamaları daha yüksektir. Ancak ilişki süresi 5 yıl ve fazla olan bireyler açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Katılımcıların ilişki doyumlari düzeyi 4. kategoride normal dağılım göstermediği için ilişki doyum düzeyinde devam eden romantik ilişki sürelerine göre anlamlı bir fark olup olmadığı non parametrik testlerden Kruskal-Wallis H testi ile incelenmiştir. Analiz sonuçları Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14

İlişki Doyumu Düzeyi Değişkeninin İlişki Süresine Dayalı Farklılıklara İlişkin Kruskal-Wallis Sonuçları

Değişken	İlişki Süresi	Sıra Ort.	χ^2	p	Anlamlı Fark	η^2
İlişki doyumu	1. 6 ay-1 yıl	180.42	10.05	.018	3>1 4>1	.020
	2. 1-3 yıl	204.16				
	3. 3-5 yıl	226.50				
	4. 5 yıldan fazla	225.01				

Tablo 14'te görüldüğü üzere Kruskal-Wallis testi sonucunda katılımcıların ilişki doyumu düzeyleri ($\chi^2 = 10.05$, $p < .05$) ilişki süreleri açısından anlamlı farklılıklar olduğu gözlenmiştir.

Gruplar arasında elde edilen anlamlı farklılıkların kaynaklarını belirlemek için gruplar ikili olarak karşılaştırılmıştır. İlişki doyumu puanları açısından yalnızca dördüncü grup (romantik ilişkisi 5 yıldan fazla süredir devam eden bireyler) normal dağılımı ihlal ettiğinden bu grubu içeren karşılaştırmalar Mann-Whitney U testi ile incelenirken normal dağılım gösteren grupların ikili karşılaştırmaları ise bağımsız t testi ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda romantik ilişkisi 3-5 yıldır devam eden bireylerin ($t_{(212)} = 2.66$, $p < .01$) ve 5 yıldan daha fazla süredir devam eden bireylerin ($U = 2536$, $p < .05$) ilişki doyumlarının romantik ilişkisi 6 ay-1 yıldır devam eden bireylere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Gruplar arasında ilişki doyumu puanları için elde edilen fark .020 olarak hesaplanmıştır. Buna göre devam eden romantik ilişki süresinin ilişki doyumu üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu söylenebilmektedir.

Bölüm 5

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Çalışmanın bu bölümünde analizlerden elde edilen sonuçlar özetlenmiş ve elde edilen bu sonuçlar ilgili alanyazınla ilişkilendirilerek tartışılmıştır. Ayrıca araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda ilgili alan yazına katkı sağlayabilecek önerilerde bulunulmuştur.

Sonuçlar

- Benlik değişiminin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi ve benlik daralması değişkenleri ve bağlanmanın alt boyutlarından olan kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stili ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu değişkenlerden benlik genişlemesi ilişki doyumunu pozitif yönde yordarken; benlik daralması, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki doyumunu negatif yönde yordamaktadır. Ancak benlik değişiminin alt boyutlarından olan benlik budanması ve benlik kirlenmesi ilişki doyumunu yordamamaktadır.
- Benlik değişiminin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik kirlenmesi, benlik daralması ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma değişkeni ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini anlamlı bir düzeyde yordamaktadır. Bu değişkenlerden benlik daralması ve kaygılı bağlanma seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini pozitif yönde yordarken; benlik genişlemesi ve benlik kirlenmesi seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini negatif yönde yordamaktadır. Ancak benlik budanması ve kaçınmacı bağlanma seçeneklerin niteliğini değerlendirmeyi yordamamaktadır.
- Benlik değişiminin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki yatırımı düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu değişkenlerden benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve kaygılı bağlanma ilişki yatırımı düzeyini pozitif yönde yordarken; kaçınmacı bağlanma ilişki yatırımı negatif yönde yordamaktadır. Ancak benlik budanması ilişki yatırımı yordamamaktadır.

- Benlik değişiminin alt boyutlarından olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve bağlanma değişkeninin alt boyutlarından olan kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan bağlanım düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu değişkenlerden benlik genişlemesi ve benlik kirlenmesi bağlanım düzeyini pozitif yönde yordarken; benlik daralması ve kaçınmacı bağlanma bağlanım düzeyini negatif yönde yordamaktadır. Ancak benlik budanması ve kaygılı bağlanma bağlanımı yordamamaktadır.
- Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarının alt ölçeklerinden elde ettikleri puanlarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. İlişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki doyumu ve ilişki yatırım düzeyinde cinsiyete göre anlamlı bir şekilde fark olduğu görülmektedir. Bu farka göre erkeklerin ilişki doyumu ve ilişki yatırım düzeyleri kadınlara kıyasla anlamlı düzeyde yüksektir. Ancak ilişki istikrarının alt ölçeklerinden seçeneklerin niteliğini değerlendirilme ve bağlanım düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermemektedir.
- Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarının alt ölçeklerinden elde ettikleri puanlarında yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Diğer bir deyişle ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve bağlanım düzeylerinin yaşa göre gösterdiği değişkenlik istatistiksel olarak anlamlı değildir.
- Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarının alt ölçeklerinden elde ettikleri puanlarında devam eden romantik ilişki sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. İlişki istikrarının alt ölçeklerinden seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyleri ile devam eden romantik ilişki süreleri arasında anlamlı bir fark yokken; ilişki doyumu, ilişki yatırımı ve bağlanım düzeyinin devam eden romantik ilişki süresi açısından anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. İlişki doyumunun devam eden romantik ilişkisi süresine göre farkı incelendiğinde 3-5 yıldır ve 5 yıldan daha fazla süredir ilişkisi devam eden bireylerin ilişki doyumlarının romantik ilişkisi 6 ay-1 yıldır devam eden bireylere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer gruplar arasında ise anlamlı bir fark gözlenmemiştir. İlişki yatırımının devam eden

romantik ilişkisi süresine göre farkı incelendiğinde; romantik ilişkisi 5 yıl ve daha fazla süredir devam eden bireylerin romantik ilişkisi 6 ay ila 1 yıldır devam eden bireylere göre ilişki yatırım puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak ilişki süresi 1 ila 3 yıl olan bireyler ve ilişki süresi 3 ila 5 yıl olan bireyler açısından anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Bağlanımın devam eden romantik ilişkisi süresine göre farkı incelendiğinde ise; romantik ilişkisi 3 ila 5 yıldır devam eden bireylerin romantik ilişkisi 6 ay ila 1 yıl ve 1 yıl ila 3 yıldır devam eden bireylere göre bağlanım puan ortalamaları daha yüksektir. Ancak ilişki süresi 5 yıl ve fazla olan bireylerin bağlanım düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tartışma

Bu bölümde araştırmanın problemleri için elde edilen sonuçlar literatüre dayalı olarak tartışılmıştır.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının İlişki Doyumu Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Tartışma. Benlik değişimi ve bağlanma boyutlarının ilişki istikrarının ilişki doyumu alt ölçeğini yordama gücüne inceleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Analiz sonuçlarına göre benlik genişlemesi ilişki doyumunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordarken; benlik daralması, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ise ilişki doyumunu negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Buna karşın benlik budanması ve benlik kirlenmesi modele anlamlı düzeyde katkıda bulunmamaktadır.

Literatür incelendiğinde yapılan çalışmalarda benlik değişiminin alt boyutlarından benlik genişlemesi ve benlik budanması ilişki doyumu üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahipken benlik daralması ve benlik kirlenmesinin ilişki doyumu üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Mattingly vd., 2014; McIntyre vd., 2015; Dinçer, 2017). İlişkilerde bireyin benliğini genişletmeye yönelik yaptığı faaliyetler bireylerin ilişki kalitesi üzerinde oldukça etkilidir. Diğer bir deyişle benliğin genişlemesine yönelik yapılan faaliyetler bireylerin ilişki kalitesini artırmaktadır (Aron vd., 2000). Ayrıca bireylerin benliğin genişlemesine

yönelik faaliyetleri olumsuz devam eden ilişkilerin iyileştirilebilmesi üzerinde de etkilidir (Carson vd., 2007).

Bu noktadan hareketle benlik genişlemesi ve benlik daralması değişkenlerinin ilişki doyumu ile ilişkisine yönelik yapılan diğer çalışmalarla benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Diğer bir deyişle bireylerin benliklerindeki olumlu özelliklerin artması ve azalması durumu ilgili literatür ile paralellik göstermektedir. Ancak benlik kirlenmesi ve benlik budanması için aynı durum söz konusu değildir. Bu durumun sebebinin bireylerin geçmiş romantik ilişki tecrübeleri, yaşadığı coğrafya ve kültür olabileceği düşünülmektedir.

Bağlanma stili ve ilişki doyumunu inceleyen araştırmalar incelendiğinde ise birçok çalışma kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilinin ilişki doyumu ile negatif bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir (Brennan ve Shaver, 1995; Büyükşahin, 2006; Collins ve Read, 1990; Fricker 2006; Hazan ve Shaver, 1987; Keelan vd., 1994; Londero-Santos vd., 2020; Pistole vd., 1995; Sarı ve Korkut-Owen, 2016; Simpson, 1990; Umuç, 2021). Diğer bir deyişle kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkiden aldıkları doyum düzeyi düşüktür. Bu bulgular bu araştırmadan elde edilen bulgularla paralellik göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin partnerlerine karşı mesafeli olması; kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ise partnerlerine karşı inişli çıkışlı duygu ve düşüncelere sahip olması ve sık sık güven sorunu ve kaybetme korkusu yaşamasından dolayı ilişkiden alınan doyumun düşük olmasının beklenen bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının Seçeneklerin Niteliğinin Değerlendirilme Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Tartışma. Benlik değişimi ve bağlanma boyutlarının ilişki istikrarının seçeneklerin niteliğinin değerlendirilme alt ölçeğini yordama gücüne inceleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Analizden elde edilen sonuçlara göre benlik genişlemesi ve benlik kirlenmesi seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini negatif yönde ve anlamlı düzeyde açıklarken, benlik daralması ve kaygılı bağlanma seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini pozitif

yönde anlamlı bir düzeyde açıklamaktadır. Ancak benlik budanması ve kaçınmacı bağlanma ile seçeneklerin niteliğini değerlendirme arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

İlgili literatür incelendiğinde benlik değişimi ile ilişki istikrarının alt ölçeklerinden seçeneklerin niteliğini değerlendirme arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bireyin romantik ilişkisinin dışında olası başka ilişkileri ve partnerleri değerlendirmesi durumunun benlik genişlemesi ile negatif bir ilişkiye sahip olması beklenen bir sonuçtur. Diğer bir deyişle bireyin romantik ilişki yaşamının benliğini olumlu yönde etkilemesi başka ilişkilere yönelme ihtimalini azaltacaktır. Benzer şekilde bireyin romantik ilişki yaşantısının bir sonucu olarak olumlu özelliklerinin azalması diğer bir deyişle benlik daralması düzeyi arttıkça seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyinin de artması beklenen bir sonuçtur. Ancak bireylerin benliğindeki olumsuz özelliklerin artmasına rağmen olası romantik ilişki seçeneklerini değerlendirme düzeyinin azalması ve bireyin var olan ilişkide kalması geçmiş romantik ilişki tecrübeleri ve bağlanma stilleri ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri ve seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini ele alan çalışmalar incelendiğinde Fricker (2006) ile Dewall ve diğerleri (2011) tarafından yapılan araştırmalarda da seçeneklerin niteliği değerlendirme ile kaçınmacı bağlanma arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer deyişle kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin var olan romantik ilişkilerinin dışındaki ilişkileri daha fazla olumlu algıladıkları görülmektedir. Ancak kaygılı bağlanma ile ilişki istikrarını ele alan çalışmalarda ise kaygılı bağlanan bireylerin seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kaygılı bağlanan bireylerin partnerlerine karşı yoğun bir yakınlık duyması ve partnerlerini kaybetmekten korkmaları sebebiyle olası seçenekleri değerlendirmede düşünmektedir (Mikulincer ve Erev, 1991; Simpson 1990). Umuç (2021) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarında ise kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi aralarında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Yapılan çalışmalarda tutarsız sonuçlar elde edilmesinin sebebi ise kültürler arası farklar ve toplumun romantik ilişkiye yönelik bakış açısı olabilir.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının İlişki Yatırımı Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Tartışma. Benlik değişimi ve bağlanma boyutlarının ilişki istikrarının ilişki yatırımı alt ölçeğini yordama gücünü inceleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Analizden elde edilen sonuçlara göre benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki yatırımı düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu değişkenlerden benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve kaygılı bağlanma ilişki yatırımı düzeyini pozitif yönde yordarken; kaçınmacı bağlanma ilişki yatırımı negatif yönde yordamaktadır. Ancak benlik budanması ve ilişki yatırımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

İlgili alan yazın incelendiğinde benlik değişimi ile ilişkiye yapılan yatırım arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bireyin romantik ilişkinin bir sonucu olarak benliğinde olumlu özelliklerin artması ile ilişkiye yapılan yatırımın da artması beklenen bir sonuçtur. Çünkü bireyin romantik ilişkiden kazançlar elde ettikçe ilişkiye dair daha büyük yatırımlar yapması olasıdır. Ancak bireyin olumsuz özellikler kazanmasına ve olumlu özelliklerinin azalmasına rağmen ilişkiye yatırım yapmaya devam etmesinin nedeninin romantik ilişki mitlerinden diğer bir deyişle gerçekçi olmayan beklentilerinden ve sosyal öğrenmelerinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

İlgili alan yazın incelendiğinde kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin ilişki yatırım düzeylerinin düşük olduğuna ilişkin bulguların bu araştırmanın bulguları ile paralellik gösterdiği görülmektedir (Pistole vd., 1995; Shaver ve Brennan, 1992). Kaygılı bağlanma ile ilişki yatırımı arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmalar incelendiğinde ise kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça ilişkiye yapılan yatırımın düzeyinin de arttığı görülmektedir (Büyükşahin, 2006; Umuç, 2021). Yapılan araştırmaların sonuçları bu araştırmanın sonuçları ile tutarlılık göstermektedir. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin partnerlerini kaybetmemek için ilişkiye daha fazla yatırım yapmaları ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin ise ilişkiye karşı daha mesafeli yaklaşımlarından dolayı düşük düzeyde yatırımlar yapmaları beklenen bir sonuçtur.

Benlik Değişimi ve Bağlanma Boyutlarının İlişki İstikrarının İlişki Bağlanım Alt Ölçeğini Yordama Gücüne İlişkin Tartışma. Benlik değişimi ve bağlanma boyutlarının ilişki istikrarının bağlanım alt ölçeğini yordama gücünü inceleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Verilerin analizinden elde edilen sonuçlara göre benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik kirlenmesi ve kaçınmacı bağlanma ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan bağlanım düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu değişkenlerden benlik genişlemesi ve benlik kirlenmesi bağlanım düzeyini pozitif yönde yordarken; benlik daralması ve kaçınmacı bağlanma bağlanım düzeyini negatif yönde yordamaktadır. Ancak benlik budanması ve kaygılı bağlanma bağlanımı yordamamaktadır.

McIntyre ve diğerlerine (2015) göre benlik kavramının iyileştirilmesi (benlik genişlemesi ve benlik budanması) ilişki sürdürme davranışları ve motivasyonları diğer bir deyişle bağlanım düzeyleri ile olumlu bir şekilde ilişkiye sahipken; benlik kavramının bozulması (benlik daralması ve benlik kirlenmesi) ile bağlanım arasında olumsuz bir ilişki vardır. Bireyin benliğinde artan olumlu özelliklerle birlikte bağlanım düzeyinin artması beklenen bir sonuçtur. Ayrıca bireyin benliğinde yaşanan daralma ile yani yaşanan romantik ilişkiyle beraber olumlu özelliklerin azalması durumu arttıkça bağlanım düzeyinin azalması da beklenen bir sonuçtur. Çünkü bireydeki olumlu özelliklerin artışı veya olumsuz özelliklerin azalışı bireyin ilişkide kalma isteğini de artıracaktır. Ancak bireyin benliğinde artan olumsuz özelliklere rağmen bağlanım düzeyinin de artması bireyin romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançları, geçmiş romantik ilişki tecrübeleri, benlik saygısı ve ilişkiye yapılan yatırım ile ilişkili olabilir.

İlgili alan yazın incelendiğinde kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin bağlanım düzeylerinin düşük olduğuna ilişkin bulguların bu araştırmanın sonuçları ile paralel olduğu görülmektedir (Feeney ve Noller, 1991; Pistole vd., 1995). Rusbult'un (1980) Yatırım Modeline göre bağlanım bireyin ilişkiyi sürdürme isteği anlamına gelmektedir. Ancak kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkiye karşı mesafeli olmasından dolayı ilişkide

kalmaya yönelik isteklerinin diğer bir deyişle bağlanım düzeylerinin düşük olması beklenen bir sonuçtur.

Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeyinde cinsiyete göre anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin tartışma. Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde cinsiyete göre fark olup olmadığı bağımsız gruplar için t-testi ile analiz edilmiştir.

Analizden elde edilen sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ve ilişki yatırımı düzeylerinde cinsiyet açısından anlamlı bir fark elde edilmiştir. Ayrıca erkeklerin kadınlara oranla hem ilişki doyumu hem de ilişki yatırım düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir deyişle erkekler kadınlara göre romantik ilişkilerinden daha fazla doyum almakta ve ilişkilerine daha fazla yatırımlar yapmaktadır. Ancak seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve bağlanım düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

İlgili alan yazın incelendiğinde cinsiyet ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma sonuçları birbirinden farklılık göstermektedir. Bazı araştırmalar ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan ilişki doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna ulaşmışken (Çaykuş, 2020; Çelik-Zeren, 2020; Sackert ve Bursik, 2002; Saraç vd., 2015; Satıcı ve Deniz, 2018; Yılmaz ve Gündüz, 2021); bazıları cinsiyetin ilişki doyumunu yordayan önemli bir değişken olduğu sonucuna varmıştır (Aslan-Yılmaz, 2019; Beştav, 2007; Buğa, 2009; Rusbult vd.,1986; Rusbult vd., 1998; Sarı, 2008; Vaillant ve Vaillant, 1993). Bu çalışma ile tutarlı olarak erkeklerin ilişki doyum düzeylerin kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır (Collins ve Read, 1990; Debord vd., 1996; Falconier ve Epstein, 2010; Sarı ve Korkut-Owen, 2016; Lesch ve Engelbrecht, 2011).

İlişki yatırımı ve cinsiyet arasındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalar incelendiğinde sonuçların birbirinden farklı olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmaların bazıları kadınların erkeklere göre ilişkiye yatırım düzeylerinin daha yüksek olduğu gösterirken (Duffy ve Rusbult, 1986; Fitzpatrick ve Sollie, 1999; Le ve Agnew, 2003; Rusbult vd., 1998; Taluy, 2013) bazıları ise erkeklerin ilişki yatırım düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir (Akbalık Doğan, 2010; Çelik-Zeren, 2020; Uyanık, 2022).

Araştırmadan elde edilen analizlerin sonuçlarına göre seçeneklerin niteliği değerlendirme ve bağlanım düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı fark bulunmamaktadır. İlgili alan yazın incelendiğinde erkeklerin seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşan çalışmaların çoğunlukta olduğu görülmektedir (Aslan-Yılmaz, 2019; Buğa, 2009; Büyükşahin, vd., 2005; Çaykuş, 2020; Çelik-Zeren, 2020; Le ve Agnew, 2003; Rusbult vd., 1998). Bu durum erkeklerin kadınlara oranla mevcut ilişkilerin dışında romantik ilişkileri değerlendirmeye daha ılımlı baktığını göstermektedir.

Bağlanım düzeyini ve cinsiyeti ele alan çalışmalar incelendiğinde ilişki istikrarının alt ölçeklerinden olan bağlanım ölçeğini ele alan çalışmaların sayısının oldukça az olduğu görülmektedir. Bunun sebebinin İlişki İstikrarı Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışmasında başlangıçta bağlanımın ölçeğin kapsamına dahil edilmemesi ve ardından güncellenen ölçek çalışması ile bağlanımın dahil edilmesinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Çelik-Zeren'e (2020) göre bağlanım düzeyi cinsiyete göre fark göstermezken; Rusbult ve diğerleri (1998) ve Fitzpatrick ve Sollie'a (1999) göre kadınların bağlanım düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırmaların farklı sonuçlar vermesi çalışma gruplarının farklı etnik köken ve kültürel özelliklere sahip bireylerden oluşmuş olabileceğini düşündürmektedir. Toplumun kadın ve erkeklik rol kalıplarına yaşanılan bölgeye veya kültüre göre farklı anlamlar yüklemesi ve bu durumun bireylerin rolleri ve bunun bir sonucu olarak romantik ilişkileri üzerinde de farklılaşmalara sebebiyet vermiş olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırmaya katılan kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin sayıları arasındaki farkın oldukça yüksek olması da bu tutarsızlığın sebeplerinden biri olabilir.

Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeyinde yaşa göre anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin tartışma. Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde yaşa göre fark olup olmadığına ilişkin analizleri yapabilmek için yaş iki kategoriye ayrılmıştır. 1. Kategori 18-21 yaş üniversite öğrencilerinden oluşurken 2. Kategori 22 yaş ve üzerindeki üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu sebeple ilişki istikrarı düzeyinde yaşa ilişkin farka bakabilmek için bağımsız gruplar için t-testi kullanılmıştır.

Analizden elde edilen sonuçlara göre ilişki doyumlari, seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi, ilişki yatırımı düzeyleri ve bağlanım düzeyleri açısından yaşlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde yaş değişkeni ile ilişki istikrarını ele alan çok az sayıda araştırmanın olduğu görülmektedir. Çelik-Zeren'in (2020) araştırmasının sonuçları incelendiğinde bu araştırmanın sonuçları ile paralellik gösterdiği görülmektedir. Diğer bir deyişle Çelik-Zeren'e (2020) göre de ilişki istikrarının alt ölçeklerinden ilişki doyumlari, seçeneklerin niteliğinin değerlendirilmesi, ilişki yatırımı ve bağlanım düzeylerinde yaşa göre anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

İlgili literatür incelendiğinde ilişki istikrarı düzeyi ile yaş arasındaki ilişkiye yönelik çalışmaların sayısı az olsa da ilişki istikrarının alt ölçeklerinden ilişki doymu ve yaş arasındaki farkı inceleyen çalışmalar mevcuttur. Ancak bu çalışmalar sadece üniversite öğrencileri ile değil evli bireylerle de yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin ilişki doymu düzeyleri ve yaşları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda anlamlı bir farkın olmadığı görülürken (Saraç, vd., 2015); evliler ile yapılan araştırmalarda ilişki doymunun yaş arttıkça arttığı görülmektedir (Bookwala vd., 2004; Levenson vd., 1993; Umberson, 2005). Evlilikle beraber yaş ilerledikçe ilişki doymunun artması evli bireylerin paylaşım, bağlılık ve ilişkiye yapılan yatırımın artmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Flört döneminde ise bireylerin yaşı kaç olursa olsun evlilik süreci, ebeveynlik, beraber yaşama ve kök aile ile ilişkiler gibi pek çok durum yaşanmadığı ve daha çiftlerin birbirlerini tanıma dönemi olduğu için ilişki istikrarı ve ilişki istikrarının alt ölçeklerinin bireylerin yaşlarıyla ilişkili olmamasının sebebi olabileceği düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeyinde devam eden romantik ilişki sürelerine göre anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin tartışma. Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı düzeylerinde devam eden romantik ilişki süresine göre fark olup olmadığına bakabilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Yapılan analizlerin sonuçlarına göre seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi ile romantik ilişki süreleri arasında anlamlı bir fark görülmezken; ilişki doymu, ilişki yatırım düzeyi

ve bağlanım düzeyinin romantik ilişki süresi açısından anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Bulgular ışığında, genel olarak ilişki doyumunun ilişkinin başlangıç evresi sayılabilecek 6 ay-1 yıl arasında düşük olduğu, üçüncü yıldan sonra ise anlamlı düzeyde arttığı ifade edilebilir. Bağlanım düzeyinin ise benzer ilişki süresine paralel olarak artış eğiliminde olmasına karşın özellikle üçüncü yıldan itibaren anlamlı bir yükseliş gösterdiği söylenebilir. Ayrıca bireylerin romantik ilişkinin ilerleyen yıllarında, başlangıç zamanlarına kıyasla daha fazla ilişki yatırımı yaptığı söylenebilir.

İlişki doyumu ve romantik ilişki süresine yönelik ilgili alan yazın incelendiğinde bu çalışma ile paralellik gösteren diğer bir deyişle romantik ilişki süresi arttıkça ilişkiden alınan doyumun da arttığını gösteren araştırmaların mevcut olduğu görülmektedir (Buğa, 2009; Çelik-Zeren, 2020; Okutan ve Büyükşahin-Sunal, 2010; Rusbult 1983; Rusbult vd., 1986 Yılmaz ve Gündüz, 2021). Ancak bunun tam tersi yönde sonuçlar elde eden araştırmalar da mevcuttur (Le ve Agnew, 2003; Rusbult, Martz ve Agnew, 1998). Bu farklılaşmanın sebebinin bireylerin romantik ilişkilere dair akılcı olmayan inançları, geçmiş bağlanma yaşantıları, ilişkiye yönelik beklentileri ve bireylerin benlik değişimi ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

İlişki yatırımı ve romantik ilişki süresine yönelik ilgili alan yazın incelendiğinde bu çalışma ile paralellik gösteren diğer bir deyişle romantik ilişki süresi arttıkça ilişkiye yapılan yatırımın arttığını gösteren araştırmaların mevcut olduğu görülmektedir (Büyükşahin ve Hovardaoğlu 2007; Okutan ve Büyükşahin-Sunal, 2010; Rusbult vd., 1986). Bağlanım ve romantik ilişki süresine yönelik ilgili alan yazın incelendiğinde ise bu çalışma ile paralellik gösteren diğer bir deyişle romantik ilişki süresi arttıkça bağlanımın da arttığını gösteren araştırmaların mevcut olduğu görülmektedir (Buğa, 2009; Okutan ve Büyükşahin-Sunal, 2010; Çelik-Zeren, 2020; Rusbult vd., 1986). Romantik ilişkide zaman geçtikçe ilişkiyel kazanç, destek, birlikte karar alma, geleceğe yönelik plan yapma, maddi ve manevi paylaşımlar gibi durumların romantik ilişkinin doğası gereği gelişeceği ve bunların da bireyin romantik ilişkiye daha fazla yatırım yapmasına ve bağlanım düzeyinin artmasına sebep olabileceği düşünülmektedir.

Öneriler

Araştırmacılar için Öneriler

- Bu araştırmanın çalışma grubu 403 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Bu öğrencilerden 316'sı kadın 87'si erkektir. Erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre araştırmaya katılma isteklerinin az olması ve en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerine ulaşma konusunda güçlük yaşanılmasından dolayı araştırma planlanırken bu durumların göz önüne alınması gerekmektedir. Ayrıca gelecekte yapılacak çalışmalarda daha fazla erkek öğrenciye ulaşılması cinsiyete yönelik farkların daha doğru yorumlanabilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Bu çalışma üniversite öğrencilerinin romantik ilişki istikrarını incelemektedir. Araştırmalar farklı yaş grubunda bulunan bireylerle ve farklı değişkenlerle yeniden incelenebilir. Bireyin farklı gelişim dönemlerinde de romantik ilişki istikrarının incelenmesinin ilişki istikrarı alan yazınına faydalı olacağı düşünülmektedir.
- Bu çalışma üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarını cinsiyet, yaş ve romantik ilişki süresine göre incelemiştir. İlişki istikrarını etkileyebileceği düşünülen (bireyin yaşamındaki romantik ilişki sayısı ve sosyoekonomik düzeyi gibi) başka değişkenlerle yeni araştırmalar planlanabilir.
- İlişki istikrarını inceleyen araştırmalar incelendiğinde daha çok ilişki doyumu alt ölçeği üzerinde durulduğu görülmektedir. Ancak romantik ilişkiden alınan doyum ilişki istikrarı hakkında yorum yapmak için tek başına yeterli değildir (Le ve Agnew, 2003; Rusbult vd., 1986). Çünkü bazı bireyler romantik ilişkilerinden doyum almamasına rağmen ilişkiyi sürdürürken bazıları ise ilişkiden doyum almasına rağmen ilişkiyi sonlandırmaktadır. Bu sebeple ilişki istikrarının daha iyi anlaşılabilmesi için sadece ilişkiden alınan doyumun değil ayrıca ilişkiye yapılan yatırımın, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve bağlanım düzeyinin de anlaşılması gerekmektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda araştırmacıların bu değişkenleri de ele alması ilgili alan yazına faydalı olabilir.

- Morgan ve Shaver'a (1999) göre romantik ilişkinin anlaşılabilmesi için öncelikle bireylerin bağlanma stillerinin anlaşılması gerekmektedir. Bu sebeple bireyin yaşamında bu denli önemli bir yere sahip olan bağlanma stiline farklı araştırma desenleriyle detaylı bir şekilde incelenmesi romantik ilişki literatürü için faydalı olabilir.
- Kirkpatrick ve Davis (1994) yaptıkları bir araştırmada çiftlerin her ikisinin de kaygılı veya kaçınan bağlanma stiline sahip olması durumunda ilişkiden alınan doyumun yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bunun sebebinin çiftlerin ilişkiye ve partnere yönelik beklentilerinin karşılanmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple gelecek araştırmalarda ilişki istikrarının anlaşılabilmesi için partnerlerin çift olarak araştırma sürecine dahil edilmesi önerilebilir.
- Benlik değişimine yönelik yapılan çalışmalar özellikle Türkçe literatürde oldukça az sayıdadır. Bu sebeple benlik değişimi farklı değişkenlerle, farklı romantik ilişki türlerinde farklı araştırma desenleri ile daha detaylı bir şekilde incelenebilir.
- İlişki İstikrarı Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinde yapılmış olması ve ölçek maddelerinin evli bireylerde kullanımının anlamsal olarak uygun olmamasına rağmen literatür incelendiğinde ölçeğin evli bireylerde de kullanıldığı görülmektedir. Daha doğru sonuçlar elde edebilmek için ölçeğin evli bireylere uyarlama çalışmasının yapılması ve ardından evli bireylere uygulanmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Uygulayıcılar için Öneriler

- Romantik ilişkisinde problem yaşayan bireylerin bağlanma stillerini fark edebileceği ve benlik değişimlerini değerlendirebilmelerinin bir sonucu olarak daha sağlıklı romantik ilişkiler kurabileceği düşünülmektedir.
- Bazı bireylerin romantik ilişkiden doyum almamasına, önemli bir yatırım yapmamasına ve bağlanımı da düşük olmasına rağmen o romantik ilişkide kalmak istemesinin, bazı bireylerin ise ilişkiden doyum almasına, ilişkiye büyük yatırımlar yapmış olmasına ve bağlanım düzeyinin de yüksek olmasına rağmen seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyinin yüksek olması ve ilişkiyi bitirme kararı almasının danışma sürecinde ele

alınması bireylerin sağlıklı romantik ilişkiler kurabilmeleri açısından oldukça önemli olabileceği düşünülmektedir. Diğer bir deyişle yetişkinlik döneminin en önemli gelişim görevlerinden biri olan sağlıklı romantik ilişkiler kurabilme ve sağlıklı olduğu düşünülen romantik ilişkiyi sonlandırabilme üzerine yapılabilecek çalışmalar psikolojik danışmanların romantik ilişki sürecine yönelik çalışmaların faydalı olabileceği düşünülmektedir.

- Bireyin romantik ilişki sürecinde yaşadığı olumsuz benlik değişimi süreçlerini önlemeye yönelik müdahale çalışmaları geliştirilmesi bireylerin hem benlik değişimleri sürecine ilişkin farkındalık kazanmalarına yardımcı olurken hem de daha sağlıklı ilişkiler kurabilmeleri açısından faydalı olabileceği düşünülmektedir.
- Psikolojik danışma sürecinde benlik değişimini olumlu yönde geliştirmeye yönelik etkinlikler düzenlenmesi, ev ödevleri verilmesi, çift terapilerine yönelik müdahale programları geliştirilmesi veya psikoeğitim grupları oluşturulmasının gençlerin daha sağlıklı romantik ilişkiler kurması ve yürütmesi açısından faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Akbalık-Doğan, Ö. (2010). *Evli bireylerde olumlu yanılsama: İlişki bağlanımı ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Aktaş-Akbayrak, S. (2019). *Evli bireylerin ilişki istikrarının algıladıkları eş desteği ve ilişki yükleme biçimleri ile ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Eskişehir Üniversitesi.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. S. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937.
- Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333–341.
- Albert, S., & Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Sadness and depression. *Journal of Marriage and the Family*, 44(1), 248-250.
- Altıntaş, M., Durmaz, E. ve Çiftçi, F. (2017). Metacognitive functions and personality types in close relationships. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(5), 1683-1699.
- Aron, A., Paris, M., & Aron, E. N. (1995). Falling in love: Prospective studies of self-concept change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1102–1112.
- Aron, A., Lewandowski, G. W., Jr., Mashek, D., & Aron, E. N. (2013). The self-expansion model of motivation and cognition in close relationships. In J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 90–105). New York, NY: Oxford University Press.
- Aslan-Yılmaz, H., (2019). Romantik ilişkilerde izlenim ayarlamacılığı ve özbing: Yatırım modeli üzerine bir inceleme. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(36), 391-423.

- Beştav, G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Bilecen, N. (2007). *Yakın ilişkilerde stres ve stresle basa çıkma: Yatırım modeline göre bir inceleme* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Bookwala, J. (2005). The role of marital quality in physical health during the mature years. *Journal of Aging and Health*, 17(1), 85–104.
- Bookwala, J., & Jacobs, J. (2004). Age, marital processes, and depressed affect. *The Gerontologist*, 44(3), 328-338.
- Bowlby, J. (1944). Forty-four juvenile thieves: Their characters and their home life. *International Journal of Psycho-Analysis*, 25, 19-52.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report of measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.). *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford.
- Bretherton, I. (2000). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. In S. Goldberg, R. Muir & J. Kerr (Eds.). *In attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives* (pp. 45-84). Hillsdale: The Analytic Press.
- Buğa, D. (2009). *Yakın ilişkilerde istikrar: Bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından bir karşılaştırma* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Büyükkşahin, A. (2001). *Yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.

- Büyükşahin, A., Hasta, D. ve Hovardaoğlu, S. (2005). İlişki İstikrarı Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 25-37.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: Yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Büyükşahin, A. ve Taluy, N. (2008). *İlişki İstikrarı Ölçeği'nin gözden geçirme çalışması*. Yayımlanmamış araştırma raporu.
- Carson, J. W., Carson, K. M., Gil, K. M., & Baucom, D. H. (2007). Self-expansion as a mediator of relationship improvements in a mindfulness intervention. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(4), 517–528.
- Colins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Collins, W. A. (2003). More and myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 791–808.
- Cross, S. E., Morris, M. L., & Gore, J. S. (2002). Thinking about oneself and others: The relationalinterdependent self-construal and social cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(3), 399–418.
- Çelik, D. B. (2018). *Yatırım modeline dayalı evlilik öncesi ilişki sürdürme becerileri psiko-eğitim grubunun ilişki istikrarına etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Çelik-Zeren, D. (2020). *Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı ile flörtte şiddete yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Ticaret Üniversitesi.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ö. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.

- Debord, J., Romans, S. C., & Krieshok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship-specific beliefs. *Journal of Psychology, 130*(3), 263-280.
- Dewall, C. N., Lambert, N. M., Slotter, E. B., Ponds, R. S., Deckman, T., Finkel, E. J., Luchies, L. B., & Fincham, F. D. (2011). So far away from one's partner, yet so close to romantic alternatives: avoidant attachment, interest in alternatives, and infidelity. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(6), 1302–1316.
- Dinçer, D. (2017). *Romantik ilişkilerde ilişki doyumunu ve yaşam doyumunu yordayan etmenler: İki boyutlu ilişkisel benlik değişimi modeli* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Dinçer, D., Ekşi, H. ve Aron, A. (2018). Two new scales in the field of couples and marriage counseling: The inclusion of other in the self scale and Turkish self-change in romantic relationships. *SHS Web of Conference, 48*, 1-7.
- Doğaner, B. (2014). *Romantik ilişkileri olan üniversite öğrencilerinin narsistik kişilik eğilimi düzeylerine göre ilişki bağlanımı, ilişki doyumu ve benlik saygılarının incelenmesi: İstanbul ili örneği* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Arel Üniversitesi.
- Duffy, S., & Rusbult, C. E. (1986). Satisfaction and commitment in homosexual and heterosexual relationships. *Journal of Homosexuality, 12*(2), 1-23.
- Dush, C. M. K., & Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*(5), 607–627.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Newyork: W. W. Norton Company.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma: Yakınlığa karşı yalıtılmışlık mı? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(34), 119-127.
- Etcheverry, P. E., Le, B., Wu, T., & Wei, M. (2012). Attachment and the investment model: predictors of relationship commitment, maintenance and persistence. *Personal Relationships, 20*, 546-567.

- Falconier, M. K., & Epstein, N. B. (2010). Relationship satisfaction in Argentinean couples under economic strain: Gender differences in a dyadic stress model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(6), 781-799.
- Feeney, J. A. (1999). Adult attachment, emotional control and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 6, 169-185.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1991). Attachment style and verbal descriptions of romantic partners. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(2), 187-215.
- Feeney, J. A. (2016). Adult romantic attachment: Developments in the study of couple relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 435-463). New York: The Guilford Press.
- Fincham, F. D., & Cui, M. (Eds.). (2011). *Romantic relationships in emerging adulthood*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Fitzpatrick, J., & Sollie, D. L. (1999). Unrealistic gendered and relationship specific beliefs: Contributions to investments and commitment in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(6), 852-868.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Fricker, J. (2006). *Predicting infidelity: The role of attachment styles, love styles and, the investment model* [Unpublished Doctoral Thesis]. Swinburne University of Technology.
- Furman, W., & Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (pp. 3-22). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

- Furman, W., & Rose, A. J. (2015). Friendships, romantic relationships, and peer relationships. In R. M. Lerner & M. E. Lamb (Eds.). *Handbook of child psychology and developmental science: Socioemotional processes* (pp. 932–974), Wiley.
- Gladding, S. T. (2012). *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları*. İ. Keklik ve İ. Yıldırım (Ed.), Ankara: PDR Yayınları.
- Gündüz, B. ve Karataş, A. (2020). *İlişki doyumunun yordayıcıları: İlişkisel benlik değişimi ve romantik ilişkilerde öz yeterlik*. 13. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13(12), 673-685.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Deeper into Attachment Theory. *Psychological Inquiry*, 5(1), 68–79.
- Kalaycı, Ş. (2008). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (3rd ed.). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar, teknikler ve ilkeler* (27. baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kaya-Akarsu, Ş. (2018). *Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı ile sosyal ilgi, ilişkisel benlik saygısı ve maneviyatları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Keelan, J. P. R., Dion, K. L., & Dion, K. K. (1994). Attachment style and heterosexual relationships among young adults: A short-term panel study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(2), 201-214.
- Kelley, H. H., & Thibaut, J. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: Wiley.

- Kızıldağ, Ş. (2019). Evlilik öncesi psikolojik danışma. N. Özabacı (Ed.), *Evlilik ve Yakın İlişkiler*, (pp. 2-36) içinde. Pegem Akademi.
- Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502-512.
- Kirkpatrick, L. A., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personality Relationships*, 1, 123-142.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (3rd). New York: The Guildford Press.
- Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37–57.
- Lesch, E., & Engelbrecht, S. K. (2011). Relationship satisfaction and gender differences in a South African farm-worker community. *South African Review of Sociology*, 42(1), 58-77.
- Levinger, G. (1991). Commitment vs. cohesiveness: Two complementary perspective. In E.H. Jones and D.W. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships*, Vol. 3, London: Jessica Kingsley.
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology And Aging*, 8(2), 301-313.
- Lin, Y. H. W., & Rusbult, C. E. (1995). Commitment to dating relationships and cross-sex friendships in America and China. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(1), 7–26.
- Londero-Santos, A., Natividade, J. C., & Féres-Carneiro, T. (2020). Attachment and relationship satisfaction: Mediating role of perception of the partner's. *Investment. Journal of Relationships Research* 11, 1–7.

- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 66-104.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253.
- Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W. Jr. (2013). An expanded self is a more capable self: The association between self-concept size and self-efficacy. *Self and Identity*, 12(6), 621–634.
- Mattingly, B. A., Lewandowski Jr., G. W., & McIntyre, K. P. (2014). “You make me a better/worse person”: A two-dimensional model of relationship self-change. *Personal Relationships*, 21(1), 176-190.
- McIntyre, K. P. Mattingly, B. A., & Lewandowski Jr., G. W. (2015). When “we” changes “me”: The two-dimensional model of relational self-change and relationship outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(7), 857-878.
- Mikulincer, M., & Erev, I. (1991). Attachment style and the structure of romantic love. *British Journal of Social Psychology*, 30, 273–291.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 35, (pp. 53–152). Elsevier Academic Press.
- Morgan, H.J., & Shaver, P.R. (1999). Attachment processes and commitment to romantic relationships. In Adams, J. M., Jones, W. H. (Eds.). *Handbook of interpersonal commitment and relationship stability* (pp. 109-124), Springer, Boston.
- Mosher, C., & Danoff-Burg, S. (2007). College students' life priorities: The influence of gender and gender-linked personality traits. *Gender Issues*, 24, 21-33.
- Okutan, N. ve Büyükşahin-Sunal, A. (2010). Romantik ilişkilerde bağlanım: Dindarlık algısı ve romantik ilişkilerle ilgili kalıpyargılar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (26), 80-88.

- Pistole, M. C., Clark, E. M., & Tubbs, A. L. (1995). Love relationships: Attachment style and the investment model. *Journal of Mental Health Counseling, 17*, 199-209.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology, 16*(2), 172–186.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal test of the investment model-The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*(1), 101-117.
- Rusbult, C. E., Johnson D. J., & Morrow G. D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements: an assessment of the generalizability of the investment model. *Social Psychology Quarterly, 49*(1), 81–89.
- Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships, 10*(2), 175–204.
- Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., & Verette, J. (1994). The investment model: An interdependence analysis of commitment processes and relationship maintenance phenomena. In D. J. Canary & L. Stafford (Eds.), *Communication and relational maintenance* (pp. 115–139). Academic Press.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships, 5*, 357-387.
- Rusbult, C. E., Olsen, N., Davis, J. L., & Hannon, P. A. (2001). Commitment and relationship maintenance mechanisms. In J. Harvey & A. Wenzel (Eds.), *Close romantic relationships: Maintenance and enhancement* (pp. 87–113). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Rotenberg, K. J., Shewchuk, V. A., & Kimberley, T. (2001). Loneliness, sex, romantic jealousy, and powerlessness. *Journal of Social and Personal Relationships, 18*(1), 55–79.

- Santrock, J. W. (2015). *Yaşam boyu gelişim: Gelişim Psikolojisi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69-81.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Sarı, T. ve Korkut Owen, F. (2016). Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ve bağlanma boyutlarının ilişki doyumu üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 204-216.
- Satıcı, B. ve Deniz, E. M. (2018). Cinsiyetin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi: Bir meta analiz çalışması. *Elementary Education Online*, 17(2), 1077-1095.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.
- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27-39.
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1419-1429.
- Taluy, N. (2013). *İkili ilişkilerde mükemmelliyetçilik ve çatışma çözme tepkileri: Yatırım modeli çerçevesinde yapılan bir çalışma* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2003). *Social psychology*. New Jersey: Prentice Hall.

- Thibaut, J. W., & Kelley, H.H. (1959). *Social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Tuncer, S. (2019). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişki inançları ve benlik değişimlerinin romantik ilişkilerinin niteliğini yordama gücü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Chen, M. D., & Campbell, A. M. (2005). As good as it gets? A life course perspective on marital quality. *Social Forces*, 84(1), 493–511.
- Uyanık, G. (2022). *Yetişkin bireylerde duygusal istismar ve ilişki istikrarı arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.
- Umuç, S. (2021). *Bağlanma ve ilişki istikrarı ilişkisinde otantikliğin aracı rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Rumeli Üniversitesi.
- Whaley, L. F., & Wong, D. L. (1987). *Nursing care of infants and children*. St. Louis: Mosby.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J. & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71(3), 684–689.
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A., & Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 942-966.
- Vaillant, C. O., & Vaillant, G. E. (1993). Is the u-curve of marital satisfaction an illusion? A 40-year study of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 55(1), 230–239.
- Yılmaz, B. ve Gündüz, B. (2021). Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumunun yordayıcısı olarak benlik ayırtılması, otantiklik ve depresyon. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (58), 334-361.

EK-A Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Uygulama İzinleri

EK-A1 İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ) Uygulama İzni

İlişki İstikrarı Ölçeği kullanım izni
Gelen Kutusu x

Ayşegül Özsolak

23 Ara 2020 15:11

Sayın hocam,

Merhaba, öncelikle nasılsınız?

Ben Ayşegül Özsolak, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans öğrencisiyim. Bu dönem tez önerisi vermek üzere hazırlık içerisindeyim. Tez danışmanım ise Doç. Dr. Meliha Tuzgöl Dost.

Yüksek lisans tezi olarak hazırlayacağım çalışmamda "İlişki İstikrarı Ölçeği" kullanmak üzere izninizi rica ediyorum. İzin vermeniz durumunda ölçek formu, puanlaması ve yorumlaması ile ilgili bilgileri de rica ederek bu ölçeğin çalışmamda büyük katkısı olacağını belirterek desteğinizi için teşekkür ediyorum.

Ayrıca izminizle sormak istediğim bir soru var. Ölçeğinizin kullanıldığı çalışmaları incelediğimde "Evli olduğum kişi" ve "Birlikte olduğum kişi" olmak üzere iki farklı kullanım şekli olduğunu gördüm. Hem evli hem de flört ilişkilerinde kullanılabilen bu ölçekte böyle bir opsiyon sağlıyor musunuz?

Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim. İyi çalışmalar dilerim.

Saygılarımla,

Ayda B. Sunal

27 Ara 2021 11:40

ekte ölçek, çalışmalarında kullanabilirsiniz.

Ayda

Ayşegül Özsolak <[redacted]>, 26 Ara 2021 Paz, 09:22 tarihinde şunu yazdı:

...

Yanıtla
Yönlendir

EK-A2 Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği (TRİBDÖ) Uygulama izni

Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği kullanım izni Gelen Kutusu x



Ayşegül Özsolak ✉

23 Ara 2020 Çar 13:31 ★ ↩ ⋮

Alınan: ✉

Sayın hocam,

Merhaba, öncelikle nasılsınız?

Ben Ayşegül Özsolak, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans öğrencisiyim. Bu dönem tez önerisi vermek üzere hazırlık içerisindeyim. Tez danışmanım ise Doç. Dr. Meliha Tuzgöl Dost.

Yüksek lisans tezi olarak hazırlayacağım çalışmamda "Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği" kullanmak üzere izninizi rica ediyorum.

İzin vermeniz durumunda ölçek formu, puanlaması ve yorumlaması ile ilgili bilgileri de rica ederek bu ölçeğin çalışmamda büyük katkısı olacağını belirterek desteğiniz için teşekkür ediyorum.

İyi çalışmalar dilerim.

Saygılarımla,



Duygu Dincer ✉

29 Ara 2020 05:13 ★ ↩ ⋮

Alınan: ben ✉

Değerli Ayşegül Hanım merhaba,

Ölçeği Doç. Dr. Meliha Tuzgöl Dost danışmanlığında yürüttüğünüz doktora teziniz kapsamında kullanabmeniz için size Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeğini iletıyorum.

Çalışmanız tamamlandığında sonuçlarından beni de haberdar ederseniz sevinirim.

Çalışmanızda kolaylıklar ve başarılar dilerim.

İçten dileklerimle,

Ayşegül Özsolak ✉, 23 Ara 2020 Çar, 13:31 tarihinde şunu yazdı:

xxx:

xx:

Dr. Duygu Dincer

Istanbul Aydın University

Assistant Professor, Counseling Psychology

Associate Director, Center for Western Studies

Associate Director, Center for Studies on Turkey & Women's Studies Coordinatorship

xx:

Curriculum Vitae : ✉

Orcid Number : ✉

Researcher ID : ✉

Official E-mail : ✉

Web-site : ✉

Address : ✉



EK-A3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II) Uygulama İzni

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II kullanım izni [Gelen Kutusu](#)



Ayşegül Özsolak

29 Ara 2020 Sal 13:40



Alıcı: [Redacted]

Sayın hocam,

Merhaba, öncelikle nasılsınız?

Ben Ayşegül Özsolak, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans öğrencisiyim. Bu dönem tez önerisi vermek üzere hazırlık içerisindeyim. Tez danışmanım ise Doç. Dr. Meliha Tuzgöl Dost.

Yüksek lisans tezi olarak hazırlayacağım çalışmamda "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II" kullanmak üzere izninizi rica ediyorum. İzin vermeniz durumunda ölçek formu, puanlaması ve yorumlaması ile ilgili bilgileri de rica ederek bu ölçeğin çalışmamda büyük katkısı olacağını belirterek desteğiniz için teşekkür ediyorum.

Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim. İyi çalışmalar dilerim.

Saygılarımla,



Emre Seliçuk

29 Ara 2020 13:42



Alıcı: ben

İzin almanıza gerek yok, elbette kullanabilirsiniz. Bilgiler ekte.
Emre

Emre Seliçuk
Associate Professor of Psychology
Faculty of Arts and Social Sciences
Sabancı University
Istanbul, Turkey

Website: [Redacted]

Podcast: [Redacted]

email: [Redacted]

cc email: [Redacted]

xxx



EK-B Örnek Ölçek Maddeleri

EK-B1 İlişki İstikrarı Ölçeği Örnek Maddeleri

	Tamamen yanlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamen doğru
1. Birlikte olduğum kişi, kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerimi karşılıyor.	1	2	3	4
2. İstikrarlı bir ilişkide güvende ve rahat hissetme gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.	1	2	3	4
3. Birlikte olduğum kişi ve ben pek çok anıyı paylaşıyoruz.	1	2	3	4

4. İlişkimiz benim için doyum verici.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

5. Yakınlık, arkadaşlık gibi gereksinimlerim bir başka ilişkide de kolaylıkla karşılanabilir.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

6. Başkalarının ilişkileriyle karşılaştırılırsa, ben ilişkiye oldukça fazla yatırım yapmaktayım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

7. Önümüzdeki yıl muhtemelen başka biriyle flört ediyor olacağım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

EK-B2 Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği Örnek Maddeleri

Açıklama: Partnerinizin sözü geçen deneyime ne derece katkıda bulunduğunu belirtmek üzere her bir madde için lütfen aşağıdaki ölçeği kullanınız.

1 2 3 4 5 6 7
 Hemen hemen hiç Çok fazla

<u>SEVDİĞİM KİŞİ HAYATIMA GİRDİKTEN SONRA / ONUNLA BİRLİKTEYKEN...</u>							
... kendimin başka olumlu yönlerini, özelliklerini, becerilerini keşfettim.	1	2	3	4	5	6	7
... ailemle öncekinden daha az zaman geçirir oldum.	1	2	3	4	5	6	7
... maddi gücüm/olanaklarım arttı.	1	2	3	4	5	6	7
... (din, dil, ırk, etnik köken, kişilik özellikleri vb. açısından) bana benzemeyen insanlarla ilgili önyargılarım azaldı.	1	2	3	4	5	6	7
... hoş olmayan bazı kişisel özelliklerimin ve davranışlarımın olduğunu keşfetmeye başladım.	1	2	3	4	5	6	7

EK-B3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Örnek Maddeleri

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Hiç Kararsızım/ Tamamen
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelenendirir.	1	2	3	4	5	6	7
Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7

EK-B4 Gönüllü Katılım Formu

Sayın Katılımcı;

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı yüksek lisans öğrencisi Ayşegül ÖZSOLAK (Danışmanı, Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST) yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Araştırmanın amacı, en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarının benlik değişimleri ve bağlanma düzeyleri tarafından yordanıp yordanmadığını araştırmaktır. Çalışma kapsamında İlişki İstikrarı Ölçeği'ni, Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği'ni ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'ni cevaplamanız istenmektedir. Her bölümdeki ölçeğin nasıl cevaplanacağı konusunda, ilgili bölümün başında bilgi verilmiştir. Anketin cevaplanması için herhangi bir süre kısıtlaması bulunmamaktadır.

Bu araştırma için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan gerekli izinler alınmıştır. Uygulama sırasında size özel sorular (politik görüş, cinsel yönelim, din vb.) sorulmayacaktır.

Çalışmaya katılım tamamıyla gönüllülüğe dayanmaktadır. Bu nedenle çalışmaya katılmama ve çalışmaya katıldıktan sonra istediğiniz zaman ayrılma hakkına sahiptir. Çalışmayı sonlandırmanız durumunda herhangi bir yükümlülüğünüz bulunmamaktadır. Verdiğiniz yanıtlarınız gizli kalacaktır ve sadece bilimsel çalışmalar için kullanılacaktır. Bu çalışmaya katılmayı onaylamadan önce sormak istediğiniz soruları anketi uygulayan kişiye sorabilirsiniz. Çalışma ve çalışmanın sonuçları hakkında daha fazla bilgi almak için psikolojik danışman Ayşegül ÖZSOLAK () ile iletişim kurabilirsiniz.

Katılımınız için şimdiden çok teşekkür ederim.

Araştırmacı: Ayşegül ÖZSOLAK

Adres: Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,

Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik A.B.D.,

Beytepe, Çankaya Ankara

Tel: [REDACTED]

E-posta: [REDACTED]



EK-B5 Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz : () K () E
2. Yaşınız : _____
- 3.Üniversiteniz? : _____
- 4.Fakülteniz? : _____
5. Romantik ilişkiniz ne
kadar süredir devam
etmektedir? : 6 ay- 1 yıl ()
1 yıl- 3 yıl ()
3 yıl-5 yıl ()
5 yıl ve fazlası ()

EK-C Veri Toplama İzni



T.C.
YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Fakültesi Dekanlığı

Sayı : E-14415064-200-52475
Konu : Veri Toplama Talebi

31.12.2021

EĞİTİM BİLİMLERİ BÖLÜM BAŞKANLIĞINA

İlgi : 24.12.2021 tarihli ve E-77011805-770-51404 sayılı yazınız.

Bölümünüz Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD Arş. Gör. Ayşegül ÖZSOLAK'ın, Hacettepe Üniversitesi yüksek lisans programında devam eden **“Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki İstikrarının Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Benlik Değişimi”** başlıklı tez çalışması kapsamında Fakültemiz öğrencilerine ilgi yazı ekinde yer alan ölçekleri uygulamak suretiyle veri toplaması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Nezahat GÜÇLÜ
Dekan

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : 01KH-I7TO-8HI6

Belge Doğrulama Adresi : <https://ebyssorgu.bozok.edu.tr>

Adres: Yozgat Bozok Üniversitesi Erdoğan Akdağ Kampüsü Eğitim Fakültesi Binası,
Atatürk Yolu 7. Km 66900 Yozgat

Bilgi İçin : Şule KARAKUŞ

Telefon No : 3542421025
e-Posta : egitim@bozok.edu.tr

Fax No : 3542421024
İnternet Adresi : <http://www.bozok.edu.tr/>

Şef
Dahili No:



EK-D Sosyal Medya Metni

Sosyal medya aracılığı ile (Whatsapp ve Telegram) ulaşılabak olan katılımcılara aşğıdaki sosyal medya ilanı ve Etik Komisyon onayından sonra Google Formda oluşturulacak ölçeklerin bağlantı linki gönderilecektir:

Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki istikrarı ile benlik değışimleri ve bağlanma düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyeceğim yüksek lisans tezim kapsamında en az 6 aydır romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin aşğıdaki linkte bulunan ölçek maddelerini yanıtlaması konusunda destek beklemekteyim. Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.



EK-E İlişki İstikrarı Ölçeği Değişkenlerin Kategorilerine Göre Normallik Tablosu

Değişken	İlişki İstikrarı Alt Ölçekleri	Grup	Çarpıklık	Std	Basıklık	Std
Cinsiyet	İlişki Doyumu	Kadın	-1.414	.137	1.651	.273
		Erkek	-1.358	.258	1.762	.511
	Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme	Kadın	.320	.137	-.669	.273
		Erkek	.236	.258	-.743	.511
	İlişki Yatırımı	Kadın	-.022	.137	-.764	.273
		Erkek	-.306	.258	-.873	.511
	Bağlanım	Kadın	-1.705	.137	2.514	.273
		Erkek	-1.162	.258	.035	.511
Yaş	İlişki Doyumu	18-21 yaş	-1.405	.167	1.655	.333
		22 ve üzeri	-1.520	.176	2.238	.350
	Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme	18-21 yaş	.350	.167	-.632	.333
		22 ve üzeri	.257	.176	-.756	.350
	İlişki Yatırımı	18-21 yaş	-.088	.167	-.796	.333
		22 ve üzeri	-.131	.176	-.797	.350
	Bağlanım	18-21 yaş	-1.751	.167	2.714	.333
		22 ve üzeri	-1.428	.176	1.324	.350
Romantik İlişki Süresi	İlişki Doyumu	6 ay-1 yıl	-1.227	.203	1.138	.403
		1 yıl-3 yıl	-1.531	.202	2.312	.401
		3 yıl-5 yıl	-1.644	.285	2.532	.563
		5 yıl ve fazlası	-1.851	.354	3.700	.695
	Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme	6 ay-1 yıl	.273	.203	-.572	.403
		1 yıl-3 yıl	.285	.202	-.846	.401
		3 yıl-5 yıl	.235	.285	-.600	.563
		5 yıl ve fazlası	.452	.354	-.698	.695
	İlişki Yatırımı	6 ay-1 yıl	.033	.203	-.733	.403
		1 yıl-3 yıl	-.114	.202	-.802	.401
		3 yıl-5 yıl	-.270	.285	-.860	.563
		5 yıl ve fazlası	-.221	.354	-.692	.695
	Bağlanım	6 ay-1 yıl	-1.473	.203	1.298	.403
		1 yıl-3 yıl	-1.376	.202	1.476	.401
		3 yıl-5 yıl	-1.837	.285	2.920	.563
		5 yıl ve fazlası	-1.609	.354	1.196	.695

EK-F Etik Komisyon İzni



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Rektörlük

Tarih: 20/12/2021
Sayı: E-35853172-300-00001927807



00001927807

Sayı : E-35853172-300-00001927807
Konu : Ayşegül ÖZSOLAK (Etik Komisyon İzni)

20.12.2021

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: 26.11.2021 tarihli ve E-51944218-300-00001888212 sayılı yazınız.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışma yüksek lisans programı öğrencilerinden **Ayşegül ÖZSOLAK**'ın **Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST** danışmanlığında yürüttüğü “**Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki İstikrarının Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Benlik Değişimi**” başlıklı tez çalışması Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun **14 Aralık 2021** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Vural GÖKMEN
Rektör Yardımcısı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: 0A449EAD-B4EF-49F4-A496-84A1C13B3F9D Belge Doğrulama Adresi: <https://www.hacettepeuniv.edu.tr/etk>

Adres: Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
E-posta: yazimd@hacettepe.edu.tr İnternet Adresi: www.hacettepe.edu.tr Elektronik
Ağ: www.hacettepe.edu.tr
Telefon: 0 (312) 305 3001-3002 Faks: 0 (312) 311 9992
Kep: hacettepeuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Sevda TOPAL
Bilgisayar İşletmeni
Telefon: 03123051008



EK-G Etik Beyanı

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- görsel, işitsel ve yazılı bütün bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- atıfta bulunduğum eserlerin bütününe kaynak olarak gösterdiğimi,
- kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

08/07/2022

(İmza)

Ayşegül ÖZSOLAK

EK-H Yüksek Lisans Tez Çalışması Orijinallik Raporu

05/07/2022

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Başkanlığına,

Tez Başlığı: Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki İstikrarının Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Benlik Değişimi

Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak **Turnitin** adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir:

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Oranı	Gönderim Numarası
05.07.2022	71	118135	15/06/2022	%17	1866835337

Uygulanan filtreler:

1. Kaynaklar hariç
2. Alıntılar dâhil
3. 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarını inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan eder, gereğini saygılarımla arz ederim.

Ad Soyadı: Ayşegül ÖZSOLAK

Öğrenci No.: N19133473

Ana Bilim Dalı: Eğitim Bilimleri

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Statüsü: ☒ Y.Lisans ☐ Doktora ☐ Bütünleşik Dr.

İmza

DANIŞMAN ONAYI

UYGUNDUR.

Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST

EK-I Thesis/Dissertation Originality Report

05/07/2022

HACETTEPE UNIVERSITY
Graduate School of Educational Sciences
To The Department of Institute of Education Sciences

Thesis Title: Attachment and Self-Change As Predictors of Romantic Relationship Stability in University Students

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defense	Similarity Index	Submission ID
05/07/2022	71	118135	15/06/2022	%17	1866835337

Filtering options applied:

1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Name Lastname: Ayşegül ÖZSOLAK

Student No.: N19133473

Department: Eğitim Bilimleri

Program: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Status: ☒ Masters ☐ Ph.D. ☐ Integrated Ph.D.

Signature

ADVISOR APPROVAL

APPROVED

Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST

EK-İ Yayınlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan "**Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına ilişkin Yönerge**" kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- o Enstitü/ Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihinden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. ⁽¹⁾
- o Enstitü/Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ... ay ertelenmiştir. ⁽²⁾
- o Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. ⁽³⁾

08/07 /2022

Aysegül ÖZSOLAK

"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"

- (1) Madde 6. 1. Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tez erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.
- (2) Madde 6.2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç; imkânı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tez erişime açılması engellenebilir.
- (3) Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir*. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.

Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir

*Tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu tarafından karar verilir.