

T.C  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

ERİŞKİNLERDE ROMANTİK İLİŞKİ DURUMU İLE BAĞLANMA,  
KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan  
Kübra Yeşim IŞIK

Tez Danışmanı  
Dr. Öğr. Üyesi Nuşin BİLGİN

İSTANBUL-2020



## TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Kübra Yeşim Işık
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Erişkinlerde Romantik İlişki Durumu ile Bağlanma, Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji Anabilim Dalı
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 14.07.2020
- SAYFA SAYISI** : 75
- TEZ DANIŞMANLARI** : Dr. Öğr. Üyesi Nuşin BİLGİN
- DİZİN TERİMLERİ** : Romantik İlişki, Bağlanma, Kişilik, Yaşam Doyumu,
- TÜRKÇE ÖZET** : Araştırmanın amacı romantik ilişki, bağlanma, kişilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin anlamlılığının incelenmesidir. Araştırmanın verileri çevrimiçi anket üzerinden kartopu yöntemiyle toplanmıştır. Araştırma sonucuna göre romantik birlikteliği olan erişkinlerin yaşam doyum düzeyi romantik birlikteliği olmayan erişkinlere göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Araştırma sonucuna göre romantik ilişkisi olmayan erişkinlerin psikotizm kişilik özelliklerine sahip oldukları saptanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre romantik birliktelikleri olmayan erişkinlerin kaçınmacı bağlanma tarzına sahip oldukları saptanmıştır. Araştırma sonucunda romantik ilişkisi olan ve romantik ilişkisi

olmayan bireylerin yaşam doyum düzeyleri cinsiyet, yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermezken, maddi gelir durumunun anlamlı bir farklılık yarattığı saptanmıştır. Araştırma sonucuna göre romantik ilişkiler, bağlanma, kişilik ve yaşam doyumunda arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

**DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

**Kübra Yeşim IŞIK**

T.C  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

ERİŞKİNLERDE ROMANTİK İLİŞKİ DURUMU İLE  
BAĞLANMA, KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE YAŞAM DOYUMU  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Kübra Yeşim IŞIK

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Nuşin BİLGİN

İSTANBUL-2020

## **BEYAN**

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

**Kübra Yeşim IŞIK**

.../.../2020

T.C  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Kübra Yeşim IŞIK'ın “Erişkinlerde Romantik İlişki Durumu İle Bağlanma, Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Nuşin Bilgin (Danışman)

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hakan Kardeş

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Necmettin Aksoy

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

.../.../2020

Prof. Dr. İzzet Gümüş

Enstitü Müdürü

## ÖZET

Araştırmanın amacı erişkinlerin romantik ilişki durumu ile bağlanma, kişilik özellikleri ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Çalışmaya 281 kadın ve 119 erkek olmak üzere toplam 400 yetişkin birey katılmıştır. Araştırmanın verileri online anket üzerinden kartopu yöntemi kullanılarak toplanmıştır. Araştırmanın verileri Yaşam Doyumu Ölçeği, Eysenck Kişilik Envanteri ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde Bağımsız Örnekler T-Testi, ANOVA, Pearson Korelasyon Analizi ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda romantik ilişkisi olan yetişkinlerin yaşam doyum düzeylerinin romantik ilişkisi olmayan bireylerden daha fazla olduğu saptanmıştır. Araştırma sonucunda romantik ilişkisi olan bireylerin yaşam doyum düzeyleri cinsiyet, yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermezken, maddi gelir durumunun romantik ilişkisi olan bireylerin yaşam doyumları üzerinde anlamlı bir farklılık yarattığı saptanmıştır. Romantik ilişkisi olmayan bireylerin yaşam doyum düzeyleri cinsiyet, yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermezken, maddi gelir durumunun romantik ilişkisi olmayan bireylerin yaşam doyum düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık yarattığı saptanmıştır. Araştırma sonucunda romantik ilişki durumu ile dışadönüklük, yalan ve nörotisizm kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Romantik ilişki durumu ile psikotizm kişilik özelliği arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Araştırma sonucunda romantik ilişki durumu ile bağlanma arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Romantik ilişkisi olmayan erişkinlerin kaçınmacı bağlanma puanları romantik ilişkisi olan erişkinlerin kaçınmacı bağlanma puanlarından daha fazla olduğu saptanmıştır.

Araştırma bulgularına göre romantik ilişki, bağlanma, kişilik ve yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Romantik İlişki, Bağlanma, Kişilik, Yaşam Doyumu



## SUMMARY

The aim of the study is to examine the relationship between the romantic relationship status and attachment, personality traits and life satisfaction levels of adults.

A total of 400 adult individuals participated in the study, including 281 women and 119 men. The data of the research were collected using the snowball method over the online questionnaire. The data of the study were collected using The Satisfaction with Life Scale, Eysenck Personality Inventory and The Scale of Lives in Close Relationships. Independent Examples T-Test, ANOVA, Pearson Correlation Analysis and Multilitutic Regression Analysis were used in the analysis of the data.

As a result of the research, the levels of life in which adults with romantic relationships are more likely than individuals without romantic relationships( $p < 0,05$ ). As a result of the research, the life satiation levels of individuals with romantic relations do not differ significantly depending on gender, age and educational status, while the state of financial income has been observed to make a significant difference( $p < 0,05$ ). While the life satiation levels of individuals without a romantic relationship do not differ significantly depending on gender, age and educational status, it has been observed that the state of financial income makes a significant difference( $p < 0,05$ ). As a result of the research, there was no significant difference between the status of romantic relationships and the personality traits of extrovertism, lies and neurotism( $p < 0,05$ ). There was a significant difference between the status of romantic relationship and the personality trait of psychotism( $p < 0,05$ ).

According to the research findings, a significant relationship was found between romantic relationship, attachment, personality and life satisfaction.

**Key Words:** Romantic Relationship, Attachments, Personality, Life Satisfaction

## İÇİNDEKİLER LİSTESİ

Sayfa

ÖZET.....	I
SUMMARY .....	II
İÇİNDEKİLER LİSTESİ .....	III
KISALTMALAR LİSTESİ .....	V
TABLolar LİSTESİ .....	VI
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	VIII
EKLER LİSTESİ.....	IX
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM .....	2
ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ.....	2
1.1.ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ .....	2
1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri.....	2
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	2
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ .....	2
1.4. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI.....	3
1.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI .....	3
İKİNCİ BÖLÜM.....	4
KURAMSAL ÇERÇEVE .....	4
2.1.ROMANTİK İLİŞKİ .....	4
2.1.1.Romantik İlişkiye Başlama Aşamaları ve Kuramlar.....	5
2.1.2.Romantik İlişkilerde Eş Seçimi.....	6
2.1.2.1.Eş Seçimini Etkileyen Faktörler.....	7
2.1.3.Romantik İlişkiler ile İlgili Düşünceler .....	11
2.1.3.1. Charles Darwin'in Düşünceleri .....	11
2.1.3.2.Carl Yung'un Düşünceleri .....	11
2.1.3.3.Sigmund Freud'un Düşünceleri .....	11
2.1.3.4.Jeffery Young'un Düşünceleri .....	12
2.1.4.Romantik İlişkilerde Bağlanma .....	12
2.1.4.1.Bağlanma Teorileri.....	12
2.1.5.Romantik İlişkiler ile İlgili Çalışmalar.....	14
2.1.6.YAŞAM DOYUMU.....	18

2.1.6.1.Yaşam Doyumu Kuramsal ve Kavramsal Çerçevesi .....	18
2.1.6.2.Yaşam Doyumu ile İlgili Kuramlar .....	18
2.1.6.3.Maslow 'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi ve Yaşam Doyumu .....	20
2.1.6.4.Yaşam Doyumu ile İlgili Çalışmalar .....	22
2.1.7.KİŞİLİK.....	26
2.1.7.1.Kişilik Kuramsal ve Kavramsal Çerçevesi.....	26
2.1.7.2.Kişilik Kuramları .....	27
2.1.7.3.Freud ve Kişilik .....	27
2.1.7.4.Erik Erikson' Psikososyal Gelişim Kuramı .....	30
2.1.7.5.Carl Gustav Jung ve Kişilik .....	33
2.1.7.6. Hans Eysenck Kişilik Kuramı.....	34
2.1.8.Romantik İlişkiler, Yaşam Doyumu ve Kişilik ile İlgili Çalışmalar .....	36
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>48</b>
3.1. Araştırmanın Modeli.....	41
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi .....	41
3.3. Araştırmanın Soruları.....	41
3.4. Verilerin Toplanması .....	42
3.5.Verileri Toplama Araçları.....	42
3.5.1. Kişisel Bilgiler Formu .....	42
3.5.2. Yaşam Doyumu Ölçeği.....	42
3.5.3. Eysenck Kişilik Envanteri.....	43
3.5.4. Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri.....	43
3.6. VERİLERİN ANALİZİ .....	43
3.6.1. İstatistiksel Değerlendirme .....	43
3.7. Bulgular .....	44
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>61</b>
<b>TARTIŞMA VE YORUM .....</b>	<b>61</b>
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>64</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>66</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>-</b>

## KISALTMALAR LİSTESİ

**AGE** : ADI GEÇEN ESER

**F** : FREKANS

**N** : KATILIMCI SAYISI

**$\bar{x}$**  : ARİTMETİK ORTALAMA

**p** : ANLAMLILIK DÜZEYİ

**s.** : SAYFA

**SPSS** : STATISTICAL PACKAGE FOR THE SOCIAL

SCIENCE

## TABLolar LİSTESİ

Sayfa

<b>Tablo 1.</b> Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı .....	<b>45</b>
<b>Tablo 2 .</b> Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutları Betimsel İstatistikleri .....	<b>46</b>
<b>Tablo 3.</b> Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutları Betimsel İstatistikleri...	<b>46</b>
<b>Tablo 4.</b> Yaşam Doyum Ölçeği Betimsel İstatistikleri.....	<b>46</b>
<b>Tablo 5.</b> Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutu Puanlarıyla Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları .....	<b>47</b>
<b>Tablo 6.</b> Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutu Puanlarıyla Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları .....	<b>48</b>
<b>Tablo 7.</b> Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutu Puanlarıyla Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları .....	<b>49</b>
<b>Tablo 8.</b> Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarına Etkisi.....	<b>50</b>
<b>Tablo 9.</b> Eysenck Kişilik Envanteri Puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarına Etkisi.....	<b>51</b>
<b>Tablo 10.</b> Örneklem Romantik İlişki Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları.....	<b>52</b>
<b>Tablo 11.</b> Örneklem Romantik İlişki Değişkenine Göre Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları .....	<b>52</b>
<b>Tablo 12.</b> Örneklem Romantik İlişki Değişkenine Göre Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları .....	<b>54</b>
<b>Tablo 13.</b> Romantik İlişkisi Olan Örneklem Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları .....	<b>55</b>
<b>Tablo 14.</b> Romantik İlişkisi Olan Örneklem Yaş Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	<b>56</b>

<b>Tablo 15.</b> Romantik İlişkisi Olan Örneklemin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	<b>56</b>
<b>Tablo 16.</b> Romantik İlişkisi Olan Örneklemin Maddi Durum Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	<b>57</b>
<b>Tablo 17.</b> Romantik İlişkisi Olmayan Örneklemin Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları .....	<b>58</b>
<b>Tablo 18.</b> Romantik İlişkisi Olmayan Örneklemin Yaş Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	<b>58</b>
<b>Tablo 19.</b> Romantik İlişkisi Olmayan Örneklemin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	<b>59</b>
<b>Tablo 20.</b> Romantik İlişkisi Olmayan Örneklemin Maddi Durum Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	<b>59</b>

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa

Şekil 1. Maslow İhtiyaçlar Piramidi .....	20
---	----



## EKLER LİSTESİ

- EK-A** KİŞİSEL BİLGİ FORMU
- EK-B** YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ
- EK-C** EYSENCK KİŞİLİK ENVANTERİ
- EK-D** YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ÖLÇEĞİ
- EK-E** ETİK KURUL İZİN KARARI





## ÖNSÖZ

Çalışma sürecimde bana destek olan arkadaşım Didem Alpay'a, sevgili aileme, değerli tüm dostlarıma ve bana her konuda yardımcı olan danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Nuşin Bilgin'e teşekkür ederim.



## GİRİŞ

İnsanlar sosyal varlıklar olduğundan hayatlarını daha kaliteli ve kolay sürdürebilme adına diğer insanlara ihtiyaç duymakla birlikte yetişkin bireyler yalnızlıklarını gidermek, duygularını paylaşmak, hayatın akışını kolaylaştırmak için yakın ilişkiler kurmaya yönelmektedir.<sup>1</sup> Romantik ilişkiler ergenlik dönemiyle başlayıp ileri yetişkinlik dönemlerinde daha kalıcı romantik birliktelikler kurularak ilişkilerin devamlılığı sürdürülmektedir. Yakın ilişki kurmak için her zaman bir “diğer” kişi olması gereklidir.<sup>2</sup> Romantik ilişkilerde duygular yoğun ve karşılıklı bir şekilde yaşanmaktadır. Kişiler maddi ve manevi birçok paylaşımında buldukları gibi birbirlerinin ruhsal gelişimlerinde ve duygusal gelişimlerinde oldukça önemli rol oynamaktadır. Romantik birlikteliklerde bireyler olumlu ve olumsuz duygu paylaşımında bulunur aynı zamanda günlük hayatlarının akışında yapmış oldukları etkinlikleri de paylaşmaktadır.

Kişiler hayatına dâhil edecekleri eşlerini belli özelliklere göre seçmektedirler. Bunlardan bazıları fiziksel görünüşleri, statüleri, kültürleri, kişilik tipleri, hayata bakış açısı ve idealleri olabilmektedir. Yapılan çalışmalarda eş seçiminde kalıtımın etkisinin az bir oranda etkili olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra ilk yaşlardaki öğrenmeler sonucu bilinçaltından gelen yoğun arzularımız ile eş seçimlerimiz farklılaşmaktadır. Bireyin kişilik tiplerine göre kendine en uygun eş arayışında bulunduğu yetişkinlik döneminde romantik birlikteliklerin başlaması ve sağlıklı olarak sürdürülebilmesi kişilerin karşılıklı olarak yaşam doyumlarını yükseltmektedir.<sup>3</sup>

Romantik birlikteliğin sonlaması durumunda kişiler yoğun bir üzüntü duymaktadırlar. Yoğun üzüntü ve çökkün ruh hali bireyin yaşam kalitesinin ve yaşam doyumunu olumsuz bir şekilde etkilemektedir. Romantik ilişkilerde yaşam doyumunu ve ilişki içerisindeki algılanan yaşantıda kişilik tiplerinin de etkisi olabileceği düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle romantik ilişki içerisinde olan bireylerin kişilik tiplerine göre algılanan yaşantılarının yaşam doyumuna olan etkisi incelenecektir.

---

<sup>1</sup>Robert J. Sternberg, *A triangular theory of love. Psychological Review*, 1986, 93(2), s.119- 135.

<sup>2</sup>Richard A. Brown, Romantic love and the spouse selection criteria of male and female Korean college students, *The Journal of Social Psychology*, 1994; 134(2), s.183- 206.

<sup>3</sup>Lucy Vincent, *Neden Aşık Oluyoruz?*, Aylak Kitap, İstanbul, 2012, s. 122.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

#### 1.1.ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Erişkin bireylerin romantik ilişki durumları ile bağlanma örüntüleri, kişilik özellikleri ve yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

##### 1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri

1. Romantik ilişki durumu ve bağlanma arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Romantik ilişki durumu ve bağlanma arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Romantik ilişki durumu ve kişilik tipleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

#### 1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı; erişkinlerin romantik ilişki durumları ile bağlanma, kişilik ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada ayrıca romantik ilişkisi olan ve romantik ilişkisi olmayan erişkinlerin yaşam doyumlarının demografik faktörlere göre incelenmesi ve karşılaştırılması hedeflenmektedir.

#### 1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Romantik ilişkiler kişilerin hayatlarında oldukça önem verdikleri ve ihtiyaç duydukları bir kavramdır. Bireyler yakın ilişkiler kurmaya ergenlik dönemlerinde başlayıp tüm yaşamları boyunca yakın ilişkilerini sürdürüp korumaya çalışmaktadırlar. Yetişkin bir birey duygusal, cinsel ve diğer ihtiyaçlarını romantik ilişkiler sayesinde sağlayabilmektedir. Bireylerin kurmuş oldukları ilişkiler sosyal durum, yaş, eğitim, aile, din ve siyasi konulara göre değişiklikler gösterebilir. Bu konuyla ilgili yapılmış olan çalışmalarda üç temel faktörün önemli olduğu görülmektedir. Bunlardan ilki benzerlik faktörüdür. Algılanan benzerlik düzeyi kişileri birbirlerine yaklaştırırken ilişkinin de uzun süreli olmasını sağlamaktadır. Diğer faktör ise tamamlayıcılıktır ve eş seçiminde önemli rolü olmaktadır. Üçüncü olan faktör ise olumlu etkileşimdir. Uzun zamandır devam eden ilişkilerde olumlu yönlerin olumsuz yönlerden daha baskın olduğu gözlemlenmektedir.<sup>4</sup> Çalışmamızda romantik ilişki durumunun bağlanma, kişilik özellikleri ve yaşam doyum ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Tez bu konu hakkında bilgi sağlamak ve literatüre katkı yapmayı hedeflemektedir.

---

<sup>4</sup> Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1992, s. 403-542.

#### **1.4. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI**

- 1.AraŐtirmanın yapıldığı örneklemin, evreni temsil ettiği varsayılmıŐtır.
- 2.Araştırmada kullanılan ölçme araçlardan toplanan verilerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıŐtır.
- 3.Araştırmaya katılan katılımcıların, araştırma için kullanılan ölçme araçlarını içtenlikle cevapladıkları varsayılmıŐtır.

#### **1.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI**

- 1.Araştırma, 23 ve 45 yaş arasındaki erişkinlerle sınırlıdır.
- 2.Araştırmada kullanılan ölçme araçlarından elde edilen bilgiler, erişkin bireylerin bu ölçeklere verdiği cevaplarla ve ölçeklerin ölçtüğu özelliklerle sınırlıdır.
- 3.Araştırmanın metin kısmı, ulaşılabilen yayınlarla sınırlıdır.



## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1.ROMANTİK İLİŞKİ

İnsanlar sosyal yaşamlarını devam ettirebilmek için her zaman diğer kişilere ihtiyaç duymaktadır. Genel yaşantıdaki ihtiyaçlarla birlikte duygusal beslenmelerini sağlamak adına romantik birlikteliklere yönelmektedirler. Romantik ilişkilerde her zaman bir diğer kişiye ihtiyaç duyulmakta ve bu diğer kişiye onu diğer tüm kişilerden ayıran özel ve bireysel atıflar yapılmaktadır. Romantik birlikteliklerin insanların yaşamlarına önemli katkılar sağlaması ve bilimsel araştırmalarında bu doğrultuda sonuçlara varması romantik birlikteliklerin insan yaşamının önemli bir parçası olduğunu göstermektedir.<sup>5</sup>

Romantik aşk, kendimizden daha büyük ve yüce bir şeyle derinden bağlantı kurmamıza olanak sağlayabilen kişilerarası bir deneyim haline gelmektedir. Herhangi bir dine mensup olmayan ya da bir ideolojiye mensup olmayan kişiler için romantik aşk "ilahi" bir deneyim olarak kabul edilebilmektedir.<sup>6</sup>

Bir ilişkinin romantik bir birliktelik olarak adlandırılması için kişiler arasında duygusal bağlılık, açık bir iletişim, sosyal hayatlarında paylaşım, cinsel çekim olması gerekmektedir. Genç yetişkinlik ve ileri yetişkinlik dönemlerinde romantik ilişkiler bireylerin yaşamlarında önemli bir yer edinmektedir. Kişiler yaşamlarının daha doyumlu hale gelebilmesi ve sosyal yaşamlarının kolaylaşması açısından romantik ilişkiler kurmaktadır. Her birey için farklı anlamlar taşıyan romantik ilişkiler diğer yakınlık türlerinden (aile ilişkileri, arkadaşlık vb.) daha farklı algılanmaktadır.

Arkadaşlık ilişkilerinden farklı olarak romantik birlikteliklerde ilgi sadece bir tek kişi üzerinde olmakta ve bu özel ilişki sadece iki kişi arasında yaşanmaktadır.<sup>7</sup> Romantik ilişki kadın ve erkek arasında psikolojik, duygusal ve cinsel bağlılığı içeren tutkulu bir yakınlık olarak tanımlanmaktadır. Aşk, insanlık tarihi kadar eskidir. Aşk'a olan tutumlar kültürden kültüre değişse de tüm toplumlarda ve kültürlerde geçerli

---

<sup>5</sup> Robert J. Sternberg, *Cupid's Arrow: The Course of Love Through Time*, Cambridge University Press, UK, 1999.

<sup>6</sup> Ayala Malakh Pines, *Aşık Olmak: Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz?*, İletişim Yayıncılık, İstanbul, 2010, s.31.

<sup>7</sup> Robert J. Sternberg, a.g.e., s.119-135.

olmuştur.<sup>8</sup> Her insanın gelişim döneminde bir kez olsun yaşadığı bir duygudur. Bu yaşanan duyguya yüklenen görevler zaman içerisinde değişmiştir. Her dönem farklı bir işlevi olmuştur. Eski çağlarda daha çok hesap, maddi güvence gibi etkenler ön plandayken, daha sonradan örneğin “Erken Romantikçiler” (18.yy) aşkın tabiatına daha uygun olan romantik yorumlar getirmişlerdir.<sup>9</sup>

### **2.1.1.Romantik İlişkiye Başlama Aşamaları ve Kuramlar**

Romantik ilişkilerin oluşmasında belli aşamaların gerçekleştiğini gösteren bazı kuramlar oluşturulmuştur. Dolayısıyla romantik birliktelikler birbirinden farklı bir dizin aşamanın yaşanmasıyla oluşmaktadır. Bazı kuramlara göre iki aşamadan oluşan romantik birliktelikler diğer kuramlarda üç ya da dört farklı aşamadan oluşmaktadır.

**İki Aşamalı Aşk Kuramı:** Bu kurama göre romantik ilişkinin başlaması iki aşama ile gerçekleşmektedir. İnsanlar ilk aşamada kendine uygun olmayan adayları eler ve kendine uygun olmayan adayları dikkate almaz görüştüğten sonra o adayları unutmaktadır. Buna örnek olarak yaş elemesi verilir, gençler kendilerinden yaşça büyük kişileri romantik eş adayı olarak görmemektedir. Bununla birlikte uygun olmayan adaylar görünmez hale gelmektedir. İkinci aşamada ise kendine uygun gördükleri adaylar arasında seçim yapmaktadırlar.<sup>10</sup>

Baştaki otomatik eleme, toplumsal normların bize en uygun eş adayı dayatmasına göre yapılmaktadır. Robert Winch, romantik birliktelik yaşayabileceğimiz kişiler için “uygun eş adayı havuzu” terimini kullanmıştır.<sup>11</sup> İlk aşamada içinde bulunan toplum veya alt kültürlerin etkisi eş seçimimizde, biz kendi eş seçimi filtrelerimizi kullanmaya başlamadan önce işlemeye başlamaktadır.

**Üç Aşamalı Aşk Kuramı:** Bernard Murstein tarafından oluşturulan bu kuram romantik ilişkilerin üç aşamada gerçekleştiğini öne sürmektedir. Bu aşamalar; “uyarı”, “değer”, “rol” olarak adlandırılmıştır.<sup>12</sup>

**1)Uyarı Aşaması:** Uyarı aşamasında ilk olarak karşı cinsin fiziki özelliklerinin ilgimizi çektiğini vurgulamaktadır. Uyarı aşamasında karşı tarafın çekiciliği, fiziki özelliklerine, zihinsel ve toplumsal vasıflarına bir yansıma yapmaktadır. Eşler kendi

<sup>8</sup> Selim Hovardaoğlu, Ayda Büyükaşahin, Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Ask Biçimleri Kapsamında İncelenmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 2004, sayı 19, s. 59-72.

<sup>9</sup> Wilhelm Schmid, *Aşk*, İstanbul, 2017, s.11-12.

<sup>10</sup>Miriam J. Rodin, *Who is memorable to whom? A study of cognitive disgerad*, Social Cognition, 1987, 5(2), s.144-165.

<sup>11</sup> Robert Winch, *Mate selection:A study of complementary needs*, Harper and Row, New York, 1958.

<sup>12</sup> Bernard I. Murstein, *Who will marry whom?*, Springer, New York,1976.

çekicilik düzeylerine yakın olan tipteki kişilere yönelmektedir. Uyarı aşamasını bu özellikleri değerlendirerek kendilerine uygun olan eş tiplerini seçmektedirler.

**2)Değer Aşaması:** Değerler aşamasında çekim kişilerin ortak değer yargılarına sahip olmasını ele almaktadır. Eşlerin benzer kültürel yapıya sahip olmaları ve dünya görüşlerinde, hayallerinde ortaklıklar olması değer aşamasını pozitif yönde etkilemektedir.

**3)Rol Aşaması:** Üçüncü ve son aşama olan "rol" aşamasında çiftler sevgili, arkadaş, karı-koca ya da ev arkadaşı olup olamayacaklarına ilişkin kararlar vermektedirler.

**Dört Aşamalı Aşk Kuramı:** Bu kuram psikolog Avner Ziv tarafından oluşturulmuştur. Bu kurama göre romantik ilişki dört aşamayla oluşmaktadır. Yaşlı, genç, bekâr, evli, kadın ve erkeklerle yapılan görüşmeler sonucunda bireylerin âşık olmalarında etkili rol oynayan duygusal, zihinsel, davranışsal ve toplumsal bileşenler ortaya çıkmıştır. Bu aşamalar sırasıyla; "çekim", "inceleme", "kendini açma" ve "karşılıklı beklentiler" olarak tanımlanmaktadır.<sup>13</sup>

**1)Çekim:** Bu aşamada kişiler geçmiş deneyimlerinden, eşlerin fiziksel görünüşlerinden ve özellikle güzellik, estetiklikten etkilenmektedir.

**2)İnceleme:** İnceleme aşamasında eşler toplumsal ve ekonomik uyumluluklarını, entelektüel olarak eğitim ve ilgi alanlarıyla ilgili uyumluluklarını, duygusal olarak(birlikteyken rahat ve huzurlu hissetmeleri gibi) uyumluluklarını incelerler. Bu aşamada çiftler ilişkinin bir deneme aşamasında olduklarının farkındadırlar ve olabildiğince karşı taraf için olumlu imaj çizmeye çalışmaktadırlar.

**3)Kendini Açma:** İlişki ilerledikçe daha derinlerde yatan olumlu ve olumsuz duygu ve düşünceleri ortaya çıkmaktadır.

**4)Karşılıklı Beklentiler:** Eşler bu aşamada karşısındakinin beklentilerini öğrenir ve bu alanlarda(duygusal, ekonomik, toplumsal ve cinsel) beklentilerine karşılık vermek için bilinçli bir çaba göstermeye başlamaktadırlar.

### 2.1.2.Romantik İlişkilerde Eş Seçimi

Söz konusu olan romantik ilişki veya aşk, iki kişinin kurduğu bir ilişki veya hissedilen bir duyguyu tanımlamaktadır. Sözü edilen romantik ilişki, tutku, bağlılık ve yakınlık gibi öğelerden oluşmaktadır. Aşk kavramını ise açıklayan temel öğelerden

---

<sup>13</sup> Avi Ziv, *Psychology:The science of understanding human beings* , Am Oved, Tel Aviv,1993.

bir tanesi, diğer kişinin varlığıdır. Aşk, bilimler arasında da yoğun olarak araştırılan bir konu olmuştur. Felsefe, edebiyat ve psikoloji bilimlerinde sıkça işlenen konuların arasında yer almaktadır. Bu büyük ilginin sebebi, âşık olan insanların sosyal ve psikolojik tepkilerinin daha anlaşılır bir hale getirme çabalarındandır.<sup>14</sup> Çiftlerin en derin psikolojik ihtiyaçlarını partnerleriyle paylaşabilmeleri için aralarında ki güven ve yakınlığın belli bir düzeye kadar artması ilişkilerini sağlam bir zemine oturtmaktadır. Kişilerin tüm kalkanlarını indirip çocuksu, daha toy ve kimine göre bazı nevrotik ihtiyaçlarını ortaya sermesi için ilişkilerinde onları tatmin edebilecek bir güvenlik hissini yakalamış olmaları gerekmektedir.<sup>15</sup>

Pulitzer ödüllü psikolog Ernest Becker romantik birlikteliklerimizde hissetmiş olduğumuz yoğun aşksal duyguların kendimizi “kahraman” gibi hissetmemize yol açtığını söylemektedir. Bununla birlikte romantik aşkın yaşamımızın “kozmetik” düzende bir anlamı olduğunu algılama, bizi “bütünüyle kavrayan”, kendimizden “daha yüce bir şeyle birleşme” ihtiyacımızı karşılayabildiğini tanımlamaktadır. “Kozmik kahramanlık ihtiyacı” yaşam doyumunu arttıran ve “ilahi ideal”e dönüşen sevgiliye, bütün ruhsal gereksinimlerimizi yansıtarak ona karşı yoğunlaşmamızı sağlayan bir kavram haline gelmektedir.<sup>16</sup>

#### **2.1.2.1.Eş Seçimini Etkileyen Faktörler**

Romantik ilişkilerimizde eş seçimimizi etkileyen bedensel, duygusal, zihinsel ve genetik faktörler bulunmaktadır. Bunlar: Coğrafi yakınlık, fiziksel benzerlik, tutum benzerliği, kişilik benzerliği, duygusal olgunluk ve akıl sağlığı bakımından benzerlik ve genetik benzerlik olarak tanımlanabilmektedir.<sup>17</sup>

**Coğrafi Yakınlık:** Sürekli fiziksel yakınlığın yakın ilişkiler kurmada önemli bir rol olduğu düşünülmektedir. Sürekli fiziksel yakınlık halinde olmanın yakın bağlar kurabilmede, akranlık, aynı din mensubu olmak, medeni hal, etnik köken, öğrenim düzeyi ve hobilerden daha fazla etkili olduğu bulunmuştur.<sup>18</sup>

Bazı araştırmalarda çift olması muhtemel iki kişinin arasında coğrafi olarak mesafe azaldıkça birbirleriyle evlenme olasılığı artmaktadır.1930'larda Philadelphia'da yapılan bir araştırmada olası çiftler arasında ki coğrafi mesafe

<sup>14</sup> Felix Neto, Love styles: A cross-culturel study of British, Indian and Portuguese college students, *Journal of Comparative Family Studies*, 2007, s.239-254.

<sup>15</sup> Pines, a.g.e., s.151.

<sup>16</sup> Ernest Becker, *The Denial of Death*, Free Press, New York,1973.

<sup>17</sup> Pines, a.g.e., s.105-123

<sup>18</sup> Mady W. Segal, Alphabet and attraction:Unobtrusive measure of the effect of propinquity in a field setting”, *Journal of Personality and Social Psychology*, ,1974, sayı:30, s. 654-657.



artıkça evlenme oranının da düştüğü gözlemlenmiştir.<sup>19</sup> 1952’lerde Ohio’nun Columbus kentinde yapılan bir başka araştırmada da çiftlerin ikamet adreslerinin arası açıldıkça evlilik sayısının da düşmüş olduğu görülmüştür.<sup>20</sup>

**Fiziksel Benzerlik:** Yapılan bir araştırmada çiftler dokuz ay boyunca aralarındaki ilişkinin gelişim aşamaları izlenmiştir. Çiftlerin çekicilik düzeyleri birbirlerine ne denli yakınsa ilişkiyi sürdürme istekleri ve zamanla birbirlerine âşık olma olasılıkları artmıştır. Ayrılma olasılıklarıysa düşüş göstermiştir.<sup>21</sup>

Denklik kuramı bireysel adalet kavramlarına dayanmaktadır. Adams’ın denklik kuramına göre bireyin karşı tarafa vermiş olduğu emek ile karşı taraftan alması gereken emeğin denk olması gerektiğidir. Kuram, bireyin örgüte vermiş olduklarıyla örgütün kendisine verdiklerinin diğer bireylere verdikleriyle karşılaştırmasını ele almaktadır.<sup>22</sup> Bu kuram doğrultusuyla eş seçiminde fiziksel çekicilik düzeyinin hak ettiğimizi bulduğumuzu hissettiriyor olması önemli olmaktadır. Eşlerin fiziksel çekicilik düzeyleri birbirlerine ne kadar yakınsa, hem eşler hem de çevrelerinde ki kişiler ilişkinin adil olduğunu düşünmektedirler. Bir birey ne kadar çekiciyse birlikte olacağı kişilerinde o kadar çekici olduğunu; ne kadar iticiyse birlikte olduğu kişilerinde o kadar itici olacağını kabullenmek zorunda kalmaktadır.<sup>23</sup>

**Tutum Benzerliği:** Don Byrne ve ekibi otuz beş yıl süren romantik çekim alanında yapmış oldukları araştırmalar sonucunda insanların kendi tutumlarına benzer tutumlar sergileyen kişilere karşı daha yoğun bir çekim duyduklarını kanıtlamışlardır.<sup>24</sup> Dale Carnegie “insanları etkilemek ve arkadaş bulmak” konularında araştırmaları sonucu; tutum ve ilgi alanlarında ki benzerlikten yararlanılması gerektiğini söylemiştir. “Bir kişinin kalbine giden en kestirme yol, onun değer verdiği konulardan bahsetmekten geçer.” sözü de bunu en iyi şekilde desteklemektedir.

Bizimle aynı tutumları paylaşan kişiler bizleri onaylar ve onaylanma durumu da bize haklı olduğumuz duygusunu hissettirmektedir.<sup>25</sup> Bireyin tutumlarını karşı tarafın

<sup>19</sup> James H.S. Bossard, Residential propinquity as a factor in mate selection, *American Journal of Sociology*, 1932, :38(2), s.219-224.

<sup>20</sup> Alfred C. Clarke, An examination of the operation of propinquity as a factor in mate selection, *American Sociological Review*, 1952,17(1), s.17-22.

<sup>21</sup> Gregory L. White, Physical attractiveness and courtship progress, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1980,39(4), s.660-668.

<sup>22</sup> Ali Şimşek ve Ömer Eroğlu, *Davranış Bilimleri*, Eğitim Kitabevi, Bursa, s.187.

<sup>23</sup> Ellen S. Berscheid ve Elaine Hartfield-Walster, *Interpersonal Attraction*, Random House, New York, 1978.

<sup>24</sup> Donn Byrne, An overview (and underview) of research and theory within the attraction paradigm, *Journal of Social and Personal Relationships*, 1997, 14(3), s.417-431.

<sup>25</sup> Eliot Aronson, *The Social Animal*, Freeman, San Francisco, 1998.

doğru bulması ve makul görmesi genel olarak hoşuna gitmekte ve böylece toplumsal bir onay alması kişiyi tatmin etmektedir. Bu açıdan tatmin olabileceği kişilere çekim duymaktadır.<sup>26</sup>

**Kişilik Benzerliği:** Kişilik benzerliği ilişkilerin ileri dönemlerinde önem kazanmaktadır. Çeşitli araştırmalar benzer kişiliklere sahip çiftler benzer kişiliklere sahip olmayan çiftlere nazaran daha mutlu ve doyumlu ilişkiler halinde olduklarını göstermektedir.<sup>27</sup>

Narsisizm kuramına göre, Narkissos'ta olduğu gibi kendimizde görüp beğendiğimiz özellikleri bir başkasında da gördüğümüz zaman o kişileri sevme ve hayatımıza dâhil etme isteği görülmektedir.<sup>28</sup>

Kişiliğimizi dengede tutabilmek için hayatımızı şekillendiren olaylara, değişimlerimize ve geçişlerimize rağmen çevremizi bize benzeyen kişiler ile doldurmaktayız.<sup>29</sup> Narsisizm kuramının geçerliliğini sınamaya yönelik yapılmış olan bir araştırmada üniversite birinci sınıfta okuyan genç kadınlara bir kişilik testi uygulanmıştır. Altı ay sonra bu kişilerden sınıflarında en çok sevdikleri ve en az sevdikleri üçer ismin söylenmesi istenmiştir. Sonuçlarda, katılımcıların sevmiş oldukları kişiler ile benzer kişilik özelliklerine sahip oldukları, sevmedikleri kişilerle zıt kişilik özelliklerine sahip oldukları görülmüştür.<sup>30</sup>

**Duygusal Olgunluk ve Akıl Sağlığı Bakımından Benzerlik:** Duygusal olgunluğumuzun ve akıl sağlığımızın işlevsel olabilmesi için bireyin ailesinden ayrışması ve kendi gelişimsel sürecini tamamlaması gerektiği düşünülmektedir. Amerikalı psikiyatır Murray Bowen aile terapisi ile ilgili kuramlar oluşturmuş ve bu alanda önemli çalışmalarda bulunmuştur. Bowen'a göre bireyin duygusal olgunluğa ulaşması ve bağımsızlığına ulaşması için aileden sağlıklı bir şekilde ayrışması gerektiğidir.<sup>31</sup> Bowen, bireyin benliğinin farklılaşması, duygusal olgunluğa erişmesi ve öz benliğine güvenebilmesinin, kişinin stresli durumlarda ki duygu ve düşüncelerini ayırt edebilme becerisinde etkili olduklarını düşünmüştür. Ailelerinden ayrışmayan bireylerin stres altındayken daha duygusal kararlar verdiklerini, olaylara

<sup>26</sup> Berscheid & Hartfield-Walster, a.g.e. s.34.

<sup>27</sup> London S. Richard, James A. Wakefield ve Richard Lewak, Similarity of personality variables as predictor of marital satisfaction: Minnesota Multiple Personality Inventory (MM-PI) item analysis", *Personality and Individual Differences*, 1990, 11(1), s.39-43.

<sup>28</sup> Natalie Reader & Horace B. English, Personality factors in adolescent female friendships, *Journal of Consulting Psychology*, 1947, 11(4), s.212-220.

<sup>29</sup> Avshalom Caspi & Ellen S. Harbener, Continuity and change: Assortive marriage and the consistency of personality in adulthood, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 58(2), s.250-258.

<sup>30</sup> Carrol Izard, Personality similarity and friendship, *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 1960, sayı:61, s. 47.

<sup>31</sup> Pines, a.g.e., s.121.

karşı daha az esneklik gösterdiklerinin, adaptasyon becerilerinin zayıf ve diğer kişilere bağımlılık geliştirdiklerini açıklamıştır.<sup>32</sup> Bowen yapmış olduğu çalışmalar doğrultusunda insanların, ailelerinden kendileri kadar ayrılmış kişileri romantik eş olarak seçme eğiliminde olduklarını tespit etmiştir.<sup>33</sup>

**Genetik Benzerlik:** Genetik benzerliğin eş seçimimiz konusunda etkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Evrim psikologları, doğal biyolojik mekanizmamızın kime karşı cinsel çekim duyacağımızı belirlediğine inanmaktadırlar. Bu doğal biyolojik mekanizma bizleri genetik kodlarımıza benzer kodlar taşıyan kişilere yönlendirmektedir. Genetik açıdan bizlere çok uzak olan, farklı ırklardan olan kişilere çekim duymadığımız gibi aynı genetik özellikleri taşıdığımız bizlere çok yakın olan(aile bireyleri gibi)kişilere karşıda cinsel bir çekim hissetmemekteyiz.<sup>34</sup>

Evrim psikologu olan Philip Rushton yaptığı bir çalışmada genetik benzerliğin eş seçimin önemli rol oynadığını belgelenmiştir.<sup>35</sup> Rushton bu araştırmada kadınlar tarafından açılmış babalık davalarını incelemiştir. Bu tarz davalarda bireylerin genetik özellikleri incelendiğinden Rushton incelemiş olduğu tüm ebeveynlerin genetik özelliklerini inceleme imkânı bulmuştur. Babalık davasında taraf olan bu çiftler arasında ki genetik özelliklerin benzerliği aynı örnek havuzundan bilgisayar tarafından rastgele seçilmiş olan çiftler arasındaki genetik benzerlikten daha fazla olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte babalığın kanıtlanmış olduğu durumlarda kadın ile erkek arasında ki genetik benzerliğin, babalığın söz konusu olmadığı davalarda ki kadın ile erkek arasında ki genetik benzerlikten daha fazla olduğu kanıtlanmıştır. Bu çalışmadan bakılacak olursa karşımızdaki ile aramızda ki genetik benzerliği bir şekilde algılamakta ve bunu romantik ilişki açısından çekici bulmaktayız.<sup>36</sup>

Bir diğer evrim psikologu olan Ada Lumpert, çiftler arasında ki genetik benzerliğin bulunduğunu ve bu benzerliğin yaratmış olduğu çekimin romantik ilişkiler açısından avantajları olduğunu savunan çalışmalar yapmıştır.<sup>37</sup> Bu araştırmalarda çiftler arasındaki genetik benzerlik arttıkça doğurganlığın arttığını, düşük tehlikenin azaldığını ve doğan bebeklerin daha sağlıklı olduklarını saptamıştır. Bununla birlikte

<sup>32</sup> Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, [www.dergipark4.org.tr/ybpd](http://www.dergipark4.org.tr/ybpd) ( Erişim tarihi, 2017)

<sup>33</sup> Murray Bowen, *Family Therapy in Clinical Practise*, Jason Aronson, New York,1978.

<sup>34</sup> Pines, a.g.e., s.122

<sup>35</sup> Philippe Rushton, Genetic similarity, mate choice and fecundity in humans, *Ethology and Sociobiology*, 1988, 9(6), s.329-334.

<sup>36</sup> Pines, a.g.e., s.122

<sup>37</sup> Pines, a.g.e., s.123.

genetik benzerlikleri olan bireylerin evliliklerinin daha uyum içinde, duygusal desteklerinin güçlü olduğu ve istikrarlı bir ilişki yürüttükleri bulunmuştur.<sup>38</sup>

### 2.1.3. Romantik İlişkiler ile İlgili Düşünceler

#### 2.1.3.1. Charles Darwin'in Düşünceleri

Darwin'in teorisine bağlı kalmış bir bilim insanı aşkı sadece bir araç olarak görmektedir. Aşkın, canlıların hayatta kalmasını sağlamak dışında bir görevi olmadığını düşünmektedirler. Freud'un da buna benzer bir görüşü bulunmaktadır. Kişi cinsel ilişki doyumunu elde ettiğinde ortadan kalktığını söylemektedir. Freud bunu aşkın âşık olma halini "asıl aşk" olarak nitelendirmiştir. Bu bağlamda her iki bilim insanı da insanın hayvani yönüne dikkat çekmektedir.<sup>39</sup> Dolayısıyla bilimdeki bu iki önemli insanın, daha çok aşkın cinsel çekim yönüne yönelik çalışmalar yaptığı söylenebilmektedir. İnsanların birbirlerine çekim duymasını sağlayan önemli faktörlerin de tutum ve ilgi alanlarında ki benzerlikler olduğunu öne sürmüştür. Bir alandaki uzmanlığın ya da üstün başarının hoş ve hayranlık uyandıran sadakat, dürüstlük ve iyilik gibi özellikler ve şefkat doğurduğundan bahsetmiştir.<sup>40</sup>

#### 2.1.3.2. Carl Jung'un Düşünceleri

Aşk ve romantik ilişki seçimi ile ilgili farklı teorileri bulunan bir diğer bilim insanı ise Carl Jung'dur. Jung, her kişinin kendi içinde karşı cinse ait bir yön taşıdığını iddia etmektedir. Dolayısıyla her kadının içinde bir miktar erkeksi yön, her erkeğin içinde de bir miktar kadınsı yön bulunmaktadır. Bunlar anima (erkeğin dişi yönü) ve animus (kadının erkeksi yönü) diye adlandırılmaktadır. Bunun sonucu olarak insanlar eş seçiminde ölçütlerini içlerindeki bu yöne göre yaparlar, bir başka deyişle içlerindeki kadın veya erkeksi yöne benzer bir partner ararlar.<sup>41</sup> Fakat bu kuramı eleştiren bazı araştırmacılar Jung'un âşık olmayı analitik bir söylem haline getirdiğini ve adeta aşkı manasız bir körlük olarak tanımladığını dile getirmektedir.

#### 2.1.3.3. Sigmund Freud'un Düşünceleri

Eş seçimi üzerine Freud'un da bir takım iddiaları bulunmaktadır. Freud, insanların çocukluk acılarını tekrarladığını varsaymaktadır. Bu varsayımın adı "tekrarlama zorlantısı"dır. Freud, örneğin bir bireyin alkolik bir babaya sahip olması ileriki zamanlarda eş seçerken aynı özelliklere sahip bir kişi seçeceğini söylemektedir.<sup>42</sup>

<sup>38</sup> Ada Lumpert, *The Evolutin of Love, Prager*, Westport-Connecticut, 1997.

<sup>39</sup> Lucy Vincent, a.g.e., s.10.

<sup>40</sup> Charles Darwin, *The expression of emotion in man and animals*, Appleton, New York, 1910.

<sup>41</sup> Jerry M. Burger, *Kişilik*, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2006, s.157-158.

<sup>42</sup> Jeffrey E. Young ve Janet S. Klosko, *Hayatı Yeniden Keşfedin*, Psikonet Yayınları, İstanbul, 2016, s.26.

#### 2.1.3.4. Jeffery Young'un Düşünceleri

Şema Terapi'nin öncülerinden biri olan Young'un da buna benzer bir yaklaşımı bulunmaktadır. Şema terapiye göre erken dönemde oluşan karşılanmamış ihtiyaçlar, ileriki yaşamda kişinin eş seçiminde belirleyici bir rol oynamaktadır. Bu şemalar kişilerin geçmişinden gelen anılar, duygular veya bilişler gibi faktörlerden oluşmaktadır. Erken dönemde başlayan bu uyumsuz şemalar, yaşam boyu tekrarlanıp, ilişki doyumunu etkilemektedir.<sup>43</sup> Örneğin şemalardan bir tanesi olan terk edilme şemasına göre kişi erken dönemde bir şekilde terk edilirse veya ihmal edilirse (örneğin ebeveynlerden birinin vefatı, alkolik ebeveyn gibi) ileriki yaşamında kendini terk edecek veya ihmal edecek bir eş seçer.

#### 2.1.4. Romantik İlişkilerde Bağlanma

Romantik birliktelik içerisinde olan bireyler karşı tarafa duygusal, zihinsel ve fiziksel olarak bağlanmakta ve karşı tarafa yoğun bir biçimde ihtiyaç duymaktadır. Bu yoğun bağlılık halini belirleyen bazı bağlanma teorileri vardır ve bu teorilerden bazıları çocukluk döneminde annemizle(bakım veren kişi her kimse) geliştirmiş olduğumuz bağlanma tarzlarının etkili olduğunu savunmaktadır. Bazı çalışmalarda çocukluk döneminde geliştirmiş olduğumuz bağlanma türünün yetişkinlikte yakın ilişkilerimizi de etkilediği kanıtlanmıştır.<sup>44</sup> Bireylerin karşı tarafa bağlanma şekillerini gözlemek amacıyla bağlanma teorileri incelenmiştir.

##### 2.1.4.1. Bağlanma Teorileri

**John Bowlby Bağlanma Teorisi:** Henüz erken dönemde yaşanan ve ileriki yaşamda bireylerin romantik ilişkilerindeki bağlanma stillerini etkileyen teori Bowlby'nin Bağlanma Teorisi'dir. Bu teoride, erken dönemde oluşan olumlu-olumsuz bağlanma stillerinden söz edilmektedir. Sözü edilen bağlanma stilleri; "Güvenli Bağlanma Stili", "Kayıtsız Bağlanma Stili", "Saplantılı Bağlanma Stili", "Korkulu Bağlanma Stili" olarak sıralanır. Bireyin iki yaşına kadar kurmuş olduğu bağlanma türü onun yetişkinlikte kurduğu ilişkilerde de aynı bağlanma türünü kuracağını öngörmektedir.

Bowlby'e göre anne ve çocuk arasında güvenli bir bağlanmanın oluşması çocuğun kişilik gelişimi için oldukça önemli olmaktadır. Çocuk anne ile güvenli bir bağlanma ya da kesintili bir bağlanma türü oluşturmuşsa kişilik problemlerine ve zihinsel hastalıklara yol açabileceğini söylemektedir. Bowlby'e göre güvensiz bağlanma şekilleri nevrotik bir kişiliğe sebep olabilmektedir.<sup>45</sup> Saplantılı ve korkulu

<sup>43</sup> Jeffrey Young vd., *Şema Terapi*, Psikonet Yayınları, İstanbul, 2016, s.25.

<sup>44</sup> Kim Bartholomew ve Leonard Horowitz, Attachment styles among young adults:A test of a four-category model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 61(1), s.226-224.

<sup>45</sup> Orhan Öztürk, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Nobel Tıp Kitapevleri, Ankara, 2002, s:566-570.

bağlanma stiline sahip kişiler, benlik değerlerini yüksek düzeyde tutabilmek için başkalarına ihtiyaç duymaktadırlar. Burada anneye olan veya romantik ilişki içerisinde olduğu kişinin varlığına yönelik bir ihtiyaçtan söz edilmektedir. Fakat saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişki içerisindeyken ilişkileri için büyük çaba gösterdikleri, motivasyonlarının yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir. Buna karşılık, korkulu bağlanma stiline sahip insanlar, hayal kırıklığı yaşamaktan yüksek bir oranda korkmaları sebebiyle romantik ilişki gerçekleştirmekten kaçınmaktadırlar. Bağlanma stillerinde cinsiyet açısından farklılıklar yaşanabilmektedir. Kadınların daha çok saplantılı bağlanma stiline, erkeklerin ise kayıtsız bağlanma stiline daha yatkın olduğu bulunmuştur.<sup>46</sup> Bu bağlamda, yetişkin bir kişinin, erken dönemde kazandığı bağlanma stiline göre ilişkisini sürdürebileceği düşünülebilmektedir.

**Karen Horney Bağlanma Teorisi:** Bir diğer erken dönemde oluşup, ilişkilere zarar veren teori ise Karen Horney'e aittir. Horney'e göre, çocukluk döneminde yaşanan kişiler arası bozuk ilişkiler, bu kişilerin yetişkinlikte nevrotik etkileşim tarzları geliştirmelerine sebep olmaktadır. Nevrotik etkileşim tarzları, çocukluk çağında çocukların tehdit edici insanlarla başa çıkabilmek için geliştirdikleri bir stratejidir. Böylelikle kaygılarından kurtulmaktadırlar.<sup>47</sup> "İnsanlara Doğru Yönelme" etkileşim tarzına sahip bireyler, aile veya romantik ilişki içerisinde ki kişilere aşırı bir bağımlılık geliştirirler. Romantik bir ilişki içerisindeyken, sevmek ve kabul edilmek için partnerlerine yoğun bir istek duyarlar.<sup>48</sup> Bu tarzın kötü sonuçları olabileceği gibi, iyi sonuçları da vardır. Bireyler yaşamları boyunca birine bağlı olma ihtiyaçları olduğundan,<sup>49</sup> başka insanlara bağlı olmak, insanları psikolojik ve fiziksel olarak iyi hissettiren bir durumdur.<sup>50</sup> Aynı zamanda kişilerin yaşadıkları romantik ilişki, sosyal gelişimleri ve yetişkinlik rollerinin idrak edilmesinde büyük rol oynamaktadır.

**Dört Bağlanma Tarzı:** Bartholomew bağlanma davranışını açıklamak için dört bağlanma tarzını ortaya çıkarmıştır. Bartholomew'e göre bebeğin bakım vereniyile olan bağlanma tarzı yetişkinlikte kuracak olduğu bağlanma tarzının bir prototipi olduğudur. Yetişkinlerin ilişkilerinde yakınlıktan kaçınmalarının sebebi erken

<sup>46</sup> Nebi Sümer ve Derya Güngör, Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma, *Türk Psikoloji Dergisi*, 1999,14 (43), s.71-106.

<sup>47</sup> Charles Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, Türk Psikologlar Derneği, Ankara, 2013, s.463.

<sup>48</sup> Jerry M. Burger, a.g.e., s.157-158.

<sup>49</sup> Duygu Alptekin, *Toplumsal aidiyet ve gençlik: Üniversite gençliğinin aidiyeti üzerine sosyolojik bir araştırma*, *Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, 2011.

<sup>50</sup> Richard M. Lee ve Steven B. Robbins, The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem and social identity, *Journal of Counseling Psychology*, 1998, 45(3), s.338-345.

bağlanma dönemlerinde bakıcılarının reddedici davranışlarıyla ilişkili olarak duygusal hassasiyete sahip olmalarıdır. Yetişkin bireyler çocuklardan farklı olarak bağlanma ihtiyaçlarının yerine getirilmediğinin bilincinde olmaktadır.<sup>51</sup> Bartholomew'in dört bağlanma tarzı şu şekildedir;<sup>52</sup>

**1)Güvenli:** Güvenli bağlanma tarzına sahip olan yetişkinler için duygusal olarak yakınlaşmak kolay olmaktadır. İlişkilerinde karşı tarafa bağlanmak ve karşı tarafında kişiye bağlanması bireyi rahatsız hissettirmemektedir. Yalnız olması ya da başkalarının onu kabul etmemesi bireyi endişelendirmemektedir.

**2)Korkak-Kaçınan:** Korkak-kaçınan tarzda bağlanma ilişkilerine sahip olan bireyler başkalarına bağlanma ve güven konusunda sıkıntı çekmektedirler. İlişkilerinde duygusal olarak karşı tarafa bağlanmayı istemektedirler fakat bağlanmaları sonucunda karşı taraftan zarar görebileceklerine dair olumsuz inanç kalıplarına sahip olmaktadır.

**3)Kafası Meşgul:** Kafası meşgul tarzında bağlanma ilişkilerine sahip olan bireyler başkalarına bağlanma isteği duymaktadırlar fakat insanların kendileri kadar yakınlaşma ve bağlanma isteğinde ve davranışlarında bulunmadıklarını düşünmektedirler. Yakın ilişkileri olmadığı zaman kendilerini huzursuz ve karşı tarafın kendilerine yeterince değer vermediğini hissetmektedirler.

**4)Vazgeçmiş-Kaçınan:** Vazgeçmiş-kaçınan bağlanma türüne sahip olan yetişkinler için yakın ilişkiler huzursuz hissetmelerine neden olmaktadır. Bağımsız olmaları ve kendi kendilerine yetebilmeleri yaşamlarında oldukça önemlidir. Böylelikle yakın ilişkilerinde bağlanmadan ve karşı tarafında onlara bağlanmasından kaçınmaktadırlar.

### 2.1.5.Romantik İlişkiler ile İlgili Çalışmalar

Bu kısımda romantik ilişkiler ile ilgili çalışmalara yer verilmiştir.1950'li yıllarda aşkla ve romantik ilişkiyle ilgili konuların gündeme gelmesi bilimsel olmadığının düşüncesiyle ve dönemin politik yapısı itibariyle aşkın göz ardı edilmesine neden olmuş; son otuz yıldır psikologlar tarafından incelenmeye başlanmıştır.<sup>53</sup>

Kadın-erkek davranışlarına göre baktığımızda, aşk tutumları ve cinsiyet arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Erkeklerin aşkı oyun gibi gördüğünü ve aşkta bencil olmayan bir tutum sergilediği görülmüştür. Ayrıca alt sosyoekonomik ve üst

<sup>51</sup>Ümit Akçakaya, *Psikolojide Bağlanma Kuramı*, 2011, [https://www.tavsiyeediyorum.com/makale\\_7428.htm](https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_7428.htm). (Erişim tarihi; Nisan 25, 2020)

<sup>52</sup> Pines, a.g.e., s.215.

<sup>53</sup> Ayda Büyüksahin, Lee'nin çok boyutlu aşk biçimleri, *Türk Psikoloji Bülteni*, 2004, (32), s.118-120.

sosyoekonomik düzeyde bulunan bireylerin aşk davranışları incelenmiştir. Alt sosyoekonomik düzeydeki kişilerin daha arkadaşça davrandığı, mantıklı ilerlediği ve bencil olmayan bir tutum sergilediği gözlemlenmiştir.<sup>54</sup> Bir doktora tezinde de kızların ve erkeklerin aşkı tutkuyla yaşama puanı ölçülmüş ve kızların puanları erkeklerden daha yüksek çıkmıştır. Erkeklerin özgeci aşk biçimi yani karşısındaki insanı hatalarına rağmen kabul eden, ilişkide bencil olmayan ve aşkı görev gibi algılayan davranışları yüksek çıkmıştır.<sup>55</sup>

Bir başka araştırmada ise erkeklerin aşkı oyun gibi algıladıkları ve özgeci aşka eğilim gösterdikleri sonucuna varmışlardır. Tutkulu, arkadaşça, sahiplenici ve mantıklı aşklarda kadın erkek arasında farklılık bulunmamıştır.<sup>56</sup> İnsanların aşkı kavrayış biçimini inceleyen bir çalışmaya göre aşkın hep var olduğunu ve her yerde bulunduğunu, tek bir olgu olmasına karşın farklı kuramcıların aşkla ilgili farklı iddialar ortaya attığını söylemiştir ve aşkın özünde her kuramcının ortak olarak saptadığı olgunun yakınlık olduğunu vurgular.<sup>57</sup>

Bir başka araştırmada üniversiteye giden genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumları ve kişisel davranış modelleriyle ilgili incelemeler yapılmış ve sonucunda bireylerin ego durumları ve aşk tutumları arasında bağlantı bulunmuştur.

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde aşkla ilgili tutumlarını ve kişilik özelliklerini transaksiyonel analiz ego durumları açısından değerlendiren bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve aşkla ilgili tutumları arasındaki ilişkiyi ego durumları açısından değerlendirmek amaçlanmıştır. İlişkisel Tarama modelindeki bu araştırmada İstanbul'da bulunan devlet/vakıf üniversitelerinin lisans ve yüksek lisans programlarında öğrenim gören 350 (140 erkek, 210 kız) genç yetişkin, araştırmacının hazırlamış olduğu kişisel bilgi formu ile sıfat tarama listesi ve aşk tutumları ölçeklerini cevaplamışlardır. Katılımcılar sıfat tarama testinin hem kendileri için he de karşı cinsi değerlendirmek amacıyla iki kez doldurmuşlardır. Araştırma sonucunda katılımcıların ego durumları ve aşk tutumları arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu bulmuşlardır. Bununla beraber ego ve aşk

<sup>54</sup> H. Ercan, **Genç Yetişkinlerin Aşk Biçimleri Ve Benlik Tipleri**, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2008.

<sup>55</sup> Ayda Büyüksahin, **Yakın ilişkilerde bağlanım: Yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi**, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001.

<sup>56</sup> Selim Şahin, **Romantic Relationships of Turkish Young Adults: Their Love Attitudes, Relationship Satisfaction, Psychological Health and Expanding Self**, Boğaziçi Univeritesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2001. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)

<sup>57</sup> Atak, H. ve Taştan, N. (2012) *Romantik İlişkiler ve Aşk, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), s.520-546.



tutumlarının cinsiyetler açısından anlamlı bir fark yarattığını ortaya çıkarmışlardır. Araştırmaya göre erkeklerin, özgeci aşka ve oyun gibi aşka kızlardan daha fazla eğilimi olurken; kızlar tutkulu aşka daha fazla eğilim göstermişlerdir. Sahiplenici aşk, mantıklı aşk ve arkadaşça aşk tutumlarında cinsiyetler arası fark gösterilmemiştir.<sup>58</sup>

Romantik ilişkileri kişilik özellikleri açısından inceleyen bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkileri ile ilgili çeşitli psikolojik eğilimleri ve beş faktör kişilik özelliği arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırmadaki amaç romantik ilişkiler ile ilgi psikolojik eğilimleri yordayan kişilik özelliklerini saptamak ve bununla birlikte ilgili değişkenlerle kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaktır. Araştırmada romantik ilişki yaşayan 382 (270 kız, 112 erkek) üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT), Çok Boyutlu İlişki Ölçeği (ÇBİÖ) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öz disiplin, deneyime açıklık, yumuşak bağlılık ve romantik ilişkiler dışadönüklük özelliklerine sahip kişilerin ilişkiye başlama ve sürdürbilme konusunda daha girişken ve başarılı oldukları, romantik ilişkilerinde daha fazla doyum alabildikleri, ilişkilerinin kendi kontrolünde geliştiğine inandıkları ve daha az kaygılı oldukları bulunmuştur. Buna karşıt olarak nevrotik kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin romantik ilişkiye başlamada ve sürdürmede sorunlar yaşadıkları, ilişkilerinde diğer kişilerin görüşlerine önem verdiği, kendilerine olan güvenin daha az olduğu ve kaygı düzeylerinin daha fazla olduğu saptanmıştır.<sup>59</sup>

Aşk türleri ve kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yapılmıştır. Lisans ve yüksek lisans öğrencisi olan 144 kişi tarafından veriler toplanmıştır. Katılımcılar Millon Çok Eksenli Klinik Envanteri – II'yi (Millon, 1990) ve Hendrick ve Hendrick'in Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği'ni doldurmuşlardır. Bulgulara göre "özgeci aşk türüne sahip bireyler kompulsif ve bağımlılık ölçeklerinde daha yüksek puanlar almışlardır. Tutkulu aşk türüne sahip olan bireyler ise depresyon, antisosyallik ve uyuşturucu bağımlılığı ölçeklerinde daha düşük; kompulsif ölçeğinde daha yüksek puana sahip oldukları görülmüştür. Arkadaşça aşk türüne sahip olan bireyler depresyon ölçeklerinde daha düşük puan alırken, kompulsif ve cazibeli olma ölçeklerinde daha yüksek puan almışlardır. Mantıklı aşk türüne sahip olan bireyler düşünce bozukluğu ve hezeyan ölçeklerinde daha yüksek puan almışlardır. Sahiplenici aşk türüne sahip olan kişiler somatoform, sınır kişilik ve depresyon

<sup>58</sup> Selim Tüfekçi, *Romantik İlişkilerde Genç Yetişkinlerin Aşka İlişkin Tutumları ve Kişilik Özellikleri: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir Değerlendirme*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilimleri Dalı, İstanbul, 2008. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)

<sup>59</sup> İbrahim Aydoğdu, *Romantik İlişkilerin Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2010. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)

ölçeklerinde daha yüksek puan almışlardır. Oyun gibi aşk türüne sahip olan bireylerde daha az düzeyde bağımlılık olduğu; fakat alkol bağımlılığı, düşünce bozukluğu, pasif/agresif kişilik bozukluğu ve sınır kişilik bozukluğu ölçeklerinde daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır.<sup>60</sup>

Romantik ilişki inançlarının ilişki doyumu ile ilişkisinin incelendiği bir araştırma yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini daha önce evlilik yapmamış 266 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Katılımcıların romantik ilişkiler ile ilgili akılcı olmayan inançları Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) ile ölçülmüştür. İlişki doyumlarını ölçmek için ise, Burisch (1984) tarafından geliştirilen İlişki Doyum İndeksi (RSI) kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularında, akılcı olmayan inançlar ölçeğinden düşük puan alan katılımcıların yüksek puan alan katılımcılara oranla ilişki doyumlarının daha fazla olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre akılcı olmayan inançların ilişki doyumu üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.<sup>61</sup>

Romantik ilişkiler ile ilgili meta-analiz yöntemiyle bazı çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalardan biri cinsiyet rolleri ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kadınsılığın (femininity) romantik ilişki doyumuyla olan ilişkisinin erkeksilikten (masculinity) daha fazla olduğu görülmüştür.<sup>62</sup> Başka bir meta-analiz çalışmasında on dokuz araştırmanın bulgularından yola çıkarak beş faktör kişilik özelliklerinden yüksek düzeyde dışadönüklük, sorumluluk ve uyumluluğun romantik ilişki doyumuyla pozitif ilişkisi, nevrotiliğin ise romantik ilişki doyumuyla ise negatif ilişkisi saptanmıştır.

Aynı çalışmada deneyime açık olmakla ilişki doyumu arasında bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.<sup>63</sup> Başka bir meta-analiz çalışmasında ise duygusal zekânın romantik ilişki doyumunu arttırabileceğine yönelik bulgulara rastlanmıştır.<sup>64</sup>

---

<sup>60</sup> Margery E. Arnold & Bruce Thompson, Love Style Perceptions in Relation to Personality Function, *Journal of Social Behavior & Personality*, 1995, 11 (3), s.1-9.

<sup>61</sup> Bryce F. Sullivan & Andrew I. Schwebel, Relationship belief and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners, *The Family Journal*, 1995, 3 (4), s.298-305.

<sup>62</sup> Vivian Ta, A Meta-Analytic Review of Gender-Role Dimensions and Relationship Satisfaction. *Journal of Relationships Research*, 2017, (8), s.1-14.

<sup>63</sup> John M. Malouff vd., The Five-Factor Model Of Personality And Relationship Satisfaction Of Intimate Partners: A Meta-Analysis., *Journal of Research in Personality*, 2010, 44(1), s.124-127.

<sup>64</sup> John M. Malouff vd., Trait Emotional Intelligence And Romantic Relationship Satisfaction: A Meta-Analysis, *The American Journal of Family Therapy*, 2014, 42(1), s.53-66.

## 2.1.6.YAŞAM DOYUMU

### 2.1.6.1.Yaşam Doymu Kuramsal ve Kavramsal Çerçevesi

İlk başta “yaşam” ve “doym” kavramlarını ayrı olarak incelemek konuyu daha anlaşılır hale getirecektir. Bireyin zihinsel, duygusal, bedensel ve ruhsal olarak etkin olduğu tüm olaylar ve durumlar yaşamı oluşturmaktadır. Doymun ne olduğunu tanımlayabilecek olursak bireyin beklentilerinin, istek ve arzularının aynı zamanda gereksinimlerinin karşılanmasıdır. Fizyolojik olarak açlık, susuzluk, cinsellik gibi temel ihtiyaçların ve sevgi, duygusal yakınlık, başarı, güven gibi ruhsal ihtiyaçlarında karşılanması sonucu denge durumunun korunabilmesi doymun oluşmasını sağlamaktadır.<sup>65</sup> Yaşam doymu kavramı ilk olarak Neugarten ve ekibi tarafından 1961 yılında ele alınmıştır.<sup>66</sup>

Öznel iyi oluş hali pozitif psikoloji çerçevesinde sıkça incelenmekte olan bir kavramdır. Öznel iyi oluş kişinin yaşamını algılayıp değerlendirebilmesini ve hüküm bildirmesi anlamına gelmektedir. Öznel iyi oluş; olumsuz duygulanım, olumlu duygulanım ve yaşam doymu olarak üç boyutlu bir yapı oluşturmaktadır.<sup>67</sup> Olumsuz ve olumlu duygulanım öznel iyi oluş halinin duygusal bileşenlerini oluştururken yaşam doymu öznel iyi oluşun bilişsel bileşenini oluşturmaktadır. Olumsuz duygulanım; öfke, nefret, suçluluk, kaygı gibi hisleri kapsamaktadır. Olumlu duygulanım da ise; mutluluk, sevinç, huzur ve güven gibi hisler söz konusu olmaktadır. Yaşam doymu ise bireyin yaşam alanında ki durum ve olaylara ait doymularını değerlendirebilmesi halidir.<sup>68</sup>

İnsan yaşamında mutluluk ve haz verici olayların dışında stresli durumlarında ortaya çıkması muhtemeldir. Bireyin yaşamında arzulamış olduğu olaylar ve durumlarla karşılaşması yaşam doymunu önemli derecede etkileyecektir. Yaşam doymu yaşamın geneline olan bilişsel yargıları ve değerlendirmeleri kapsadığından bunu söylüyor olmamız yerinde olacaktır.<sup>69</sup>

### 2.1.6.2.Yaşam Doymu ile İlgili Kuramlar

Yaşam doymu kavramı içerisinde yer alan öznel iyi oluş halinin içeriğini tanımlayan birçok kuram bulunmaktadır ve kuramlara aşağıda yer verilmiştir.

**Bağ Kuramları:** Bilişsel yaklaşım temelli olan “Bağ Kuramı”na göre bireylerin belleklerinde mutlulukla ilgili bir bağlantı bulunmaktadır. Diener’e (1984) göre mutlu

<sup>65</sup>Hüseyin Selçuk, *Psikolojik Olarak Yaşam Doymunun Ölçülmesi*, 2013, <http://www.aktuelpsikoloji.com/psikolojik-olarak-yasam-doyumunun-olculmesi-8312h.htm>. (Erişim Tarihi; Nisan 25, 2020)

<sup>66</sup> Murat Erol ve İlker Kaba, *Ergenlerin Yaşam Doymunun İncelenmesi*, 2018, 5(16), s.52-63.

<sup>67</sup> Ed Diener, *Subjective Well-Being, Psychological Bulletin*, 1984, 95 (3), s.542-575.

<sup>68</sup> David Myers ve Ed Diener, *Who is Happy, American Psychological Society*, 1995, 6(1), s.1-19.

<sup>69</sup> Ünsal Yetim, *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*, Bağlam Yayıncılık, İstanbul, 2001. s.77.

bireyler için pozitif ağlar ve olumlu durumlar oluşturabilmek oldukça kolaydır. Bower'a (1981) ise kişiler bir durum yaşadıklarında hissetmiş oldukları duygulara göre anılarını olumlu ya da olumsuz şeklinde hatırlamaktadırlar.<sup>70</sup>

**Haz ve Acı Kuramları:** Bu kurama göre bireysel mutluluğun oluşabilmesi için kişinin hedeflerinin tamamının doyurulması gerekmektedir. Tatarkiwicz'e göre kişinin haz ve acı ile ilgili önemli kaynakları bulunmaktadır. Kişiyeye zevk veren kaynakların artması, acı verecek olan kaynaklarında artmasına sebep olmaktadır. Arzu edilen kaynakları elde etmiş olmanın mutluluğa sebebiyet vermesi fakat kaybının yaşanacak olması durumunda ise kişiyi mutsuz edebileceği bilinmektedir. Kişinin haz ve acı veren nesneye alışma durumu ise, haz ile acıya yönelik duyarlılığını düşürecektir.<sup>71</sup>

**Yargı Kuramları:** Bu teoride iyi olma halindeki kişiselliği bazı standartlar ve şartlar arasında yapılmış olan karşılaştırmalar sonucu değerlendirme durumu söz konusudur. Doymun, gerçeklik ve standartların paralellik göstermesiyle oluşmaktadır. Bireyin kendini karşılaştırmış olduğu kişiden daha iyi bulması sonucunda doymun sağlanmaktadır. Doymun sağlanmış olduğunda yapılan bu karşılaştırmalar bilinçli bir şekilde yapılmaktadır. Fakat bu durum duygu durumuna göre bilinçsizce ya da bilinçdışı yapılan karşılaştırmalar olarak değişebilmektedir. Bu teoriye göre olumlu ve olumsuz duygular fark edilebilir, durum sonrası ortaya çıkacak hislere yönelik miktarda öngörülebilir. Teorideki sınıflandırılmanın bir yöntemi, mevcut olan diğer standartlardan referans almaktır. Aşağı düzeyde karşılaştırmada bulunan biri, kendinden daha aşağı seviyede bulunduğu kişiler ile kendini karşılaştırmaktadır. Kendini diğerlerine kıyasla daha çok iyi bulan biri mutlu hisseder ve doymun sağlar.

**Bir Noktaya Erişme Kuramı:** Wilson'un öneri olarak sunduğu bu teoriye göre mutluluk amaç ya da gereksinimlere ulaşıldığı sürece kazanılmaktadır. Yani gereksinimleri karşılamak mutluluğa, ihmal edilen gereksinimler ise mutsuzluğa neden olmaktadır. Mutluluğa ulaşabilmek için isteklerin bastırılması mı yoksa tatmin edilmesi mi gerektiği ile ilgili konular birçok felsefecinin ve araştırmacının merak konusu olmuştur. Bazılarına göre arzuların ve isteklerden arınmak mutluluğa ulaşabilmenin kaynağı iken, hedonistler mutluluğun sebebinin doymun sağlanan arzular olduğunu düşünmektedir. Maslow'a göre gereksinimlerimiz evrensel,dir,

---

<sup>70</sup> İrem Erdiñ vd., Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doymunu Ve Yaşam Doymunu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2018, 30, s.185-197.

<sup>71</sup> Bekir Onur, *Gelişim Psikolojisi; Yetişkinlik Yaşlılık Ölüm*, İmge Kitabevi Yayınları, Ankara, 1997, s. 11.

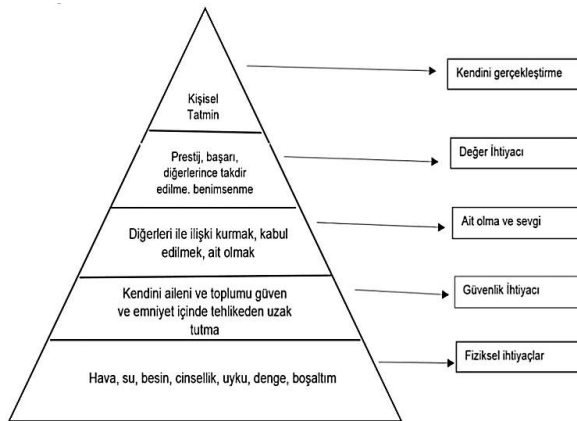
Bowen ise gereksinimlerin bireye göre değişebildiğini öne sürmektedir. Genel yorumlara göre gereksinimler ile mutluluk arasında bağlantı olduğu görülmektedir.

**Aktivite Kuramları:** Bu kurama göre bireye yönelik etkinliklere göre mutluluk şekillenmektedir. Birey sadece amacına ulaştığında değil amacına ulaşırken ki süreçte de mutluluk duymalıdır. Aktivite teorisyenlerin ilklerinden olan Aristo'ya göre mutluluk, erdemli faaliyetlerin bizi başarıya götürmesiyle oluşmaktadır. Faaliyetlerin kolay düzeyde olması can sıkıntısını, zor olan faaliyetlerin ise anksiyeteyi doğurması mümkün olmaktadır. Birey yetenekleriyle uyumlu olan bir faaliyet içerisinde olduğunda tüm süreç ile ilgili hazlar duymaktadır. Bu teoriye göre mutluluk kişinin tavırlarından oluşmaktadır. Kişilerin beceri seviyelerine uygun faaliyetler gerçekleştirmeleri onlara daha çok doyum sağlamaktadır.<sup>72</sup>

### 2.1.6.3. Maslow 'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi ve Yaşam Doyumu

Yaşam doyumunu Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisiyle irdeleyecek olursak bireyin istek, beklenti ve ihtiyaçlarının sağlanabilmesi ile yaşam doyumunu düzeyi arasında bir etkileşimin olabileceği görülmektedir. Maslow'un teorisine göre kişi en temel ihtiyaçlarını karşılayabildikten sonra bir üst basamaktaki ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmaktadır. Alt seviyedeki bir ihtiyaç karşılanmadan bir üst basamağa geçilemeyeceğini belirtmektedir. Maslow teorisi beş basamakla açıklanmaktadır. Bunlar sırasıyla; "Fizyolojik ihtiyaçlar", "Güvenlik ihtiyacı", "Ait olma ve sevgi ihtiyacı", "Takdir ve saygı ihtiyacı" ve son basamak "Kendini gerçekleştirme" olarak tanımlanmaktadır.

**Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi Şekil 1'de piramit ile gösterilmektedir.**



**Şekil 1. Maslow İhtiyaçlar Piramidi**

<sup>72</sup> Ayşen Yılmaz, Eşler Arasındaki Uyum: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar, *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2001, 4(4), s.49-58.

Maslow teorisini bir psikolog olarak yapmış olduğu klinik araştırmaları sonucu literatüre kazandırmıştır.<sup>73</sup> Maslow'un güdülenme ile hareket eden teorisini açıklayan iki varsayım bulunmaktadır.<sup>74</sup> Bunlardan ilki insan davranışlarının ihtiyaçlarını gidermeye yönelik olduğu ve hiçbir gereksinimin hiçbir zaman tamamıyla karşılanamayacağıdır. Diğer varsayım ise bireyin ihtiyaçları belli bir hiyerarşik sırayla srdrldğunden alt basaklardaki ihtiyaçları kısmen giderilmeden bir üst basamaktaki ihtiyaçları bireyi davranışa sevk etmemektedir. Böylelikle tatmin edilmiş olan bir ihtiyaç bireyde güdüleyici olma özelliğini yitirmekte ve bir üst basamaktaki ihtiyaçlar bireyi güdülemeye başlatmaktadır. Hiyerarşik bir düzende seyreden temel ihtiyaçları "aşağı seviyedeki ihtiyaçlar" ve "yüksek seviyedeki ihtiyaçlar" olarak ikiye ayırmaktadır. Üst seviye ihtiyaçların, fiziksel ihtiyaçlardan niteliksel olarak farklı olduğunu öne sürmektedir.

**Fiziksel İhtiyaçlar:** Bireyin en temel gereksinimleri olan yeme, içme, uyku, cinsellik ve boşaltım gibi ihtiyaçları barındırmaktadır.<sup>75</sup> İhtiyaçlar hiyerarşisinde ilk kategori olan fiziksel ihtiyaçlar her birey için doğumdan başlayıp yaşamı boyunca karşılanması gereken temel gereksinimleri olmaktadır. Maslow tarafından geliştirilmiş olan bu teoride insanın istekleri ve ihtiyaçları sınırsız olduğundan her bireyin aynı şiddet ve arzu ile ihtiyaçlarını karşılamaya gdlendiğini söylemek mümkün olmamaktadır.<sup>76</sup>

**Güvenlik İhtiyacı:** Maslow'un teorisine göre fiziksel ihtiyaçlardan sonra bir üst basamak olan güvenlik ihtiyacı gelmektedir. Güvenlik ihtiyacında bireyin kendini huzurlu ve güvende hissetmesi, yaşamını en az stres seviyesinde sürdürebilmesi gerekmektedir.

**Sevgi ve Ait Olma İhtiyacı:** Güvenlik ihtiyaçlarının karşılanmasıyla birlikte birey sevgi ve sağlıklı yakın ilişkiler kurabilmeye gdlenmektedir. Güvenlik ihtiyaçlarını sağlayamayan bir birey sosyal ihtiyaçlar olarak tanımlanan ve aidiyet gibi kavramlara yönelmesi mümkün görülmemektedir.

**Takdir ve Saygı İhtiyacı:** Bireyin sevgi ve ait olmak ile ilgili ihtiyaçlarını giderebilmesi sonucunda çevresi tarafından takdir edilme ve saygı görme ihtiyacına yönelmesi gerçekleşmektedir. Birey bu basamakta zdeğer ve özsaygı kavramlarına

<sup>73</sup> Philip R. Walsh, Creating a "values" chain for sustainable development in developing nations: where Maslow meets Porter, *Environment, Development and Sustainability*, 2011, 13(4), s.789-805.

<sup>74</sup> Nursel Telman, Pınar nsal, Anıl Adanalı, *Endüstri Psikolojisi*, antay Kitabevi, İstanbul, 1998

<sup>75</sup> Abraham Maslow, A theory of human motivation. *Psychological Review*, 1943, 50(4), s.370-396.

<sup>76</sup> Kazım zkan Ertürk ve Cüneyt Miray Kıyak, *Müşteri memnuniyetini artırma aracı olarak halkla ilişkilere Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi penceresinden bakmak*, Gazi Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Ankara, 2011, s.127-151.

yoğunlaşmaktadır. Doyum aldığı bir meslek sahibi olması, çevresi tarafından takdir edilmesi, hedeflemiş olduğu statüye erişmesi bireye bu basamakta tatmin sağlayacak ve son basamak olan kendini gerçekleştirilmeye yönelik davranışlara ve düşüncelere güdülenmesine olanak sağlamaktadır.

**Kendini Gerçekleştirme:** Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin son basamağı olan kendini gerçekleştirme diğer basamaklardan farklı olarak her birey için farklı tatmin oluş kavramlarını içermektedir. Maslow'a göre bu basamağa ulaşmış olan birey sahip olduğu yetenek ve birikimleri sonucu yaratım ve başarı gücünü ortaya koyabileceği düşünce ve davranış şekillerine yönelmektedir.

Bu ihtiyaç basamağında tatmin olabilme biçimleri bireyden bireye farklılıklar göstermektedir. Kendini gerçekleştirmek bir birey için idealindeki ebeveyn olabilmek ise bir diğer kişi için mesleğinde başarı ve ün sahibi olmak olabilmektedir. Maslow'un "kendini gerçekleştiren insan" kavramıyla ilgili yapmış olduğu çalışmalar bilimsellik boyutunda eleştirilmiştir.

#### **2.1.6.4.Yaşam Doyumu ile İlgili Çalışmalar**

Yapılan araştırmalar doğrultusunda bireyin yaşam doyumunu etkileyen birçok faktör bulunmuştur. Bu araştırmalardan birinde yaşam doyumunu ve mutluluk doyumunu etkileyen unsurlar; ekonomik açıdan refah seviyesi yüksek olan aynı zamanda da demokrasi ve özgürlüğün bulunduğu bir ülkede yaşamak, politik tutarlılık, azınlık yerine çoğunluğun parçası olmak, toplumda üst sosyal tabakada bulunmak, soysal çevre ile olumlu ilişkilere sahip olmak, bedensel ve ruhsal açıdan sağlıklı olmak, evli olmak, sosyal açıdan faal olmak, para kazanabiliyor olmak, yaşamının kontrolünün elinde olduğunu hissetmek ve sosyal değerler sahip olmaya karşı istek duymak şeklinde sıralanmıştır.<sup>77</sup> Bireyin yaşam doyumunu etkileyen bu değişkenlere temel başlıklar olarak sosyodemografik değişkenlerin ele alınması yaşam doyumunu somut ilkelerinin değerlendirilmesi açısından önemli olmaktadır.<sup>78</sup> Yaşam doyumunu etkileyen başlıca etkenlere göre ilgili araştırmalara aşağıda yer verilmiştir.

Kadın ve erkeklerin yaşam doyumları arasındaki farkı inceleyen literatür çalışmalarına baktığımızda farklı düşünce tarzlarına ve bulgulara rastlanmaktadır. İtalya'da yapılan bir araştırmada yaşlı bireylerin yaşam doyumunun cinsiyetler arasındaki farkı incelenmiştir ve sonuçlara göre iki farklı bakış açısı bulunmuştur.

<sup>77</sup> Ömer Faruk Koçak, Kişilerarası Çatışmalar ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2016, 9(43), s.1956-1977.

<sup>78</sup> Enes Toplanır, *Yaşam Doyumu Kendini Gerçekleştirme ve Ölüm Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018.

Erkek katılımcılarda yaşam doyumunu belirlemede ekonomik unsurlar kadın katılımcılardan daha fazla öne çıkarken; diğer yandan aile bağları, sosyal ilişkiler ve bedensel işlevsizlik kadınlarda daha önemli olmaktadır. Bu sonuçlara ek olarak, yalnız yaşayan yaşlılarda söz konusu farklılıklar etkinliğini kaybetmektedir. Örnek verilecek olursa kadınlar ekonomik statü bakımından, erkekler ise aile bağları, sosyal ilişkiler ve bedensel özerklik konularına karşı daha hassas olabilmektedirler.<sup>79</sup>

Yaşam doyumunun genç yaşta olmakla ilgili olduğunu öngören düşünceler yaygındır. Fakat bireylerin ergenlik çağına girmeleriyle birlikte yaşam doyumlarında az da olsa bir düşüş görülmekte ve yaş ilerledikçe yaşam doyum düzeylerinde artış yaşandığı gözlemlenmektedir. Yaşam doyumunu en düşük 16 yaş civarında olup, 18 yaş civarında ise yaşam doyumunda bir miktar artış görülmektedir. Nolan ve Steinhart(2011) , Gwozdz ve Sousa-Poza (2009), Blanchflower ve Oswald (2007), Clark (2007), FitzRoy'un yapmış oldukları çalışmalarda yaşam doyumunu ve yaş arasında U şeklinde bir bağın olduğu görülmektedir. Yaşlı ve gençlerin yaşam doyumunu yükselirken, orta yaştaki kişilerin yaşam doyumlarında düşüş olduğu ortaya konulmaktadır.<sup>80</sup>

Öğrenciler ile yapılan bir çalışmada algılanan maddi gelir durumu iyi-çok iyi olan öğrencilerin yaşam doyumlarının, algılanan maddi gelir durumu normal ve kötü-çok kötü olan öğrencilerin yaşam doyumlarından daha yüksek olduğu görülmüştür.<sup>81</sup>

Yapılmış olan diğer bir çalışmada ise bireysel gelirdeki yükselişin yaşam doyumuna olan etkisi, düşük gelir grubunda daha yüksek çıkmıştır. Böylelikle gelirin yaşam doyumuna olumlu olan etkisi sadece temel ihtiyaçlar karşılandığı zaman güçlü olmaktadır.<sup>82</sup>

Bireylerin eğitim seviyelerinin yüksek olması sosyal statülerinin ve gelir seviyelerinin de daha iyi olmasını sağlayacağından dolayı yaşam doyum seviyelerinin de yüksek olması düşünülmektedir. Bu konuyla ilgili Easterline ve Plognol(2008) yüksek eğitim görmüş bireylerin daha mutlu olmalarını, arzu etmiş oldukları şeyleri rahatlıkla karşılama ve aileleriyle mutlu olabilme becerilerine sahip olabilmeleriyle ilişkilendirmişlerdir.<sup>83</sup>

<sup>79</sup> Silvia Meggiolaro & Fausta Ongaro, Life Satisfaction Among the Elderly in Italy in a Gender Approach . *Working Paper Series*, 2013, 6, s.4- 23.

<sup>80</sup> Koçak, a.g.e., s.1956-1977.

<sup>81</sup> Özlem Güllüoğlu Işık ve Ömer Faruk Koçak, İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Selçuk İletişim Dergisi*, 2014, 8(3), s. 281-300.

<sup>82</sup> Koçak, a.g.e.,1956-1977.

<sup>83</sup> Koçak, a.g.e.,1956-1977.



Yaşam doyumu ile eğitim seviyesi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada sonuçların yaş gruplarına göre değişiklik gösterdiği saptanmıştır. Genç yaştaki yetişkinlerin eğitim düzeyi yaşam doyumlarını pek fazla etkilemezken; ileriki yaşlarda olan yetişkinlerin yaşam doyumunu daha yüksek seviyede etkilemektedir. Sonuç olarak daha çok eğitim alan yetişkinlerin yaşam doyum seviyeleri daha az eğitim alan yetişkinlerden daha fazla olmaktadır.<sup>84</sup>

Yapılan başka bir araştırmada ise 45 ülkeden veriler toplanmıştır ve eğitim seviyesinin yüksek olduğu ülkelerdeki kişilerin yaşam doyum seviyeleri daha yüksek bulunmuştur.<sup>85</sup>

Dini inançlara sahip olan ve olmayan bireylerin yaşam doyum düzeyleri incelendiğinde farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır.

Budistler ile yapılmış olan bir araştırmada, meditasyon yapan bireyler ile yapmayan bireylerin yaşam doyum düzeyleri karşılaştırılmış ve sonuçlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Aynı araştırmada ölüm sonrası yaşama inan bireyler ve inanmayan bireyler arasındaki yaşam doyum seviyesi incelendiğinde de anlamlı bir fark görülmemiştir.<sup>86</sup>

Din, cinsiyet, yaş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri inceleyen bir araştırmada dindarlık ve yaşam doyumu arasında kuvvetli bir bağın olduğu, kendini dindar olarak tanımlayan kişilerin yaşam doyum seviyelerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bir araştırmada ise 18 yaşından büyük kişilerin yaşam doyumları ve dinin inanç düzeyleri incelendiğinde bu iki kavram arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Kendini dindar olarak tanımlayan kişilerin yaşam doyumu, kendini dindar olarak görmeyen kişilere göre daha az olduğu saptanmıştır.<sup>87</sup>

#### **2.1.6.5.Yaşam Doyumu ve Romantik İlişkiler Arasındaki İlişki**

Romantik ilişkilerin yaşam doyumsuzluğu yaratabilecek bir güce sahip olduğu düşünülmektedir.<sup>88</sup> Bireylerin yakın ilişkiler kurarken kullanmış olduğu etkileşim tarzları bulunmaktadır. Bunlar; “İnsanlara doğru yönelme”, “İnsanlardan uzaklaşma” ve “İnsanlara karşı hareket etme” dir. İnsanlara doğru yönelme etkileşim tarzında

<sup>84</sup> Koçak, a.g.e.,1956-1977.

<sup>85</sup> Hoi Yan Cheung ve Alex WH. Chan, The Effect of Education on Life Satisfaction Across Countries, *The Alberta Journal of Educational Research*, 2009, 55(1), s.124-136.

<sup>86</sup> Enes Toplanır, a.g.e. s.66.

<sup>87</sup> Koçak, a.g.e. 1956-1977.

<sup>88</sup> Okan Cem Çırakoğlu, ve Esin Tezer, Kontrol odağı ve eleştirel düşünmenin üniversite öğrencilerinin ilişki doyumsuzluklarına verdikleri tepkiler üzerindeki yordayıcı rolü, *Türk Psikoloji Yazıları*, 2010, 13(26), s.29-41.

olan birey karşı tarafa bağımlı bir ilişki sürdürmektedir. İnsanlardan uzaklaşma etkileşim tarzı, “İnsanlara Doğru Yönelme”nin tam tersidir. İnsanlara doğru yönelen bireylerin sahip olduğu bağımlı kişiliğin tam tersi, bağımsız bir kişiliğe sahiptir. Bu etkileşim tarzına sahip kişiler, hiçbir kimseyle ilişki kurmazlar. Romantik veya arkadaşlık ilişkisini doyum verici şekilde yaşayabilmek bu yetişkinler için olanaksızdır. Bu tarz kişilerin ilişkileri duygu bakımından yoksun yaşanmaktadır.<sup>89</sup> Her iki etkileşim tarzına da zıt olan bir diğeri ise “İnsanlara Karşı Hareket Etme” dir. Bu kişiler ilişkide buldukları bireylere karşı bağımlı veya bağımsız değillerdir. İnsanlara karşı hareket eden bireyler, karşısındaki insanlara düşmanca bir davranış sergilemektedirler. İnsanları sömürür, kırıcı yorumlar yaparlar. Bir dostluk veya ilişki yaşamaya karar verdiklerinde bu ilişkiyi sadece bir kazanç elde etmek amacıyla yapmaktadırlar. Bu bağlamda bu kişilerin ilişkileri de duygu bakımından yoksun yaşanmaktadır.<sup>90</sup> Etkileşim tarzlarının yanı sıra, romantik ilişkiyi yaşama biçimi, her iki cinsiyet üzerinde farklılık gösterebilmektedir.<sup>91</sup> Dolayısıyla, bir kişinin “İnsanlardan Uzaklaşma” etkileşim tarzına sahip olması, bir kadın da ve bir erkekte farklılık gösterebilmektedir.

Romantik bir ilişkinin önemi, Maslow’un “İhtiyaçlar Hiyerarşisi” teorisinde bulunan “Ait olma ve sevgi ihtiyacı” basamağından anlaşılabilir. Bu teoride, kendini gerçekleştirebilmiş bir birey olabilmek için sırasıyla doyurulması gereken ihtiyaçlar vardır. Bunlar; fiziksel, güvenlik, ait olma ve sevgi, saygı ve kendini gerçekleştirme ihtiyaçları olarak sıralanmaktadır. “Ait olma ve sevgi” ihtiyacının karşılanmaması halinde, bir diğere basamağa geçilememektedir. Bu kural, tüm basamaklar için geçerlidir. Ait olma ve sevgi ihtiyacı, olumlu ilişkiler kurma, insanlarla etkileşim içinde olma ile ilişkilidir.<sup>92</sup> Bu bağlamda, bir insanın hayatında romantik ilişkiye yer vermesi yaşam doyumu bakımından oldukça önemlidir. Böylelikle, kendini gerçekleştirebilmiş bir yetişkin ve yaşamda ki rollerinden memnun bir birey olabilmektedir. Bunu başarabilmiş insanlar, potansiyelini ortaya çıkarabilmiş, kişisel tatmin ve başarıyı elde etmişlerdir.<sup>93</sup>

İlgili literatür incelendiğinde ise romantik ilişki ve yaşam doyumu ile ilgili araştırmaların az olduğu görülmüştür. Romantik ilişkilerin yaşam doyumu üzerinde

---

<sup>89</sup>Jeffrey Young vd, a.g.e., s.25.

<sup>90</sup> Burger, a.g.e., s.157-158.

<sup>91</sup> Handan Bal, *Bağlanma Stilleri, Cinsiyet Roller ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin, 2007. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)

<sup>92</sup> Özlem Onaran, *Çalışma Yaşamında Güdülenme Kuramları*, Ankara Üniversitesi, Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları, Ankara, 1993.

<sup>93</sup> Leman Birol, *Hemşirelikle İlgili Kavramlar; Hemşirelik Süreci*, Etki Matbaacılık, İzmir, s.14-15.

önemli bir etkisinin olduğu düşünülerek ve bu konuyla ilgili çalışmaların yetersiz olduğu görüldüğü için yapılan bu çalışmada romantik ilişki ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi gerektiği düşünülmüştür.

## 2.1.7.KİŞİLİK

### 2.1.7.1.Kişilik Kuramsal ve Kavramsal Çerçevesi

Kişilik basitçe bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçleri olarak tanımlanmaktadır. Kişilik hakkındaki bu basit tanım kişiliği oluşturan iki önemli kısma değinmektedir. Birinci kısım olan tutarlı davranış kalıplarında bireyden tutarlı bir kişilik beklenmektedir. Bu tutarlı davranış kalıpları her zaman ve her durumda gözlemlenebilmektedir. İnsanlarla olan ilişkilerinde dışadönük bir kişilik tipi sergileyen bir bireyin sosyal ortamlarda, arkadaş ilişkilerinde veya karşı cinsle olan ilişkilerinde de dışadönük olması beklenilmektedir. Tanımın ikinci bölümü, kişilik içi süreci ele almaktadır. Kişilik süreci nasıl davranacağımızı ve hissedeceğimizi belirleyen, içimizde gelişen bütün duygusal, güdüsel ve bilişsel süreçlerimizi kapsamaktadır. Bireyin içsel süreçlerini nasıl kullandığı ve bu süreçlerin bireysel farklılıklarla nasıl bir etkileşime girdiği bireysel karakterimizin belirlenmesinde önemli rol oynamaktadır.<sup>94</sup>

İnsan psikolojisinin dinamiklerini çözümleyebilmek için kişilik önemli rol oynamaktadır. Kişilik hakkında birçok sayıda çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmalarda ortak bir kişilik tanımı çıkarmak mümkün olmamaktadır. Kişilik oluşumunda çevresel faktörlerin mi yoksa biyolojik faktörlerin mi etkiliği olduğu birçok çalışmada tartışma konusu olmaktadır. Tartışmalı bir konu olsa da bazı araştırmalar kişilik oluşumunda her iki faktöründe rol oynadığını göstermektedir.<sup>95</sup> Biyolojik faktörler genler yoluyla bireye kalıtsal olarak geçmekteyken çevresel faktörler bireyin yetişme şekli, eğitimi, sosyal ilişkileri ile şekillenmektedir.

Amerikalı psikolog olan Gordon Allport'un "İnsanın en ayırt edici özelliği onun bireyselliğidir. Onun gibi bir kişi dünyaya asla gelmemiştir ve bir daha da gelmeyecektir." sözü her bireyin eşsiz ve özel olduğunu böylelikle de insanların kişilik özellikleri açısından birbirlerinden oldukça farklı yapılarda oldukları düşünülmektedir.

---

<sup>94</sup> Burger, a.g.e., s.23.

<sup>95</sup> Stephen P. Robbins ve Timothy A. Judge, *Örgütsel Davranış*, Nobel Yayıncılık, 2012.

Kişilik psikologları kişiliğin karmaşık bir yapısının olduğunu ve kişiliği anlayabilmek ve tanımlayabilmek için geçerli olan tüm yöntemlerin kullanılması gerektiğini belirtmektedirler. Kişiliği çözümlmek adına birçok kuram bulunmaktadır.

### 2.1.7.2.Kişilik Kuramları

#### 2.1.7.3.Freud ve Kişilik

**Topografik Model:** Freud insan kişiliğinin üç bölümde ele almaktadır. Kişiliği bilinç, öncesi ve bilinçaltı olarak ayırmaktadır. Bu modeli “topografik model” olarak adlandırılmaktadır. Bilinç, farkında olunan düşünceleri içermektedir, bu düşünceler yeni düşüncelerin gelmesiyle birlikte değişmekte ve eskiler kaybolmaktadır. Bir düşünce için aklımızda ifadesini kullanıyorsa aklımızın bilinçli kısmını kastedilmektedir. Aklımız tutmuş olduğumuz bilgilerin çok az bir kısmı bilinç düzeyinde olmaktadır. Bilinçli bölüme getirilen düşünceler ulaşılabilir olduğumuz bilgi haznesinden gelmektedir. Düşüncenin bilinçe çıkmadan önce bulunmuş olduğu kısım bilinç öncesi olarak adlandırılmaktadır. Freud topografik modeli bir buzdağına benzetir, bilinç ve bilinç öncesi kısım ise buz dağının ucunu sembolize etmektedir. Freud’un modeline göre düşüncelerimizin büyük bir kısmı ve psikanalitik kurama göre en önemli kısmı bilinçaltında bulunmaktadır. Freud’a göre bilinçaltındaki düşüncelere ulaşmak olağan dışı koşullar haricinde mümkün olmamaktadır. Buna rağmen günlük yaşantımızda ki birçok davranışlarımızı bilinçaltından gelen malzemeler ile şekillendirmektedir.<sup>96</sup>

**Yapısal Model:** Freud topografik modelin insan kişiliğine sınırlı bir açıklama getirdiğini fark etti ve buna ek olarak “yapısal model”i oluşturmuştur. Bu model, kişiliği benlik(ego), alt-benlik(id) ve üst benlik(süperego) olarak oluşmaktadır. Freud kişiliğin birbiriyle barış içinde olmayan bazı bölümlerden oluştuğunu belirtmektedir. Bu modele göre doğduğumuzda tek bir kişilik yapısına yani alt-benliğe(id) sahip olmaktadır. Alt-benlik haz ilkesine göre çalışmaktadır. Herhangi bir fiziksel veya toplumsal sınırlamaları tanımaz ve sadece kişisel tatmin oluşumu önemsemektedir. Bebekler gördükleri bir şeyi istediklerinde o nesnenin bir başkasına ait olmasını ya da o nesnenin zararlı olmasını düşünmemektedirler. O nesneye ulaşmak için harekete geçerler ve bu reflekssel bir davranış olmaktadır. Bu reflekssel hareket yetişkinlikte de kaybolmamaktadır fakat sağlıklı bir yetişkinin alt-benliği diğer bölümler tarafından denetim altında tutulmaktadır. Alt-benliği oluşturan temalar

---

<sup>96</sup> Burger , a.g.e., s.77.

cinsellik ve saldırganlık üzerine olmaktadır. Çevreleriyle iletişim kurmaya başlayan iki yaş ve altı çocuklarda benlik(ego) yani kişilik yapısının ikinci bölümü gelişmeye başlamaktadır. Benlik(ego) ,gerçeklik ilkesine göre hareket etmektedir. Benliğin görevi, alt-benliğin isteklerini tatmin etmek fakat bunu gerçekleştirirken içinde bulunulan durumun gerçeklerini de dikkate almaktadır. Alt-benlikten farklı olarak benliğimiz bilinç, bilinç öncesi ve bilinçaltı kesimlerinde serbestçe hareket edebilmektedir. Çocuk beş yaşına geldiğinde kişilik yapısının üçüncü bölümü olan üst-benlik oluşmaktadır. Üst-benlik, toplumun özellikle anne ve babamın değer yargılarını ve standartlarını temsil etmektedir. Üst-benlik neyi yapabileceğimiz ya da yapamayacağımız konusunda daha çok kısıtlamalar oluşturmaktadır. Örnek olarak arkadaşınızın evine dittiğinizde masanın üzerinde olan parayı almanız konusunda alt-benlik ısrarcı olacaktır. Benlik ise parayı kimse görmeden almanın gerektiğini ve bunun gerçekleşebilmesi için uygun koşulları sağlamaya çalışacaktır. Fakat üst-benlik parayı almanın doğru olmadığını, ahlaki olarak uygun bir davranış olmadığını savunacaktır. Bazıları üst-benlik kavramını vicdan olarak kabul etmektedir.<sup>97</sup>

**Psikoseksüel Gelişim Dönemleri:** Freud yetişkinlikte sahip olduğumuz kişiliğin yaşamımızın ilk beş ya da altı yılındaki deneyimlerimizle şekillenmekte olduğunu savunmaktadır. Bu görüşe göre yetişkin kişiliğinin temelleri çocukluk yıllarımızda oluşmaktadır. Freud psikolojik olguları cinsel bir çerçeve içinde yorumladığından erken kişilik dönemleri ile ilgili açıklamaları genel olarak cinsel temalar üzerinde oluşmaktadır. Kişilik gelişimiyle ilgili olan bu kuramda her birey çocukluğunda bir takım gelişim dönemlerinden geçmektedir ve her dönemin ana belirleyici özelliği cinsel yönden birincil derecede duyarlı olan bölge olmaktadır. Her dönemin yetişkin kişiliğine bir etkisi olduğundan bu gelişim dönemlerine psikoseksüel gelişim dönemleri adı verilmektedir. Gelişim dönemler sırasıyla;“oral dönem”, “anal dönem”, “fallik dönem”, “gizil dönem”, “genital dönem” olmaktadır.

Freud, kişiliğin “libido” adını verdiği psişik enerji ile harekete geçtiğine inanmaktadır. Bu psikoseksüel gelişimlerden geçerken bireyler bazı krizleri ve zorlukları aşmaya çalışmaktadırlar. Birey psikolojik olarak işlev görmeye devam edebilmek için bu zorlanmaları aşarken az miktarda libido kullanmaktadır. Çocuklar dönemlerden birinde travmatik bir deneyim yaşadığında ya da aşırı düzeyde bir tatmin oluş yaşamış olduklarında orada bol miktarda libido saptanmaktadır. Bu

---

<sup>97</sup> Burger, a.g.e., s.77-78.

durumla birlikte benlik yetişkin işlevlerini yerine getirmeye çalışırken normalde gereken enerjiden daha azıyla yetinmeye çalışmaktadır. Yetişkin birey enerjinin saplandığı o dönemden kalma bazı özelliklere sahip olmaktadır.

**1)Oral Dönem:** Freud'un psikoseksüel gelişim kuramının birinci dönemi oral dönem tüm çocuklar tarafından geçirilmektedir. Doğumla birlikte 18 aya kadar sürmekte olan oral dönemde; ağız, dudaklar ve dil cinsel yönden birincil derecede duyarlı bölgeler olmaktadır. Bu dönemde memeden kesme ve beslenmeyle ilgili yaşanan sorunlar psişik enerjinin saplanmasına ve oral-kişilik özelliklerinin gelişmesine neden olmaktadır. Dişler çıktıktan sonra yaşanmış olan bir saplanma yetişkin kişide aşırı saldırgan davranışlar meydana getirebilmektedir. Bu saplanmayı yaşamış olan yetişkinler ağız yoluyla tatmin olmaya çalışmaktadırlar. Örnek olarak çok sigara kullanmak, içki içmek yada ellerini sürekli ağzına götürmek gösterilmektedir.

**2)Anal Dönem:** Çocuklar 18 aylık olduklarında anal döneme geçmektedir ve anal bölge bu dönemde cinsel yönden en duyarlı bölge olmaktadır. Çocukların bu dönemde tuvalet eğitimine başlıyor olmaları da önem teşkil etmektedir. Anal dönemde yaşanmış olan saplantılar tuvalet eğitiminin verilmiş şekli ile bağlantılı olmaktadır. Bu dönemde saplantı yaşamış çocuk ileri ki yetişkinlik döneminde aşırı düzenli, cömert ya da inatçı kişilik özelliklerine sahip olabilmektedir.

**3)Fallik Dönem:** En önemli psikoseksüel gelişim dönemi olarak fallik(erkeklik organı) dönem görülmektedir. Bu dönem çocuk yaklaşık 3-6 yaşları arasındayken yaşanmaktadır. Fallik dönemde cinsel yönden en duyarlı bölgeler penis veya klitoristir. Freud bu yaşlarda olan çocuğun karşı cinsten olan ebeveyne karşı cinsel bir çekim duyduğunu söylemektedir.

**4)Gizil Dönem:** Ergenlikten önceki dönemi kapsayan gizil dönemde cinsel istekler azalmış durumda olmaktadır. Bu dönemde çocuğun karşı cinse karşı ilgisi azalmıştır ve hemcinsleriyle daha çok vakit geçirmektedir.

**5)Genital Dönem:** Psikoseksüel gelişimin son dönemi olan genital dönemde cinsel istekler güçlü bir şekilde geri dönmektedir ve birey cinsel organına odaklanmaktadır. Eğer çocuk bu döneme ulaşana kadar diğer dönemlerde çok miktarda libido bırakmamışsa normal bir cinsel yaşamı olabilmektedir.<sup>98</sup>

---

<sup>98</sup> Burger, a.g.e., , s.85-90.

#### 2.1.7.4.Erik Erikson' Psikososyal Gelişim Kuramı

Erikson da kişilik gelişimini Freud'un yapmış olduğu gibi belirli dönemler içinde ele almaktadır. Freud'un aksine bireyin cinsel gelişimi yerine onun sosyal gelişimini temel almaktadır. Bu nedenle Erikson'ın kuramı, psikososyal gelişim kuramı adını almıştır. Erikson'a göre kişilik gelişimi kişinin yaşamı boyunca devam etmektedir.<sup>99</sup>

Erikson, bireyin sosyal bir varlık olup, çevresindeki insanlarla ilişki içinde olmasının onun gelişim dönemini önemli ölçüde etkilediğini belirtmektedir. Erikson sosyal çevrenin kişilik gelişimi açısından önemini vurgulamakla birlikte biyolojik bakımdan doğuştan sahip olunan bazı özelliklerinde üzerinde durmuştur. Erikson, epigenetik özellikler ile kişilik gelişimini açıklamaktadır.<sup>100</sup> Epigenetik kavramına göre gelişmekte olan herhangi bir şeyin bir planı olmaktadır ve bu kavrama göre kişilik gelişimi anne karnındaki bebeğin gelişimine benzemektedir. Bebeğin anne karnında organlarının belirli zaman dilimleri içinde oluşup şekillenmesi gibi, kişilik gelişimi de belirli zaman dilimleri içerisinde bazı aşamalardan geçip şekillenmektedir. Buna göre kişilik gelişimindeki dönemler; temelleri biyolojik olarak atılmış hiyerarşik bir düzende ortaya çıkmaktadır.

Erikson'a göre, kişilik gelişimi sekiz kritik dönemi içermektedir. Kişinin bulunmuş olduğu her dönemde aşması gereken bir kriz, bir çatışma vardır. Gelişim dönemlerinde karşılaşılan bu çatışmaların bir felaket olmadığı; buna karşın kişinin potansiyellerini keşfedip gerçekleştirebilmesi adına bunların hassas dönüm noktaları olduğunu belirtir. Birey bu dönüm noktalarındaki çatışmalarla baş edebildiği takdirde sağlıklı bir kişilik geliştirebileceğine inanılır. Böylelikle kişi daha sonraki gelişim dönemlerinde karşılaşılabilecek olduğu karmaşalara karşı donanım kazanmaktadır.

Erikson'ın psikososyal gelişim dönemleri sırasıyla şunlardır;

**1)Temel Güvene Karşı Güvensizlik (0-1 yaş):** Bebekler doğdukları andan itibaren anneleriyle bağımlılığa dayanan ilişkiler kurmaktadır. Tüm ihtiyaçları anneleri tarafından karşılanmaktadır. Temel ihtiyaçları sürekli olarak karşılandığı sürece, bebek güven duygusunu öğrenip geliştireceğini garanti etmektedir. Çünkü bebek kontrol edemediği bir dünyada kendini güven içinde hissetmek ister ve dış dünyaya karşı güven duygusunu geliştirmelidir. Güven duygusuyla birlikte beslenme kolaylığı, derin ve düzenli uyku ve bağırsakların sağlıklı bir şekilde çalışması sağlanmaktadır. Temel güven duygusu geliştiremeyen çocuk diğer insanların güvenilmez olduğunu ve dış dünyanın düşmanca olduğunu düşünmektedir.

<sup>99</sup> *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2012, 4(4), s.566-589.

<sup>100</sup> Orhan Doğan & Aylin Uluşahin, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Nobel Tıp Kitapevi, 2014. s.78.

**2)Özerkliğe Karşı Kuşku ve Utanç (2-6 yaş):** Çocuğun yürümeye ve koşmaya başlamış olduğu bu dönemde kas kontrolü ortaya çıkmaktadır. Kas kontrolü sonucu olarak tuvalet kontrolü de sağlanmaktadır ve çocuğun anneye olan bağımlılığı da azalmaktadır. Anneye karşı bağımlılığı azalan çocukta yeterlilik duygusu, kendi düşünce, duygu ve davranışlarının doğruluğuna inanma gibi olumlu sonuçlar görülmektedir.

Bu noktada ebeveynlerin tutumu oldukça önemlidir. Aşırı koruyucu ya da aşırı izin veren bir tutum sergilenmemelidir. Çocuk için üstesinden gelebileceği hedefler belirlenmeli girişimleri desteklenmelidir. Çocuğun başarıları takdir edilmeli ve başarısızlıkları görmezden gelinmelidir. Çocuğun özerk davranışları engellenirse çocuk kendinden utanç ve kuşku duyacaktır ve kendini yetersiz hissedecektir.

**3)Girişimciliğe Karşı Suçluluk (4-6 yaş):** Çocuğun psikomotor ve dil gelişimi ile birlikte fiziksel ve sosyal çevresine karşı merakı artmaktadır. Çocuğun bu merakı onun girişken olmasını, sorular sormasını ve çevresini araştırmaya yöneltmektedir. Bu dönemde çocuğun özgürce hareket etmesine ve oyun oynamasına izin verilmelidir. Böylelikle çocuk kendini keşfedebilecek ve gerekli yaşantıları kazanacaktır. Çocuğun girişimleri desteklenmeli, sorduğu sorulara ilgi ile cevap verilmeli, kendi kararlarına dayalı anlamlı seçimler yapabilmelerine olanak tanınmalıdır. Çocuğun başlatmış olduğu eylemlere karşı yıkıcı eleştiriler yapılmamalı, cezalar verilmemeli ve girişimleri engellenmemelidir.

Girişimleri engellenmiş, eleştirilmiş ve cezalandırılmış çocuk yanlış bir şey yaptığına inanarak suçluluk duygusu edinmektedir.

**4)Çalışma ve Başarılı Olmaya Karşı Aşağılık Duygusu (7-11 yaş):** Çocuğun okula başlamış olduğu bu dönemde sosyal dünyasında önemli bir değişim meydana gelmektedir. Çocuğun üzerindeki ebeveyn etkisi azalmakta ve öğretmenin, arkadaşların çocuk üzerindeki etkisi artmaktadır. Çocuk bu aşamada “bir işi planlama, işbirliği yapma, öğrenme ve işi başarma” gibi kavramları öğrenmektedir. Başarı duygusu beraberinde “çalışkanlığı” getirmektedir. Çalışkanlık duygusu, çocuğun kendine ve aynı zamanda yeteneklerine karşı olumlu bir tutum geliştirmesine, ileriki yaşamında başarılı olmasını sağlayacak akademik özgüvenin gelişmesinin sağlamaktadır. Bu dönemde çocuğun başarıları takdir edilmeli ve ona başarılı olduğu duygusu hissettirilmelidir. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocuğu başarılı olabileceği alanlara yönlendirmesi onun bir sonraki gelişim dönemine



güvenle girmesine olanak sağlamaktadır. Bu nedenle çocuğa uygun sorumluluklar verilmeli, başarılı hissetmesi sağlanmalı ve küçük hataları görmezden gelinmelidir.

Başarısı desteklenmeyen ve diğer çocuklarla kıyaslanan çocuklar kendini beceriksiz ve yetersiz hissetmekte ve aşağılık duygusuna kapılmaktadır.

**5)Kimliğe Karşı Kimlik Bocalaması (12-17 yaş):** Erikson, bireyin ergenlik çağını kapsayan bu döneme oldukça önem vermiştir ve bu dönemi birey için ikinci bir şans olarak görmüştür. Daha önceki dönemlerde aşılmamış olan problemler bu dönemde tekrardan gündeme gelmektedir ve çözümlenebilmelerine olanak tanımaktadır. Bunun yanı sıra Erikson bu dönemin sonraki dönemlerde yaşanabilecek olası sorunların çözülebilmesi açısından bir temel oluşturabileceğini belirtmektedir.

Ergenlikte yaşanan değişim ve karmaşanın anlamlandırılması kimlik gelişiminin oluşmasını sağlamaktadır. Kimlik arayışında önemli olan alanlar “cinsel ve mesleki”dir. Cinsel kimlik bu dönemde özellikle sorgulanmakta ve karşı cinsin kendisini nasıl gördüğü ergen açısından oldukça önemli olmaktadır. Toplumsal kimlik, toplum tarafından kabul görme anlamına geldiğinden ergen toplumla uyum içinde olmaya ve başarılı işler yapmaya çalışmaktadır. Mesleki kimlik ise neler yapabileceği, ne yapması gerektiği ve gelecekte ne olmak istediği gibi sorulara yanıt bularak oluşmaktadır.

Kimlik karmaşası içerisinde gelecek ile ilgili kararlar oluşturulmasında ebeveynlerin ve akranların etkisi olmaktadır. Ebeveynler ve öğretmenler ergenin olası toplumsal rollerinin araştırabilmesi için ona fırsat vermeli ve başarılı rol modeller göstermelidir. Aksi takdirde birey gelecekte ne yapmak ve ne olmak istediğine karar veremeyen, olgunlaşmamış bir yetişkin olabilmektedir.

**6)Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık (17-30 yaş):** Ergenlik döneminde kimlik oluşumunun temellerini sağlıklı bir şekilde atmış olan kişi bu dönemde başkalarıyla yakın ve sağlıklı ilişkiler kurabilmektedir. Birey kendi bütünlüğünü koruyarak, yakınlık kurmuş olduğu kişinin kimliğinde kendini bulabilmektedir. Bireyin yaşamında sevgi ilişkisi ön planda olmaktadır. Bu dönemdeki kriz başarılı bir şekilde çözümlenebilirse birey sevgiyi verme ve alma gücüne sahip olacaktır. Aksi takdirde kişi başkalarıyla yakın ve anlamlı ilişkiler kurma konusunda başarısız olmayacaktır.

**7)Üretkenliğe Karşı Durgunluk (30-60 yaş):** Önceki dönemleri başarılı bir şekilde atlatmış olan birey kişilik gelişiminin bu döneminde üretken, verimli ve

yaratıcı olmaktadır. Kimliğini kazanmış birey, evlilik, meslek edinme ve mesleğini sürdürme görevlerini başarıyla tamamlayabilmişse kendini iyi hissetmektedir. Çocukları yoluyla neslini sürdürebilmek onun için önemli olmaktadır. Ev yaşamının dışında toplumda da faydalı olabilmeyi istemektedir. Kendinden sonraki nesil için sorumluluk üstlenebilir ve gençleri yaratıcı, üretken olma konusunda yönlendirebilir.

Bunları yapamayan yetişkin bir işe yaramadığını düşünerek durgunluk dönemine girebilmektedir. Çevrelerine karşı kayıtsız olabilir, sahte ve yüzeysel ilişkiler kurup kendi çıkarlarına öncelik verebilir.

**8) Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk (60 yaş ve üstü):** Kimliğine uygun yaşama biçimini bulabilen bireyler yaşlılık döneminde ego/benlik bütünlüğü duygusuna sahip olabilmektedir. Geçmiş yaşamlarını değerlendirdiklerinde olumlu duygulara sahip olmaktadır. Bu tip bireyler huzurlu ve hoşgörü içinde olmaktadır. Yaşamlarının kalan zamanlarını huzurlu ve mutlu geçirmeye çalışmaktadırlar ve ölümü kabullenmişlerdir.

Birey yaşlılığında geçmiş yaşamını değerlendirirken zamanının boşa geçmiş olduğunu düşünür ve yaşamının başarısızlıklarla dolu olduğuna inanırsa tüm bunları değiştirmek için çok geç olduğunu düşünüp umutsuzluğa kapılabilir. Klinik ve antropolojik araştırmalara göre bu tip bireylerde benlik bütünlüğünde kayıp ya da azalma olduğu görülmektedir. Bu tip bireyler inatçı ve huysuz olmakla birlikte ölümden korkmakta ve uyumsuz olmaktadır.

#### **2.1.7.5. Carl Gustav Jung ve Kişilik**

Jung'a göre kişiliğimiz yaşamamız boyunca şekillenmektedir ve bu şekillenme sürecine de "bireyleşme" demektir. Çeşitli dönemlerde çocukluktan ergenliğe, ergenlikten yetişkinliğe ve "hayatın dönemeçi" dediği otuzlu yaşlarda kişilik önemli değişimler geçirmektedir.<sup>101</sup> Jung, kişiliğimizin yaşamımız boyunca ayırt etmesi zor olan tohumlardan meydana geldiğini ve kim olduğumuzu eylemlerimizin belirlediğini ifade etmektedir.<sup>102</sup> Jung'un bilim dünyasına kazandırmış olduğu "Arketip" kavramı insan doğasını çözümlayebilmemiz adına bize önemli bilgiler sunmaktadır. Jung insan doğasıyla ilgili birçok arketip ortaya çıkarmıştır fakat bu arketipler arasında ki dört arketip kişiliğin oluşumunda önemli yapı taşlarına sahip olmaktadır. Bunlar; "persona", "anima&animus", "ben" ve "gölge" arketipleridir.

<sup>101</sup> Murat Ukray, *Jung Psikolojisi*, e-kitap, 2014.

<sup>102</sup> Carl Gustav Jung, *Development of Personality*, Pinhan Yayıncılık, İstanbul, 2015, s.198.

**Persona:** Bireyin toplumla uyumlu halde olmasını sağlayabilmek adına takmış olduğu maskedir ya da büründüğü kimliktir. Yaşamış olduğumuz çevreye karşı yansıttığımız iyi imajdır. Persona ile birey toplum tarafından kabul görmekte ve çevresiyle uyumlu hale gelmektedir. Bireyin olduğunu zannettiği kişilik ile aslında sahip olmadığı kişiliğidir.<sup>103</sup>

**Anima&Animus:** Tüm erkek ve kadınlarda eşit derecede anima ve animus bulunmaktadır. Anima erkeklerin bilinçaltında ki kadınsılığı ifade ederken, animus ise kadınların bilinçaltında ki erkeksiliği temsil etmektedir. Kadın ve erkekler sahip oldukları anima ve animusa göre eş seçiminde bulunmaktadırlar. Jung'a göre kadın içinde ki erkeksiliği bastırmışsa ya da erkek içinde ki kadınsılığı bastırmışsa kendi içlerinde bütünselliği oluşturamamaktadırlar. Anima ve animus kadın ve erkeğin birbirlerini anlayabilmelerini sağlamaktadır.<sup>104</sup> İlk görüşte aşkın yaşanması zihnimize sahip olduğumuz anima ya da animusu bulduğumuzda meydana gelmektedir.<sup>105</sup>

**Ben:** Kişiliğin yapısının gelişmesini sağlayan ben arketipi aynı zamanda kişiliğe birlik ve istikrar getirmektedir. Bu sebeple en önemli arketip olmaktadır. Kişiliğin merkezi olmasından dolayı diğer tüm sistemler ben arketipine göre şekillenmektedir. Benliğin gelişebilmesi için belirli bir yaşam aralığına ihtiyaç olduğundan bireyin benlik gelişimi için orta yaşlara ulaşması gerekmektedir. Kişilerin yaşamlarında ki temel amaçları hedeflerine ulaşarak benliklerini gerçekleştirmektedir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde ki kendini gerçekleştirme basamağı ile ben arketipindeki benliğin ideal amaca ulaşması bu yönden benzerlik göstermektedir.

**Gölge:** İnsanların içinde var olan bastırılmış ve kötü yönü gölge arketipiyle tanımlanmaktadır. Kişinin içinde var olan anlık öfkeler gölge tarafında yer almaktadır. Bireyler gölge yönlerini personalarıyla kapatmaktadırlar ve bu şekilde toplumda kabul görmektedirler. Arketiplerin en alt kısmında yer almaktadır ve kişilerin farkında olmadan yaptığımız dediği davranışlar bu bölge ile ilgili olmaktadır.

#### **2.1.7.6. Hans Eysenck Kişilik Kuramı**

Eysenck, psikolojinin amacının insan davranışını çözümlenmek olduğunu belirtmiştir ve bu doğrultuda bir kişilik kuramı geliştirmiştir.<sup>106</sup> Bu kurama göre tüm kişilik özellikleri, içedönüklük-dışadönüklük, nevrozizm-duygusal kararlılık ve

<sup>103</sup> Sydney Ellen Schuldz, *Modern Psikolojinin Tarihi*, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2007.

<sup>104</sup> Schuldz, D. S. a.g.e., s.107

<sup>105</sup> Murat Ukray, a.g.e., s.223

<sup>106</sup> Banu Yazgan İnanç ve Eşef Ercüment Yerlikaya, *Kişilik Kuramları*, Pegem Akademi Yayınları, Ankara, 2014.

psikotizm-süperego gücü arasında olmaktadır. Bu boyutlar birbirinden bağımsız olmakla birlikte bireyi iki uç kavramdan birine yerleştirmeye çalışmamaktadır. Birey nevrozizm ve duygusal kararlılık arasında herhangi bir noktada olabilmektedir.

**İçedönüklük-Dışadönüklük:** İçedönük kişiliğe sahip olan bireyler yalnız kalmaktan hoşlanan, sosyalleşmekten kaçınan, sakin ve sessiz tipler olarak tanımlanmaktadır. Edilgen olma, çekingenlik ve temkinli davranma da içedönüklüğün belirgin özellikleri arasındadır.<sup>107</sup> İçedönük kişiliğin tam tersi olan dışadönük kişilikte birey sosyallikten hoşlanmaktadır. Dışadönük bireyler toplum içerisinde aktif rol almaktan hoşlanır ve liderlik, uyumluluk, aktiflik, konuşkanlık ve cana yakınlık gibi özelliklerle karakterize edilirler. Eysenck içedönük ve dışadönük bireyler arasında ki temel farkın davranışsal değil biyolojik ve genetik olduğunu belirtmiştir. Bu farkın oluşma nedeni olarak kalıtsal bir durum olan kortikal uyarılma seviyesi gösterilmektedir. Dışadönük kişilerin kortikal uyarılma düzeyleri daha düşük, duyumsal eşikleri ise daha yüksektir böylelikle duyumsal uyarımlara daha az tepki göstermektedirler. İçedönük kişiliklerde ise durum tam tersi yani kortikal uyarılma düzeyleri daha yüksek, duyumsal eşikleri ise daha düşüktür bu da duyumsal uyarımlara verilen tepkinin daha fazla olmasına yol açmaktadır.<sup>108</sup>

**Duygusal Kararlılık:** Eysenck'in diğer bahsetmiş olduğu kavram olan nevrozizmde de dışadönük ve içedönük kişiliklerde olduğu gibi yüksek bir kalıtsal bileşene sahip olunmaktadır. Eysenck yapmış olduğu çalışmalarda nevrozizmin içinde bulunan obsesif kompulsif, anksiyete ve histerik gibi davranışların temelinde de genetik özelliklerin etkiliği olduğuyla ilgili bulgular edinmiştir.<sup>109</sup> Yüksek nevrozizme sahip olan birey tepkilerinde aşırıya kaçmakta ve normal haline dönmekte zorluk yaşamaktadır. Bununla birlikte sırt ve baş ağrısı gibi fiziksel semptomlar göstermekle, kaygı ve endişe taşımaktadır. Ancak bu bireyler herhangi bir psikolojik semptom göstermeyebilir.<sup>110</sup> Bireyin nevrozizm seviyesi sağlıklı bir halde ise en stresli durumlarda dahi direnç seviyesi yüksek olmaktadır. Nevrozizm seviyesi sağlıklı olmayan bireyler ise en ufak stres altında nevrozik tepkiler gösterebilmektedir.

**Psikotizm-Süperego:** Psikotizm, Eysenck'in üçüncü kişilik faktörüdür ve psikotizm seviyesi yüksek olan bireylerde genellikle antisosyal, şüpheli, agresif,

<sup>107</sup> İnanç ve Yerlikaya, a.g.e., s.54

<sup>108</sup> Nigar Ganjayeve, *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Eysenck'in Kişilik Envanteri ve Özgüven Arasında ki İlişkinin İncelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2019. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)

<sup>109</sup> Johannes Feist & Gregory Feist, *Theories of Personality*, The McGrawHill Companies, USA, 2008.

<sup>110</sup> Ganjayeve, a.g.e., s.25.

dürtüsel ve benmerkezci gibi tavırlar görülmektedir. Psikotizm seviyesi düşük olan kişilerin ise uyumlu, uzlaşılabilen, yardımsever, fedakâr, empatik ve işbirliğine eğilimli olabilme gibi özelliklere sahip oldukları görülmektedir. Eysenck'e göre psikotizm ve stres seviyesi yüksek olan kişilerin psikotik bir rahatsızlığa sahip olma oranları daha yüksek olmaktadır. Normal bir stres seviyesinde psikotik kişilik özellikleri olan birey işlevselliğini sağlıklı bir şekilde sürdürebilirken; yüksek seviyede stres ve psikotik özellikler bir araya geldiği zaman psikotik rahatsızlıklara sahip olma oranı da artmaktadır.<sup>111</sup>

### **2.1.8. Romantik İlişkiler, Yaşam Doymu ve Kişilik ile İlgili Çalışmalar**

Araştırmanın bu bölümünde romantik ilişkiler, yaşam doymu ve kişilik ile ilgili çalışmalara yer verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkiler ile ilgili akılcı olmayan tutumları ve mutlulukları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada cinsiyet farklılıklarının ilişki doymunu olumsuz yönde etkilediği görülmektedir. Bireylerin cinsiyet farklılıklarıyla ilgili akılcı olmayan tutumlarının romantik ilişkilerde ki doymularını olumsuz yönde etkilediği ve yaşam süreçlerindeki mutluluklarını da olumsuz yönde etkilediği görülmektedir.<sup>112</sup>

Romantik ilişkilerle ilgili yapılmış olan bir çalışma, aşkın cinsiyet ve kültürlerarası farklılıklara göre değiştiğini kanıtlamıştır.<sup>113</sup> Romantik aşk türleriyle ilgili yapılmış olan bir diğer çalışmada ise androjen cinsiyet rolü eğilimli bireylerin yani kadın rolü ve erkek rolü yüksek olanların tutkulu aşk ve mantıklı aşk türlerinin benimsedikleri görülmüştür. Kadınsı rolü daha ağır basan bireylerin özgeci ve sahiplenici aşk, erkeksi rolü daha ağır basan kişilerin ise aşkı oyun gibi algılama durumlarının daha baskın olduğunu belirlemişlerdir.<sup>114</sup> Bazı araştırmacılar, özgeci aşk ve sorumluluk duygusu arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermişlerdir.<sup>115</sup>

Üniversite öğrencilerinin eş seçimi eğilimlerinin incelendiği bir çalışmada potansiyel eşte tercih edilen 50 özellikten ilk 10'u; eş tarafından sevilme, eşin dürüst, güvenilir, sadık, saygılı, sorumluluk sahibi, ruhen sağlıklı, hoşgörülü, temiz/bakımlı

<sup>111</sup> Feist ve Feist, a.g.e., s.45.

<sup>112</sup> Tuba Pala Akbaba ve Demet Erol, Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi, **Uluslararası Dil, Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Güncel Yaklaşımlar Dergisi (CALESS)**, 2019, 1(1), s.32-44.

<sup>113</sup> Felix Neto, Love styles: A cross-culturel study of British, Indian and Portuguese college students, **Journal of Comparative Family Studies**, 2007, 38(2), s. 239-254.

<sup>114</sup> Susan Hendrick & Clyde Hendrick, **Gender Differences and Similarities in Sex and Love. Personal Relationships**, 1995, 2(1), s.55-65.

<sup>115</sup> Ayda Büyüksahin, **Yakın ilişki kuran ve kuramayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyopsikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması**, Ankara Üniversitesi, 2001. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)

ve merhametli olması şeklinde sıralanmıştır. Eş seçiminde görece olarak daha az tercih edilen 10 özellik ise, duygusallık, bakir/bakire, iyi yemek yapması, hamarat, güzel/yakışıklı, entelektüel, sportif, sanatsever, dindar ve zengin olarak belirtilmiştir. Eş seçimlerinde tercih edilen özelliklerin önem derecesi sıralamasına bakıldığında cinsiyetler arası farkın olmadığı gözlemlenmiştir. Bununla birlikte eş seçiminde tercih ettikleri diğer tüm özellikler arasında cinsiyetler arası istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir.<sup>116</sup>

Romantik eşlerimizi seçerken fiziksel özellik olarak bize çekici gelen kişilere çekim duymaktayız. Bununla birlikte eş seçimi sadece fiziksel özellikle sınırlı kalmamaktadır. Bizimle uyumlu olan ve iyi anlaşabildiğimiz kişilikteki insanlarla birliktelikler kurarız. Arthur Aron ve meslektaşlarının yapmış oldukları bir çalışmada son sekiz ay boyunca âşık olan kadın ve erkeklerden bir süre boyunca bu deneyimlerini düşünmeleri ve sonrada bu düşüncelerini ayrıntılı bir biçimde tasvir etmeleri istenmiştir. Araştırmanın sonucunda kadın ve erkeklerin en çok önemsedikleri değişkenlerin ya fiziksel çekicilik yada kişilik özellikleri olduğu görülmüştür ve bu ikisinin arasında ayırım gözetilmemiştir.<sup>117</sup>

Sosyal psikologlar altmışlı yıllarda yapmış oldukları bir araştırmada insanlara en sevdikleri kişilerin özelliklerini sormuşlardır. Bu araştırmaya göre insanları sevilabilir kılan özelliklerin başında dürüstlük, yeterlilik, yetenek, zekâ ve enerji yer almıştır.<sup>118</sup> Bu araştırmadan yaklaşık otuz yıl sonra kişilere aynı sorular sorulduğunda ise sevdikleri kişilerin özelliklerini şu şekilde sıralamışlardır; gerginlik, canlılık ve duygusallıktan uzak olma.<sup>119</sup> Dürüstüğün öneminin azaldığını ve girişkenliğin öneminin ise arttığını görmekteyiz. Bu tür araştırmalarda, hoşlandığımız kişilerin bu özelliklere gerçekten sahip olup olmadığını, onlara bu özellikleri bizim atfedip atfetmediğimizi ayırt edebilmek zor olmaktadır. Muhtemelen her ikisi de bir derece geçerli olmaktadır.<sup>120</sup>

Yapılan başka bir araştırmada ise insani zaaflıklara sahip olmanın kişileri daha sevilabilir kıldığını belirtmektedir.<sup>121</sup> Psikolog Elliot Aronson ve meslektaşlarının yapmış oldukları bu araştırmada, katılımcılara meşhur bir bilgi yarışmasına katılacak

<sup>116</sup> Esin Efe, *Üniversite öğrencilerinin eş seçme eğilimleri*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2013. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)

<sup>117</sup> Arthur Aron vd., "Experiences of fallin love", *Journal of Social and Personal Relationships*, 1989,6(1), s.243-257.

<sup>118</sup>Albert Lot vd., "Personality trait description of differently liked persons", *Journal of Personality and Social Psychology*, 1960, 16(2), s. 284-290.

<sup>119</sup> Rober F. Krueger ve Avshalom Caspi, *Personality ,arousal and pleasure:A test of competing models of interpersonal attraction*, *Personality and Individual Differences*, 1993, 14(1), s.105-111.

<sup>120</sup> Pines, a.g.e., s.90.

<sup>121</sup> Pines, a.g.e., s.91-92.

olan adayların çekiciliklerini değerlendirecekleri söylenmiştir. Katılımcılara, hazırlanmış olan dört kaset izletilmiştir. İlk kasette ki aday kusursuza yakındır; neredeyse kusursuzdur fakat bir sakarlık yapmıştır; üçüncüsü ise vasat bir yarışmacıdır; dördüncü birey ise hem vasat hem de bir sakarlık yapmıştır. Yarışmacılara sorulan sorular, bilgi yarışmalarında genellikle kullanılan sorularla aynı zorluktadır. Kusursuza yakın olan adaylardan biri soruların büyük bir çoğunluğuna doğru cevap vermiştir ve geçmişinde ki başarılarını mütevazilikle anlatmıştır aynı zamanda yarışma esnasında bir sakarlık yapmıştır. Yarışmacılardan vasat olan adaylardan biri ise soruların çoğunluğuna yanlış cevap vermiş ve yarışma sırasında bir sakarlık yapmıştır. Sonuçlara göre yarışmacı adaylar arasından kusursuza yakın fakat bir sakarlık yapan adayın en çekici olarak algılandığını; vasat olan ve kusursuza yakın olan aday ile aynı sakarlığı yapan adayın ise en az çekici bulunduğu görülmüştür. Yapılmış olan sakarlık ise yarışma esnasında üzerine yanlışlıkla kahve dökmektir. Aronson,"Kahve dökme eyleminin çekici bir tarafı olmadığı açık," diye bir belirtmede bulunmuştur. Bu eylem kusursuz bir kişiye sevimli bir boyut katıp onu daha çekici hale getirirken aynı sakarlık vasat olan bireyi daha da vasat göstererek onu daha da az çekici göstermiştir. Bu araştırmadan görüldüğü üzere şu yorumu yapmak doğru olabilmektedir; beceriklilik ve yeterlilik bir kişinin çekiciliğini arttırmakla birlikte, insani zaafılara sahip olduğunu görmek bireyin çekiciliğinin daha da arttırmaktadır.

Bizleri romantik bir eşe çeken özellikler arasında hem kadın hem de erkekler için iyilik, cana yakınlık ve mizah anlayışı olduğu görülmektedir. Kadınlar tarafından önem verilen özellikler uyumluluk, duyarlılık ve zekâ; erkekler tarafından önem verilen özellikler konuşma kolaylığı, anlayışlılık, sıcaklık, tatlılık, enerjiklik, komiklik, özgüven ve sakinliktir. Buradan çıkabilecek sonuç şöyle olabilir; bize kendimizi iyi hissettiren, huzur veren, sıcak, komik ve duyarlı kişilere çekim duymaktayız.<sup>122</sup> Yapılan bir diğer araştırmada ise karı/koca adaylarına karşı cinsten beklentileri sorulmuş ve benzer sonuçlar çıkmıştır. Hem kadınların hem de erkeklerin beklentilerinin başında sıcaklık ve düşüncelilik bulunmaktadır.<sup>123</sup>

Kişilik ve fiziksel görünüş hem birbirini, hem de beraberce bizi etkilemektedir. Güçlü bir mizah duygusu olan, sempatik ve sıcakkanlı bir kişi bize daha çekici görünürken, çok çekici bir kişi de sıcak, akıllı, heyecan verici, uyumlu ve mizah duygusu güçlü görünebilmektedir. İnsanları tutarlı bir şekilde algılama eğilimimize

---

<sup>122</sup> Pines, a.g.e., s.93

<sup>123</sup> Robin Goodwin, **Sex differences among partner preferences.Are the sexes really very similar?**, Sex Roles, 1990, 23(9-10), s.501-513.

“hale etkisi” denmektedir. Birini çekici bulduğumuzda o kişiye zihnimize çekicilikle ilişkilendirmiş olduğumuz başka olum özelliklerde atfetmekteyizdir. Buna en iyi örnek âşık olmaktır, âşık olduğumuzda sevdiğimizi aşktan, tutkudan ve hayranlıktan gerçek olduğu hali ile görememekteyiz.<sup>124</sup>

Freud, sevdiğimiz kişiyi idealize etmemizi, “ideal benlik” in yansıtılması olarak yorumlamaktadır. Birey, üstün görmüş olduğu özellikleri ve değerleri sevmiş olduğu kişiye yansıtıp, bu özelliklerin onda mevcut olduğunu düşünür. Freud, ham aşık olma aşamasından olgun aşık olma aşamasına doğru ilerlerken, sevgiliyi idealize etmeyi bırakıp onu olduğu hali ile görmek gerektiğine inanmaktadır.<sup>125</sup>

Ericson, bireyin kendine dair derin bir kavrayış sahibi olabilmesiyle ve kendini çok iyi tanımasıyla gerçek anlamda yakın ilişkiler kurabileceğini öne sürmüştür.<sup>126</sup> Kişilerin yakın ilişkileri ile özkimliklerinin karşılaştırmış olduğu bir araştırmada Erikson’un haklı olduğunu göstermektedir.<sup>127</sup> Kişinin benlik duygusu ne kadar güçlüyse yakın ilişkiler kurabilme becerisi de o kadar güçlü olmaktadır. Kimlik duygusunun güçlü olması ve özgüven, sevme ve sevilme yetimizi etkilemektedir. Romantik ilişki deneyimi fazla olan kişiler genellikle özgüveni yüksek ve savunmacı olmayan kişilerdir.<sup>128</sup> Kişilerin romantik birlikteliklerde ki sevme biçimini etkileyen özgüven bireyin benlik duygusunu olumlu yönde etkilemektedir. Benlik duygusuna sahip olmayan güvensiz bireyler aşıkta oyun oynamaya ve samimiyet düzeyi düşük, çatışma düzeyi yüksek ilişkiler yaşamaya yatkın olmaktadır. Sağlam bir benlik duygusuna sahip olan bireyler, özgüven sahibi ve kendini gerçekleştirmiş kişilerdir. Romantik ilişkilerinde bencil olmayan bir tavır ve samimiyet göstermektedirler.<sup>129</sup>

Maslow ‘a göre kişinin kendini gerçekleştirmiş olması, sevme ve sevilme becerisinin temelini oluşturmaktadır.<sup>130</sup> Maslow’un kuramını desteklemekte olan eski bir araştırmada, araştırmadan önceki üç yıl içinde romantik bir ilişkiye girmiş olan kişilerin, kendilerini, o süre boyunca yakın bir ilişkisi olmamış kişilerden daha fazla kendilerini gerçekleştirmiş olduklarını kanıtlamıştır.<sup>131</sup> Daha sonraki

<sup>124</sup> Pines, a.g.e., s.91-92.

<sup>125</sup> Sigmund Freud, *Narsisizm Üzerine ve Schreber Vakası*, Metis Yayınları, İstanbul, 1998.

<sup>126</sup> Erik H. Erikson, Identity and the life cycle, *Psychological Issues*, 1959, 1(1), s.1-171.

<sup>127</sup> Mary Ann Kacerguis & Gerald R. Adams, Erikson’s stage resolution: The relationship between identity and intimacy, *Journal of Youth and Adolescence*, 1980, sayı:9, s.117-126.

<sup>128</sup> Karen K. Dion & Kenneth L. Dion, K.L., Self-esteem and romantic love, *Journal of Personality*, 1975, 43(1), s.39-57.

<sup>129</sup> Marc B. Levy & Keith E. Davis, *Love styles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics*, Journal of Social and Personal Relationships, 1988, 5(4), s. 439-472.

<sup>130</sup> Abraham Maslow, *Motivation and Personality*, Harper and Row, New York, 1970.

<sup>131</sup> James Dietch, Love, sex-roles and psychological health”, *Journal of Personality Assessment*, 1978, 42(6), s.626-634.



araştırmalar, kendini gerekleştirme ile romantik birliktelik arasında daha karmaşık bir ilişki olduğunu göstermektedir. Kendini gerçekleştirmiş olmanın daha zengin ve daha doyurucu aşk ilişkileriyle bağlantılı olduğu kadar romantik ilişkilere daha az ihtiyaç duymakla da ilgili olduğu bulunmuştur.<sup>132</sup> Kendini gerçekleştirmiş kişilerin romantik ilişkilerden daha fazla keyif aldığı fakat romantik ilişkilere kendini gerçekleştirmemiş insanlardan daha az ihtiyaç duydukları sonucu çıkarılabilir.



---

<sup>132</sup> Karen K. Dion ve Kenneth L. Dion, Personality,gender and the phenomenology of romantic love, *Türk Psikoloji Yazıları*, 2010, 13 (26), s. 64-76.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM VE TEKNİKLER

Bu bölümde, araştırmanın amacı, yöntemi, evren ve örnekleme, hipotezleri, kullanılan ölçme araçları ve verilerini istatistiksel çözümleme teknikleri açıklanmıştır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Çalışma yetişkinlerin romantik ilişki, bağlanma örüntüleri, yaşam doyumu ve kişilik tipleri arasındaki ilişkinin anlamlılığının incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli çerçevesinde planlanmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasındaki değişimi ve bu değişimlerin derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir. Bu araştırma yöntemi ile gerçek neden-sonuç ilişkileri bulunmaz; ancak bir değişkendeki durumun bilinmesi ile öteki değişken hakkında bazı ipuçları sağlayabilir. Değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkileri, karşılıklı bağımlılık, kısmi bağımlılık ya da tam bağımsızlık şeklinde olabilir.<sup>133</sup>

#### 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini 23-45 yaş arasındaki 400 kadın ve erkek bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubunu oluşturan bireylerin 281'i (%70) kadın, 119'u (%30) erkektir. Araştırmanın evreni uygun örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Uygun örnekleme yöntemi olasılığa dayanmayan örnekleme yöntemlerinden biri olmaktadır. Araştırmacının zaman, maliyet, araştırma amacına uygun kişilere kolayca ulaşabilmesini göz önünde bulundurarak araştırma örneklemini belirlemektedir.<sup>134</sup>

#### 3.3. Araştırmanın Soruları

1. Erişkin bireylerin romantik ilişki durumu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Erişkin bireylerin romantik ilişki durumu ile kişilik tipleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Erişkin bireylerin romantik ilişkileri ile bağlanma örüntüleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

<sup>133</sup> Niyazi Karasar, *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayınları, Ankara, 2016, s. 126.

<sup>134</sup> Şener Büyüköztürk vd., *Bilimsel araştırma yöntemleri*, Pegem A Yayıncılık, Ankara, 2017.

4. Romantik ilişkisi olan erişkin bireylerin yaşam doyumu cinsiyete, yaşa, eğitim durumuna ve maddi gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

5. Romantik ilişkisi olmayan erişkin bireylerin yaşam doyumu cinsiyete, yaşa, eğitim durumuna ve maddi gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmanın verileri internet üzerinden sosyal paylaşım alanları aracılığıyla dağıtılan anketlere katılmayı kabul eden yetişkin kadın ve erkekler ile toplanmıştır. Araştırmanın verileri İstanbul Kültür Üniversitesi psikoloji öğrencilerine ve psikoloji mezunlarına, İstanbul Gelişim Üniversitesi klinik psikoloji yüksek lisans öğrencilerine, çeşitli üniversitelerde okuyan öğrencilere, İstanbul ilinin Florya semtinde bulunmakta olan bir hukuk bürosunun çalışanlarına ve İstanbul ilinin Çatalca ilçesindeki bir bankanın çalışanlarına dağıtılmıştır. Veri toplama aşamasında Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doymu Ölçeği, Eysenck Kişilik Envanteri ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama aşaması belirlenen ölçekler internet üzerinden ilgili katılımcılara gönderilmiştir. Ölçeklerin doldurulması 15 dakika sürmüştür olup verilerin toplanması 4 hafta içerisinde tamamlanmıştır.

### **3.5. Verileri Toplama Araçları**

Bu araştırmada katılımcılar hakkında bazı demografik bilgilerin sorulduğu Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doymu Ölçeği, Eysenck Kişilik Envanteri ve Yakın İlişkiler Yaşantılar Ölçeği (YİYE) kullanılmıştır.

#### **3.5.1. Kişisel Bilgiler Formu**

Araştırmacı tarafından tek bir formdan oluşturulan katılımcıların romantik ilişki durumu, yaş, cinsiyet, eğitim durumu ve maddi gelir düzeyleri konularında bilgi almak için hazırlanmış olan veri formudur.

#### **3.5.2. Yaşam Doymu Ölçeği**

Diener ve Diğerleri (1985), tarafından geliştirilmiş olan Yaşam Doymu Ölçeğini (The Satisfaction With Life Scale) Türkçeye çeviren ve uyarlayan Köker (1991) olmuştur. Ölçeğin güvenirlik analizleri sonuçları; test-tekrar test güvenirliği  $r=.85$ , madde-test korelasyonları  $.71$  ile  $.80$  arasında hesaplanmıştır.<sup>135</sup>

<sup>135</sup> Sürreya Köker, *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doymu Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Ankara Üniversitesi, Ankara, 1991. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi)

### 3.5.3. Eysenck Kişilik Envanteri

Francis ve diğerleri (1992) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, Karancı ve diğerleri (2007) tarafından Türkçe olarak uyarlanmıştır. Ölçekte evet ve hayır cevaplarının verilebileceği 24 madde yer almaktadır. Ölçekte dört boyut yer almaktadır. Bunlar; dışa dönüklük, yalan, nörotizm ve psikotizmdir. Karancı ve diğerleri (2007) ölçeğin faktörlerine ilişkin güvenilirlik analizlerinde dışa dönüklük için 0,78, yalan için 0,65, nörotizm için 0,42 ve psikotizm için 0,64 olarak bulmuştur.

### 3.5.4. Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanteri

Brennan ve diğerlerinin (1998) geliştirmiş olduğu YİYE- I., yakın ilişkilerde bağlanma sonucu oluşan kaygıyı ve başkalarından kaçınmayı ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek her iki boyuttan (kaygı ve kaçınmacı boyutları) 18'er madde içermekte olup toplamda 36 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar her bir maddenin kendilerini ne oranda tanımladığını yedili likert tipi puanlama üzerinden değerlendirmektedirler. Sümer (2006) tarafından ölçeğin faktör yapısı incelenmiş olup "kaygı ve kaçınma" olmak üzere iki alt boyutu elde edilmiştir. Her iki boyutunda yüksek düzeyde güvenilirlik katsayısına sahip olduğu görülmüştür. Güvenirlik katsayıları kaygı için .86 ve kaçınma için .90 olmaktadır.<sup>136</sup>

## 3.6. VERİLERİN ANALİZİ

### 3.6.1. İstatistiksel Değerlendirme

Bu çalışmada, elde edilen verilerin analizi yapılırken, veriler bilgisayara sayısal ifade olarak girilmiş ve bu veriler Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (Statistical Program for Social Sciences-SPSS 25.0) kullanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır. Analizlere başlamadan önce veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. Araştırma değişkenlerinin örneklem grubunda normallik dağılımının analizi için yapılan Basıklık-Çarpıklık değerleri kontrolünde bütün ölçeklerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Bütün ölçekler ve alt ölçeklerde değerler -2, +2 arasında olduğundan kaynaklı normal dağılımı göstermektedir.<sup>137</sup> Uygulanan analizinde %95 güvenilirlik düzeyi esas alınmıştır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında parametrik iki grup arasındaki farkı analiz etmek için iki bağımsız değişken testi olan T-Testi kullanılmıştır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında parametrik çoklu grup arasındaki farkı analiz etmek için ANOVA testi kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile test

<sup>136</sup> *Türk Psikoloji Yazıları*, 2010, 13(26), s.64-76.

<sup>137</sup> George, D. ve Mallery, M., *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.)*, 2010, Boston.

edilmiştir. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkene etkisini görmek Çoklu Doğrusal Regresyon kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık için  $p < 0,05$  olarak alındı. Cohen'in Korelasyon gücünün referans değerleri;

0.10 - 0.29 Zayıf

0.30 - 0.49 Orta

0.50 - 1.00 Yüksek

### **3.7. Bulgular**

Bu bölümde araştırma kapsamında kullanılan ölçekler ile toplanan verilerden elde edilen puanların çıkarımsal ve betimsel olarak değerlendirilmesi sonucunda ortaya çıkan bulgular sunulmuştur.

**Tablo 1.** Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

		f	%
<b>Yaş</b>	18-24	191	47,8
	25-30	109	27,3
	31-35	41	10,3
	35 ve üzeri	56	14,0
	Toplam	397	99,3
<b>Kayıp</b>		3	0,8
<b>Toplam</b>		400	100,0
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	281	70,3
	Erkek	119	29,8
	Toplam	400	100,0
<b>Romantik İlişkiniz Var Mı?</b>	Evet	235	58,8
	Hayır	165	41,3
	Toplam	400	100,0
<b>Eğitim Düzeyi</b>	İlkokul	4	1,0
	Lise	35	8,8
	Lisans	259	64,8
	Yüksek Lisans	97	24,3
	Toplam	395	98,8
	<b>Kayıp</b>		5
<b>Toplam</b>		400	100,0
<b>Maddi Gelir</b>	1000-2500	156	39,0
	2500-5000	149	37,3
	5000 ve üzeri	94	23,5
	Toplam	399	99,8
	<b>Kayıp</b>		1
<b>Toplam</b>		400	100,0

Tabloda görüldüğü üzere, örneklem grubunun %47.8'i 18-24 yaş arası, %27.3'ü 25-30 yaş arası, %10.3'ü 31-35 yaş arası, 14.0'ı 35 ve üzeri, %70.3'ü kadın, %29.8'i erkek, %58.8'inin romantik ilişkisi var, %41.3'ü romantik ilişkisi yok, %1.0'i ilköğretim mezunu, %8.8'i lise mezunu, %64.8'i lisans mezunu, %24.3'ü yüksek lisans mezunu, %39.0'ı 1000-2500 TL arası geliri var, %37.3'ü 2500-5000 TL arası geliri var, %23.5'i 5000 ve üzeri arası geliri vardır.

**Tablo 2 . Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutları Betimsel İstatistikleri**

	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Eysenck Kişilik Envanteri</b>	377	12,82	2,92
<b>Dışadönüklük</b>	377	4,24	1,88
<b>Yalan</b>	377	3,26	1,78
<b>Nörotisizm</b>	377	3,47	1,80
<b>Psikositizm</b>	377	1,84	1,17

Tabloda görüldüğü üzere, Eysenck Kişilik Envanteri ortalaması 12,82(ss=2,92), Dışa Dönüklük ortalaması 4,24(ss=1,88), Yalan ortalaması 3,26(ss=1,78), Nörotisizm ortalaması 3,47(ss=1,80), Psikositizm ortalaması 1,84(ss=1,17)dür.

**Tablo 3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutları Betimsel İstatistikleri**

	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği</b>	342	111,78	25,65
<b>Kaygı</b>	342	59,20	18,22
<b>Kaçınma</b>	342	52,58	17,29

Tabloda görüldüğü üzere, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ortalaması 111,78(ss=25,65), Kaygı ortalaması 58,20(ss=18,22) Kaçınma ortalaması 52,58(ss=17,29)dir.

**Tablo 4.** Yaşam Doyumu Ölçeği Betimsel İstatistikleri

	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>	384	15,27	3,75

Tabloda görüldüğü üzere, Yaşam Doyumu Ölçeği ortalaması 15,27(ss=3,75)dir.

**Tablo 5.** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutu Puanlarıyla Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>
<b>Kaygı</b>	<b>r</b>	-0,086
	<b>p</b>	0,113
	<b>N</b>	342
<b>Kaçınma</b>	<b>r</b>	-,216**
	<b>p</b>	0,000
	<b>N</b>	342
<b>Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği</b>	<b>r</b>	-,206**
	<b>p</b>	0,000
	<b>N</b>	342

Tabloda görüldüğü üzere Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutları Yaşam Doyum Ölçeği arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;



Kaçınma Alt Boyutu toplam puanı ile Yaşam Doyum Ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-,216$   $p<.01$ ).

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği toplam puanı ile Yaşam Doyum Ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-,206$   $p<.01$ ).

**Tablo 6.** Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutu Puanlarıyla Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>
<b>Eysenck Kişilik Envanteri</b>	<b>r</b>	-0,088
	<b>p</b>	0,087
	<b>N</b>	377
<b>Dışa Dönüklük</b>	<b>r</b>	,114*
	<b>p</b>	0,027
	<b>N</b>	377
<b>Yalan</b>	<b>r</b>	,147**
	<b>p</b>	0,004
	<b>N</b>	377
<b>Nörotisizm</b>	<b>r</b>	-,362**
	<b>p</b>	0,000
	<b>N</b>	377
<b>Psikositizm</b>	<b>r</b>	-0,069
	<b>p</b>	0,181
	<b>N</b>	377

Tabloda görüldüğü üzere Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutları Yaşam Doyum Ölçeği arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Dışa Dönüklük Alt Boyutu toplam puanı ile Yaşam Doyum Ölçeği puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=,114$   $p<.05$ ).

Yalan Alt Boyutu toplam puanı ile Yaşam Doyum Ölçeği puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=,147$   $p<.01$ ).

Nörotizm Alt Boyutu toplam puanı ile Yaşam Doyum Ölçeği puanı arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=,362$   $p<.01$ ).

**Tablo 7.** Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutu Puanlarıyla Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		<b>Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği</b>	<b>Kaygı</b>	<b>Kaçınma</b>
<b>Eysenck Kişilik Envanteri</b>	<b>r</b>	0,035	0,021	0,029
	<b>p</b>	0,523	0,698	0,591
	<b>N</b>	342	342	342
<b>Dışa Dönüklük</b>	<b>r</b>	-,152**	-0,055	-,168**
	<b>p</b>	0,005	0,309	0,002
	<b>N</b>	342	342	342
<b>Yalan</b>	<b>r</b>	-,159**	-,225**	0,002
	<b>p</b>	0,003	0,000	0,975
	<b>N</b>	342	342	342
<b>Nörotisizm</b>	<b>r</b>	,382**	,355**	,193**
	<b>p</b>	0,000	0,000	0,000
	<b>N</b>	342	342	342
<b>Psikositizm</b>	<b>r</b>	-0,018	-0,066	0,044
	<b>p</b>	0,746	0,221	0,418
	<b>N</b>	342	342	342

Tabloda görüldüğü üzere Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutları ile Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda;

Dışa Dönüklük Alt Boyutu toplam puanı ile Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-,152$   $p<.01$ ).

Dışa Dönüklük Alt Boyutu toplam puanı ile Kaçınma Alt Boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-,168$   $p<.01$ ).

Yalan Alt Boyutu toplam puanı ile Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-,159$   $p<.01$ ).

Yalan Alt Boyutu toplam puanı ile Kaygı Alt Boyutu puanı arasında negatif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-,225$   $p<.01$ ).

Nörotisizm Alt Boyutu toplam puanı ile Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=,382$   $p<.01$ ).

Nörotisizm Alt Boyutu toplam puanı ile Kaygı Alt Boyutu puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=,355$   $p<.01$ ).

Nörotisizm Alt Boyutu toplam puanı ile Kaçınma Alt Boyutu puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=,193$   $p<.01$ ).

**Tablo 8.** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Puanlarının Yaşam Doyumunu Ölçeği Puanlarına Etkisi

	<b>B</b>	<b>Standart Hata</b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R2</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>(Sabit)</b>	18,501	0,859		21,538	0,000	0,052	9,391	0.000
<b>Kaygı</b>	-0,015	0,011	-	-1,449	0,148			
<b>Kaçınma</b>	-0,045	0,011	-	-4,019	0,000			

Tabloda görüldüğü üzere Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Alt Boyutları yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. ( $R^2=.052$ ,  $p<.01$ ). Adı geçen değişkenler birlikte yaşam doyumundaki toplam varyansın yaklaşık %5'ini açıklamaktadır. Beta katsayısına göre etki gücünün Kaçınma, Kaygı şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde ise Kaçınma travma yaşam doyumunu için anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Diğer değişkenin önemli bir etkisi yoktur.

**Tablo 9.** Eysenck Kişilik Envanteri Puanlarının Yaşam Doymu Ölçeği Puanlarına Etkisi

	<b>B</b>	<b>Standart Hata</b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R2</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>(Sabit)</b>	16,98 2	0,801		21,21 3	0,00 0	0,14 6	15,9 4	0.00 0
<b>Dışadönü klük</b>	0,121	0,097	0,062	1,246	0,21 4			
<b>Yalan</b>	0,164	0,104	0,079	1,576	0,11 6			
<b>Nörotisizm</b>	-0,698	0,102	-0,339	-6,850	0,000			
<b>Psikotizm</b>	-0,219	0,158	-0,069	-1,386	0,167			

Tabloda görüldüğü üzere Eysenck Karakter Envanterinin Alt Boyutları yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ( $R^2=.146$ ,  $p<.0.01$ ). Adı geçen değişkenler birlikte yaşam doyumdaki toplam varyansın yaklaşık %15'ini açıklamaktadır. Beta katsayısına göre etki gücünün sırası Nörotisizm, Yalan, Psikotizm, Dışa Dönüklük şeklindedir Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde ise Nörotisizm yaşam doymu için anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Diğer değişkenlerin önemli bir etkisi yoktur.

**Tablo 10.** Örneklemin Romantik İlişki Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p	
<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>	Evet	225	15,86	3,67	3,728	382	0,000
	Hayır	159	14,43	3,71			

Tablodan da anlaşılacağı üzere; örneklem grubunun Yaşam Doyum Ölçeğinden almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi analizinden romantik ilişkisi olan grubun puanları romantik ilişkisi olmayan grubun puanlarıyla daha fazla olduğundan dolayı istatistiksel açıdan  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmüştür.

**Tablo 11.** Örneklemin Romantik İlişki Değişkenine Göre Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p	
<b>Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği</b>	Evet	201	106,48	25,24	4,704	340	0,000
	Hayır	141	119,34	24,38			
<b>Kaygı</b>	Evet	201	59,26	18,39	0,072	340	0,942
	Hayır	141	59,11	18,05			
<b>Kaçınma</b>	Evet	201	47,22	15,76	7,365	340	0,000
	Hayır	141	60,23	16,52			

Tablodan da anlaşılacağı üzere; örneklem grubunun Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeğinden almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi analizinden romantik ilişkisi olmayan grubun puanları romantik ilişkisi olan gruptan daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel açıdan  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Kaygı Alt Boyutundan almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablodan da anlaşılacağı üzere; örneklem grubunun Kaçınma Alt Boyutundan almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi analizinden romantik ilişkisi olmayan grubun puanları romantik ilişkisi olan gruptan daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel açıdan  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmüştür.

**Tablo 12.** Örneklemin Romantik İlişki Değişkenine Göre Eysenck Kişilik Envanteri ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları

		N	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
<b>Eysenck Kişilik Envanteri</b>	Evet	219	12,70	2,76	0,927	375	0,354
	Hayır	158	12,98	3,12			
<b>Dışa Dönüklük</b>	Evet	219	4,40	1,80	1,903	375	0,058
	Hayır	158	4,03	1,96			
<b>Yalan</b>	Evet	219	3,21	1,76	0,735	375	0,463
	Hayır	158	3,34	1,80			
<b>Nörotisizm</b>	Evet	219	3,44	1,79	0,429	375	0,668
	Hayır	158	3,52	1,82			
<b>Psikositizm</b>	Evet	219	1,66	1,14	3,655	375	0,000
	Hayır	158	2,09	1,16			

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Eysenck Kişilik Envanteri almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Dışa Dönüklük Alt Boyutundan almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi

sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Yalan Alt Boyutundan almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Nörotizm Alt Boyutundan almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablodan da anlaşılacağı üzere; örneklem grubunun Psikositizm Alt Boyutundan almış oldukları puanların, romantik ilişki değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi analizinden romantik ilişkisi olmayan grubun puanları romantik ilişkisi olan gruptan daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel açıdan  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmüştür.

**Tablo 13.** Romantik İlişkisi Olan Örneklem Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları

		N	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>	Kadın	168	15,98	3,76	0,872	223	0,384
	Erkek	57	15,49	3,39			

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Yaşam Doyum Ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir



farklılık görülmemiştir. Bu sonuca göre romantik ilişkisi olanların yaşam doyumları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

**Tablo 14.** Romantik İlişkisi Olan Örneklemnin Yaş Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.		K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>18-24</b>	107	15,48	3,32	G.Arası	64,655	3	21,552	1,625	0,185
<b>25-30</b>	62	15,81	4,18	G.İçi	2918,327	220	13,265		
<b>31-35</b>	24	16,46	3,22	Toplam	2982,982	223			
<b>35 ve üzeri</b>	31	17,00	3,87						
<b>Toplam</b>	224	15,88	3,66						

Tablodan anlaşılacağı gibi Yaşam Doyum Ölçeği sıralamalar ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Bu sonuca göre romantik ilişkisi olanların yaşam doyumları yaşa göre farklılaşmamaktadır.

**Tablo 15.** Romantik İlişkisi Olan Örneklemnin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.		K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>İlkokul</b>	3	15,33	5,03	G.Arası	2,928	3	0,976	0,072	0,975
<b>Lise</b>	22	15,59	3,72	G.İçi	3014,521	221	13,640		
<b>Lisans</b>	140	15,87	3,43	Toplam	3017,449	224			
<b>Yüksek Lisans</b>	60	15,95	4,19						
<b>Total</b>	225	15,86	3,67						

Tablodan anlaşılacağı gibi Yaşam Doyum Ölçeği sıralamalar ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (  $p>0.05$ ). Bu sonuca göre romantik ilişkisi olanların yaşam doyumları eğitim durumuna göre farklılaşmamaktadır.

**Tablo 16.** Romantik İlişkisi Olan Örneklemin Maddi Durum Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.		K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>1000-2500</b>	88	14,61	3,21	G.Arası	371,447	2	185,723	15,582	0,000
<b>2500-5000</b>	77	15,74	3,91	G.İçi	2646,002	222	11,919		
<b>5000 ve üzeri</b>	60	17,83	3,16	Toplam	3017,449	224			
<b>Total</b>	225	15,86	3,67						

Örneklem grubun maddi durum değişkenine göre Yaşam Doyum Ölçeğinde anlamlı farklılık bulunmaktadır ( $F=15.582$ ,  $p<.05$ ).Post Hocçoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle Levene's testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olduğu saptanmıştır ( $p=.103$ ). Yapılan Scheffe testi sonucunda 5000 ve üzeri geliri olan grup ile 2500-5000 geliri olan grup arasında 5000 ve üzeri geliri olan grubun daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur( $p<.05$ ). 5000 ve üzeri geliri olan grup ile 1000-2500 geliri olan grup arasında 5000 ve üzeri geliri olan grubun daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur( $p<.05$ ). 2500-5000 geliri olan grup ile 1000-2500 geliri olan grup arasında 2500-5000 geliri olan grubun daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur( $p<.05$ ).

**Tablo 17.** Romantik İlişkisi Olmayan Örneklem Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Bağımsız Grup t testi Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
<b>Yaşam Doyum Ölçeği</b>	Kadın 101	14,68	3,79	1,119	157	0,265
	Erkek 58	14,00	3,56			

Tablodan da anlaşılacağı üzere, örneklem grubunun Yaşam Doyum Ölçeğinden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonucundan, gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p>0,05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu sonuca göre romantik ilişkisi olanların yaşam doyumları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

**Tablo 18.** Romantik İlişkisi Olmayan Örneklem Yaş Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>18-24</b>	75	14,27	3,87	G.Arası 4,208	3	1,403	0,100	0,960
<b>25-30</b>	43	14,51	3,75	G.İçi 2147,703	153	14,037		
<b>31-35</b>	15	14,33	4,13	Toplam 2151,911	156			
<b>35 ve üzeri</b>	24	14,71	3,01					
<b>Total</b>	157	14,41	3,71					

Tablodan anlaşılacağı gibi Yaşam Doyum Ölçeği sıralamalar ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Bu sonuca göre romantik ilişkisi olanların yaşam doyumları yaşa göre farklılaşmamaktadır.

**Tablo 19.** Romantik İlişkisi Olmayan Örneklemin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.		K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Lise</b>	11	13,00	3,49	G.Arası	39,851	2	19,925	1,551	0,215
<b>Lisans</b>	108	14,24	3,70	G.İçi	1926,476	150	12,843		
<b>Yüksek Lisans</b>	34	15,09	3,20	Toplam	1966,327	152			
<b>Total</b>	153	14,34	3,60						

Tablodan anlaşılacağı gibi Yaşam Doyum Ölçeği sıralamalar ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (  $p>0.05$ ). Bu sonuca göre romantik ilişkisi olanların yaşam doyumları eğitim durumuna göre farklılaşmamaktadır.

**Tablo 20.** Romantik İlişkisi Olmayan Örneklemin Maddi Durum Değişkenine Göre Yaşam Doyum Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss.		K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>1000-2500</b>	88	14,61	3,21	G.Arası	371,447	2	185,723	15,582	0,000
<b>2500-5000</b>	77	15,74	3,91	G.İçi	2646,002	222	11,919		
<b>5000 ve üzeri</b>	60	17,83	3,16	Toplam	3017,449	224			
<b>Total</b>	225	15,86	3,67						

Örneklem grubun maddi durum değişkenine göre Yaşam Doyum Ölçeğinde anlamlı farklılık bulunmaktadır ( $F=4.736$ ,  $p<.05$ ). Post Hoc çoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle Levene's testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olduğu saptanmıştır ( $p=.339$ ). Yapılan Scheffe testi sonucunda 5000 ve üzeri geliri olan grup ile 2500-5000 geliri olan grup arasında 5000 ve üzeri geliri olan grubun daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p<.05$ ). 5000 ve üzeri geliri olan grup ile 1000-2500 geliri olan grup arasında 5000 ve üzeri geliri olan grubun daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın amacı romantik ilişki, bağlanma, kişilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin anlamlılığının incelenmesidir. Bu bölümde elde edilen sonuçlar ile literatürde geçen çalışmaların bulguları karşılaştırmalı olarak incelenmiştir.

Araştırma bulgularına göre romantik ilişki durumu, bağlanma, kişilik ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Araştırmada romantik ilişki durumu ile yaşam doyumu düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre romantik ilişkisi olan yetişkinlerin yaşam doyumu, romantik ilişkisi olmayan yetişkinlere göre daha fazla olmaktadır. Kişinin romantik bir birlikteliği ya da evli olması mutlu olma olasılığını ve yaşam doyumu seviyesini arttırmaktadır. Bunun sebebi olarak insanın sosyal bir varlık olmasını ve partneri aracılığıyla kurduğu sosyal ağlar sayesinde daha mutlu ve güvende hissetmesi gösterilebilir. Bu görüşü destekleyen çalışmalar Peiro (2006), Diener ve diğerleri (1999) tarafından yapılmıştır. Yapmış oldukları çalışmalara göre evli bireyleri yaşamdan duydukları memnuniyet bekâr bireylere göre daha fazla olmaktadır. Yine evli bireyler boşanmış, dul olan ya da hiç evlenmemiş bireylere göre daha mutlu ve yaşam doyumları daha yüksektir.<sup>138</sup> Tenaglia (2007)'nin yapmış olduğu bir çalışmada da evliliğin kişilerin mutlulukları üzerinde pozitif bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.<sup>139</sup> Romantik ilişkileri kapsayan evlilik ile ilgili yapılmış olan bir araştırmada evlilik uyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre evlilik uyumu ve romantik ilişki arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.<sup>140</sup>

Bu araştırmada Eysenck Kişilik Envanteri'nin alt boyutları olan; "Dışadönüklük", "Yalan" ve "Nörotisizm" ile romantik ilişki değişkeni arasında gruplar açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. "Psikotisizm" alt boyutu ve romantik ilişki değişkeni arasında ise anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre romantik ilişkisi olmayan kişilerin psikotisizm kişilik özellikleri romantik ilişkisi olan kişilere göre daha fazladır. Bu sonuca göre psikotizm özelliklere sahip olan kişilerin romantik birliktelikler kurmakta başarısız olduğunu ya da yakın ilişkiler kurmaktan kaçındıklarını söyleyebiliriz. Romantik birliktelikler kurabilmek için bireylerde uyumluluk ve yumuşak başlılık gibi kişilik özelliklerinin olması gerektiği

<sup>138</sup> Amado Peiro, Happiness, Satisfaction and Socio-economic Conditions: Some International Evidence, , *The Journal of Economics*, 35(2), s.348-365.

<sup>139</sup> Simone Tenaglia, *Testing Theories on Happiness: A Questionnaire*, University of Tor Vergata, Roma, 2007, s.1-44.

<sup>140</sup> *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 2012 13(1), s.223-238.

düşünülmektedir. Graziano ve arkadaşlarının yapmış oldukları bir çalışma bu düşünceyi doğrular niteliktedir. Bu araştırmaya göre uyumlu ve yumuşak başlı bireyler ilişkilerinde pozitif yönde romantizm aramakta ve partnerlerine güven duymak istemektedirler.<sup>141</sup>

Bu araştırmada romantik ilişkilerde bağlanma örüntülerini değerlendirebilmek adına “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri” kullanılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde romantik ilişkisi olmayan grubun YİYE puanları romantik ilişkisi olan gruptan daha fazla çıkmıştır. YİYE'nin alt boyutu olan “kaygı” puanı romantik ilişki değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Bir diğer alt boyut olan “kaçınma” ise romantik ilişki değişkenine göre farklılaşmakta olup romantik ilişkisi olmayan bireylerin kaçınma puanları romantik ilişkisi olan bireylerden daha fazla çıkmıştır. Meyers (1998)'ın yapmış olduğu bir çalışmada kaçınan ve kaygılı bağlanma tarzlarına sahip olan bireylerin güvenli bağlanma tarzı olan kişilere göre kişisel yetkinliklerinin ve benlik saygılarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca kaçınan ve kaygılı bağlanma tarzına sahip olan bireylerin kendini suçlama gibi uyumsuz savunma mekanizmalarına sahip oldukları saptanmıştır.<sup>142</sup> Yapılan bu araştırmanın sonucuna göre kaçınmacı tavır sergilemenin bireyin yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyebilecek olduğu öngörülmektedir. Buna göre bu olumsuz etki bireyin tüm yaşamına ve yakın ilişkilerine yansımaktadır. Böylelikle yakın ilişkilerde kaçınmacı tavır sergileyen kişilerin romantik birliktelikler içerisinde olmadıkları ya da yakın ilişkiler kurmakta güçlük çektikleri söylenebilmektedir.

Bu araştırmada romantik ilişki içerisinde olan kişilerin yaşam doyumları cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve maddi gelir düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olan yetişkinlerin yaşam doyumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olan yetişkinlerin yaşam doyumlarının yaşa göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olan yetişkinlerin yaşam doyumlarının eğitim durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

---

<sup>141</sup> William G. Graziano vd., Perceiving Interpersonal Conflict and Reacting to It: The Case for Agreeableness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70(4), s.820-835.

<sup>142</sup> Steven A. Meyers, Personality correlates of adult attachment style. *The Journal of Social Psychology*, 1998, 138(3), s.407-409.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olan yetişkinlerin yaşam doyumlarının maddi gelir düzeyine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Sonuçları incelediğimizde; 5000 ve üzeri geliri olan grubun yaşam doyumu puanları 2500-5000 geliri olan ve 2500-1000 geliri olan grubun yaşam doyumu puanından daha fazla çıkmıştır. Diğer bir sonuç ise 2500-5000 geliri olan grubun yaşam doyumu puanları 1000-2500 geliri olan grubun yaşam doyumu puanlarından daha fazla çıkmaktadır. Bu sonuçlara göre romantik ilişki içerisinde olan kişilerin maddi gelir düzeyi arttıkça yaşam doyumlarının da artacağı yorumunu yapabiliriz.

Bu araştırmada romantik ilişki içerisinde olmayan kişilerin yaşam doyumları cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve maddi gelir düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olmayan yetişkinlerin yaşam doyumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olmayan yetişkinlerin yaşam doyumlarının yaşa göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olmayan yetişkinlerin yaşam doyumlarının eğitim durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda romantik ilişki içerisinde olmayan yetişkinlerin yaşam doyumlarının maddi gelir düzeyine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Sonuçları incelediğimizde 5000 ve üzeri maddi geliri olan grubun yaşam doyumu puanları 2500-5000 ve 2500-1000 arası maddi geliri olan grubun yaşam doyumu puanlarından daha fazla olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre romantik ilişki içerisinde olmayan kişilerin maddi gelir düzeyi arttıkça yaşam doyumlarının da artacağı yorumunu yapabiliriz.

Araştırma sonuçlarına göre hem romantik ilişkisi olan hem de romantik ilişkisi olmayan kişilerin yaşam doyum düzeylerini maddi gelirin etkilemiş olduğunu görmekteyiz. Gelir memnuniyetinde ki artış kişinin mutlu olma olasılığını ve böylelikle yüksek bir yaşam doyumuna sahip olmasını arttırmaktadır. Bireylerin maddi gelirlerinden duydukları memnuniyet, hedeflerine ulaşabilmekle ilişkili olduğundan yaşam doyumları ve mutlulukları üzerinde önemli etki yaratmaktadır.



## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın sonucuna göre romantik ilişkisi olan yetişkinlerin yaşam doyum düzeyleri romantik ilişkisi olmayan bireylere göre daha fazla çıkmıştır. Bu sonuca göre yetişkinlerin hayatlarını paylaşabileceği bir eşe sahip olmaları kendilerini daha fazla mutlu hissetmelerine ve yaşamlarından daha keyif alabileceklerine sebep olmaktadır. Bireyler romantik birliktelik kurdukları kişiler ile duygusal bir bağ kurmakta, cinsel ihtiyaçlarını gidermekte ve sosyal aktivitelerde bulunmakta olduklarından ruhsal ve psikolojik olarak iyilik haline ulaşabilmektedirler. Buna göre yetişkin bireylere daha sağlıklı bir psikoloji ve yüksek yaşam doyumuna sahip olabilmeleri adına romantik birlikteliklere yönelebilecekleri önerilebilir.

Çalışma sonuçlarına göre psikotizm kişilik özelliğinin romantik ilişkiler üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmektedir. Buna göre romantik ilişkisi olmayan bireylerde psikotizm kişilik özellikleri romantik ilişkisi olan bireylere göre daha fazla olmaktadır. Sonuçlar psikotizm kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin romantik ilişkiler kurmada başarısız olduklarını ya da romantik ilişkiler kurmaktan kaçınmakta olduklarını düşündürmektedir. Psikotizm kişilik özelliklerini incelediğimizde bireylerde saldırganlık, mesafeli davranma, antisosyal davranışlar ve diğer insanlara karşı duyarsız davranma gibi durumların olduğu belirtilmektedir.<sup>143</sup> Romantik birliktelikler ve yakın ilişkiler kurabilmek için duygusal olarak açık olma, uyumlu, duyarlı ve kendine güvenen bir birey olabilmenin önemli olduğu düşünülmektedir. Tüm bu sonuçlara göre romantik birliktelikler kurabilen bireylerin kişilik tipleriyle psikotizm kişilik tipinin örtüşmediği görülmektedir. Psikotizm kişilik tipine sahip bireylerin yakın ilişkiler kurmalarına engel olan özelliklerini iyileştirebilmeleri adına uygun psikoterapi yöntemlerine yönelmeleri önerilmektedir.

Çalışmada romantik ilişkisi olmayan bireylerin yakın ilişkilerdeki bağlanma örüntüleri ölçülmüştür. Sonuçlara göre romantik ilişkisi olmayan bireyler yakın ilişkilere karşı kaçınmacı bir tavır göstermektedir. Kaçınmacı tavır gösteren kişiler duygularını diğer insanlara açmakta zorlanmakta ve karşı tarafa güven duygusu besleyememektedir. Romantik ilişkisi olmayan kişilerin kaçınmacı tavır göstermiş olduklarından romantik birliktelikleri olmadığı ya da bu yakın ilişkiyi kuramadıkları düşünülmektedir. Romantik ilişkiler kurabilmeleri için kaçınmacı tavır sergileyen kişilerin yakın ilişkilerle ilgili olumsuz inançlarının değişmesi gerektiği düşünülmektedir. Kaçınmacı tavır sergileyen ve romantik birliktelikleri olmayan

---

<sup>143</sup>Hans Jürgen Eysenck ve Sybil Bianca Eysenck, *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire (adult and junior)*, Hodder & Stoughton, London, 1975.

bireylerin yakın ilişkiler kurabilmeleri için uygun psikoterapi yöntemleri ve daha çok sosyalleşmeleri önerilebilir.

Çalışmanın bu sonuçlarını genel olarak incelediğimizde; romantik ilişkiye sahip olmanın yaşam doyumu üzerinde olumlu bir etkisinin olduğu, psikotizm kişilik özelliklerine sahip olan ve yakın ilişkilerde kaçınmacı tavır sergileyen kişilerin romantik birliktelikleri olmadığı görülmüştür. Romantik ilişkinin yaşam doyumu üzerindeki olumlu etkisi de düşünülerek bireylerin yaşamlarından daha keyif alabilmeleri adına yakın ilişkilere yönelmeleri, kişilik özelliklerini ve yakın ilişkilerle ilgili inançlarını gözden geçirmeleri önerilmektedir.

Çalışma sonucunda romantik ilişki ve yaşam doyumu üzerinde maddi gelir düzeyinin önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. Buna göre her iki grupta da maddi gelir düzeyinin fazla olması yaşam doyum düzeylerinin artmasına sebebiyet vermektedir. Bireylerin ihtiyaçlarına ve isteklerine kolaylıkla ulaşabilmesinde ve sosyal statülerinin artmasında maddi gücün önemli bir rolü olması yaşam doyumu ile olan ilişkisinde de etkili olduğu düşünülmektedir. Bireylerin arzulamış oldukları maddi gelir düzeyi için iyi bir mesleğe sahip olmaları ve aynı zamanda da sevdikleri bir işi yapmaları gerektiği düşünülmektedir. Bunun gerçekleşmesi içinde kişilerin mesleklerini seçerken özenli olmaları, kendilerine en uygun olan ve yeteneklerini en iyi şekilde sergileyebilecekleri alanlara yönelmeleri gerektiği önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

### KİTAPLAR

- ARONSON Eliot, Toplumsal Hayvan, Us Yayınları, İzmir, 1995.
- BERSCHEİD Ellen S. & HARTFIELD-WALSTER Elaine, Interpersonal Attraction, Random House, New York, 1978.
- BİROL Leman, Hemşirelikle İlgili Kavramlar; Hemşirelik Süreci, Etki Matbaacılık, İzmir, 1989.
- BOWEN Murray, Family Therapy in Clinical Practise, Jason Aronson, New York, 1978.
- BURGER Jerry M., Kişilik, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2006.
- BÜYÜKÖZTÜRK Şener, ÇAKMAK Ebru Kılıç, Özcan Erkan AKGÜN, Şirin Karadeniz ve Funda Demirel, Bilimsel araştırma yöntemleri, Pegem A Yayıncılık, Ankara, 2017.
- CÜCELOĞLU Doğan, İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1992.
- DARWİN Charles, The expression of emotion in man and animals, Appleton, New York, 1910.
- ERNEST Becker, The Denial of Death, Free Press, New York, 1973.
- FEİST Johannes ve FEİST Gregory, Theories of Personality, The McGrawHill Companies, USA, 2008.
- FREUD Sigmund, Narsisizm Üzerine ve Schreber Vakası, Metis Yayınları, İstanbul, 1998.
- JUNG Carl Gustave, Development of Personality , Pinhan Yayıncılık, İstanbul, 2015.
- KARASAR Niyazi, Bilimsel Araştırma Yöntemi, Nobel Yayınları, Ankara, 2016.
- LUMPERT Ada, The Evolutin of Love, Prager, Westport-Connecticut, 1997.
- MASLOW Abraham, Motivation and Personality, Harper, New York, 1970.
- MORRİS Charles G., Psikolojiyi Anlamak, Türk Psikologlar Derneği, Ankara, 2013.
- MURSTEIN Bernard I., Who will marry whom?, Springer, New York, 1976.
- ONARAN Özlem, Çalışma Yaşamında Güdülenme Kuramları, Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları, Ankara, 1993.
- ONUR Bekir, Gelişim Psikolojisi, Yetişkinlik Yaşlılık Ölüm, İmge Kitabevi Yayınları, Ankara, 1997.
- ÖZTÜRK Orhan & ULUŞAHİN Aylin, Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitapevi, 2014.

PİNES Ayala Malakh, Aşık Olmak: Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz?, İletişim Yayıncılık, İstanbul, 2010.

ROBBINS Stephen P.,& JUDGE Timothy A., Örgütsel Davranış, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2012.

SCHMİD Wilhelm, Aşk, İletişim Yayınları, İstanbul, 2017.

SCHULDZ Sydney Ellen & SCHULTZ Duane P.,Modern Psikoloji Tarihi, Kaktüs yayınları, İstanbul, 2007.

STERNBERG Robert J., Cupid's Arrow: The Course of Love Through Time, Cambridge University Press, UK, 1999.

ŞİMŞEK Ali, & EROĞLU Ömer, Davranış Bilimleri, Eğitim Kitabevi, Bursa, 2013.

TELMAN Nursel, ÜNSAL Pınar, ADANALI Anıl, Endüstri Psikolojisi, Çantay Kitabevi, İstanbul, 1998.

UKRAY Murat, Jung Psikolojisi, Yason Yayınları, Ankara, 2015.

VİNCENT Lucy, Neden Aşık Oluyoruz?, Aylak Kitap, İstanbul, 2012.

WİNCH Robert, Mate Selection: A Study of Complementary Needs, Harper and Row, New York,1958.

YAZGAN İNANÇ Banu, YERLİKAYA Esef Ercüment, Kişilik Kuramları, Pegem Akademi Yayınları, Ankara, 2014.

YETİM Ünsal, Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri, Bağlam Yayıncılık, İstanbul, 2001.

YOUNG Jeffrey E. ve KLOSKO Janet S., Hayatı Yeniden Keşfedin, Psikonet Yayınları, İstanbul, 2016.

YOUNG Jeffrey E., ESKHOL Rafaeli, BERNSTEIN David P., Şema Terapi, Psikonet Yayınları, İstanbul, 2016.

ZİV Aviv, Psychology:The science of understanding human beings, Am Oved,Tel Aviv,1993.

## **MAKALELER**

AKBABA Tuba Pala & EROL Demet , Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi, Uluslararası Dil, Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Güncel Yaklaşımlar Dergisi (CALESS), 2019, 1(1), 32-44.

ALPTEKİN Duygu, Toplumsal aidiyet ve gençlik: Üniversite gençliğinin aidiyeti üzerine sosyolojik bir araştırm, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011.

- ARNOLD Margery E. & THOMPSON Bruce, Love Style Perceptions in Relation to Personality Function, *Journal of Social Behavior & Personality*, 1995, 11 (3), 1-9.
- ARON Arthur, DUTTON Donal G., ARON Elaine & IVERSON A., Experiences of fallin love”,*Journal of Social and Personal Relationships*, 1989,6(1), 243-257.
- ATAK Hasan & TAŞTAN Nuray. Romantik İlişkiler ve Aşk, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2012, 4(4), 520-546.
- BARTHOLOMEW Kim & Horowitz Leonard , Attachment styles among young adults:A test of a four-category model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 61(1), 226-224.
- BOSSARD James H.S.,Residential propinquity as a factor in mate selection, *American Journal of Sociology*, 1932, :38(2), 219-224.
- BROWN Richard A., Romantic love and the spouse selection criteria of male and female Korean college students, *The Journal of Social Psychology*, 1994; 134(2), 183- 206.
- BÜYÜKŞAHİN Ayda, Lee'nin çok boyutlu aşk biçimleri, *Türk Psikoloji Bülteni*, 2004, (32), 118-120.
- BYRNE Donn, An overview (and underview) of research and theory within the attraction paradigm, *Journal of Social and Personal Relationships*, 1997, 14(3), 417-431.
- CASPI Avshalom & HARBENER Ellen S., Continuity and change:Assortive marriage and the consistency of personality in adulthood, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 58(2), 250-258.
- CHEUNG Hoi Yan & CHAN Alex WH., The Effect of Education on Life Satisfaction Across Countries, *The Alberta Journal of Educational Research*, 2009, 55(1), 124-136.
- CLARKE Alfred C., An examination of the operation of propinquity as a factor in mate selection, *American Sociological Review*, 1952,17(1), 17-22.
- ÇIRAKOĞLU Okan Cem, & TEZER Esin, Kontrol odağı ve eleştirel düşünmenin üniversite öğrencilerinin ilişki doyumsuzluklarına verdikleri tepkiler üzerindeki yordayıcı rolü, *Türk Psikoloji Yazıları*, 2010, 13(26), 29-41.
- DİENER Ed, Subjective Well-Being, *Psychological Buletin*, 1984, 95 (3), 542-575.
- DİETCH James, Love,sex-roles and psychological health”, *Journal of Personality Assessment*, 1978, 42(6), 626-634.
- DİON Karen K. & DİON Kenneth L., Personality,gender and the phenomenology of romantic love, *Türk Psikoloji Yazıları*, 2010, 13 (26), 64-76.

DİON Karen K. & DİON Kenneth L., Self-esteem and romantic love, *Journal of Personality*, 1975, 43(1), 39-57.

ED Diener., (1984), Subjective Well-Being, *Psychological Buletin*, 95 (3), 542-575.

ERDİNÇ İrem, BAL Fatih, FARAJI Haydeh, Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2018, 30, 185-197.

ERİKSON Erik H., Identity and the life cycle, *Psychological Issues*, 1959, 1(1),1-171.

EROL Murat & KABA İlker, Ergenlerin Yaşam Doyumunun İncelenmesi, *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 2018, 5(16), 52-63.

ERTÜRK Kazım Özkan & Kıyak Cüneyt Miray, Müşteri memnuniyetini artırma aracı olarak halkla ilişkilere Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi penceresinden bakmak, *Gazi Üniversitesi, İletişim Fakültesi*, Ankara, 2011, 127-151.

EYSENCK Hans Jürgen & EYSENCK Sybil Bianca, *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire (adult and junior)*, Hodder & Stoughton, London, 1975.

GEORGE Darren & MALLERY Paul., *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.), 2010, Boston.

GOODWIN Robin, Sex differences among partner preferences. Are the sexes really very similar?, *Sex Roles*, 1990, 23(9-10), 501-513.

GRAZIANO William G. et. al.,, Perceiving Interpersonal Conflict and Reacting to It: The Case for Agreeableness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70(4), 820-835.

GÜLLÜOĞLU IŞIK Özlem & KOÇAK Ömer Faruk, İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Selçuk İletişim Dergisi*, 2014, 8(3), 281-300.

HENDRICK Susan & HENDRICK Clyde, Gender Differences and Similarities in Sex and Love. *Personal Relationships*, 1995, 2(1), 55-65.

HOVARDAOĞLU Selim, BÜYÜKŞAHİN Ayda, Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Ask Biçimleri Kapsamında İncelenmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 2004, sayı 19, 59-72.

IZARD Carrol ,Personality similarity and friendship, *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 1960, sayı:61, 47.

JEFFREY E. Young ve KLOSKO Janet S., *Hayatı Yeniden Keşfedin*, Psikonet Yayınları, İstanbul, 2016, 26.

KACER GUİS Mary Ann & ADAMS Gerald R., Erikson's stage resolution: The relationship between identity and intimacy, *Journal of Youth and Adolescence*, 1980, 9(2), 117-126.

KOÇAK Ömer Faruk, Kişilerarası Çatışmalar ve Yaşam Doymu İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma, Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 2016, 9(43), 1956-1977.

KRUEGER Rober F. & CASPI Avshalom, Personality, arousal, and pleasure: A test of competing models of interpersonal attraction, Personality and Individual Differences, 1993, 14(1), 105-111.

LEE Richard M. & ROBBINS Steven B., The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem and social identity, Journal of Counseling Psychology, 1998, 45(3), 338-345.

LEVY Marc B. & DAVIS Keith E., Love styles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics, Journal of Social and Personal Relationships, 1988, 5(4), 439-472.

LOT, A.J., LOT, B.E., REED, T. & CROW, T., "Personality trait description of differently liked persons", Journal of Personality and Social Psychology, 1960, 16(2), 284-290.

MALOUFF John M., SCHUTTE Nicole S., THORSTEINSSON Einar B., Trait Emotional Intelligence And Romantic Relationship Satisfaction: A Meta-Analysis, The American Journal of Family Therapy, 2014, 42(1), 53-66.

MALOUFF John M., THORSTEINSSON Einar B., SCHUTTE Nicole S., BHULLAR Navjot, ROOKE Sally E., The Five-Factor Model Of Personality And Relationship Satisfaction Of Intimate Partners: A Meta-Analysis., Journal of Research in Personality, 2010, 44(1), 124-127.

MASLOW Abraham, A theory of human motivation. Psychological Review, 1943, 50(4): 370-396.

MEGGIOLARO Silvia & ONGARO Fausta, Life Satisfaction Among the Elderly in Italy in a Gender Approach .Working Paper Series, 2013, 6, 4- 23.

MEYERS Steven A., Personality correlates of adult attachment style. The Journal of Social Psychology, 1998, 138(3), 407-409.

MYERS David & DIENER Ed, Who is Happy, American Psychological Society, 6(1), 1-19.

NETO Felix, Love styles: A cross-cultural study of British, Indian and Portuguese college students, Journal of Comparative Family Studies, 2007, 38(2), 239-254.

PEIRO Amado, Happiness, Satisfaction and Socio-economic Conditions: Some International Evidence, The Journal of Economics, 35(2), 348-365.

READER Natalie & ENGLISH Horace B., Personality factors in adolescent female friendships, Journal of Consulting Psychology, 1947, 11(4), 212-220.

- RICHARD London S., WAKEFIELD James A. & LEWAK Richard, Similarity of personality variables as predictor of marital satisfaction: Minnesota Multiple Personality Inventory (MM-PI) item analysis", *Personality and Individual Differences*, 1990, 11(1), 39-43.
- RODIN Miriam J., Who is memorable to whom? A study of cognitive disgrad, *Social Cognition*, 1987, 5(2), 144-165.
- RUSHTON Philippe, Genetic similarity, mate choice and fecundity in humans, *Ethology and Sociobiology*, 1988, 9(6), 329-334.
- SEGAL Mady W., Alphabet and attraction: Unobtrusive measure of the effect of propinquity in a field setting", *Journal of Personality and Social Psychology*, ,1974, 30(5), 654-657.
- SIRGYSIRGY Joseph M. A quality-of-life theory derived from Maslow's developmental perspective: quality is related to progressive satisfaction of a hierarchy of needs, lower order and higher., *American Journal of Economics and Sociology*, 1986, 329-342.
- STERNBERG Robert J., A triangular theory of love. *Psychological Review*, 1986, 93(2), 119- 135.
- SULLIVAN Bryce F. & SCHWEBEL Andrew I., Relationship belief and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners, *The Family Journal*, 1995, 3 (4), 298-305.
- SÜMER Nebi & GÜNGÖR Derya, Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma, *Türk Psikoloji Dergisi*, 1999, 14 (43), 71 – 106.
- TA Vivian, A Meta-Analytic Review of Gender-Role Dimensions and Relationship Satisfaction. *Journal of Relationships Research*, 2017, (8), 1–14.
- TENAGLIA Simone, Testing Theories on Happiness: A Questionnaire, University of Tor Vergata, Roma, 2007, 1-44.
- WALSH Philip R., Creating a "values" chain for sustainable development in developing nations: where Maslow meets Porter, *Environment, Development and Sustainability*, 2011, 13(4), 789-805.
- WHITE Gregory L., Physical attractiveness and courtship progress, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1980, 39(4), 660-668.
- YILMAZ Ayşen, Eşler Arasındaki Uyum: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar, *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2001, 4(4), 49-58.



## TEZLER

AYDOĞDU İbrahim, Romantik İlişkilerin Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2010. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

BAL Handan, Bağlanma Stilleri, Cinsiyet Roller ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin, 2007. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

BÜYÜKŞAHİN Ayda, Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

EFE Esin, Üniversite Öğrencilerinin Eş Seçme Eğilimleri , Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2013. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

ERCAN Hülya Yazar, Genç Yetişkinlerin Aşk Biçemleri Ve Benlik Tipleri, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2008. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

GANJAYEVA Nigar, Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Eysenck'in Kişilik Envanteri ve Özgüven Arasında ki İlişkinin İncelenmesi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2019. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

KÖKER Sürreya, Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması, Ankara Üniversitesi, Ankara, 1991. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

ŞAHİN Selim, Romantic Relationships of Turkish Young Adults: Their Love Attitudes, Relationship Satisfaction, Psychological Health and Expanding Self, Boğaziçi Univeritesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2001. **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**

TOPLANIR Enes, Yaşam Doyumu Kendini Gerçekleştirme ve Ölüm Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

TÜFEKÇİ Selim, Romantik İlişkilerde Genç Yetişkinlerin Aşka İlişkin Tutumları ve Kişilik Özellikleri: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısında Bir Değerlendirme, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilimleri Dalı, İstanbul, 2008. **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**

## İNTERNET KAYNAKLARI

AKÇAKAYA Ümit, Psikolojide Bağlanma Kuramı, 2011.

[https://www.tavsiyedyorum.com/makale\\_7428.htm](https://www.tavsiyedyorum.com/makale_7428.htm).(Erişim tarihi; Nisan 25, 2020)

SELÇUK Hüseyin, Psikolojik Olarak Yaşam Doyumunun Ölçülmesi, 2013. Erişim Tarihi: Nisan 25, 2020. <http://www.aktuelpsikoloji.com/psikolojik-olarak-yasam-doyumunun-olculmesi-8312h.htm>



**EKLER****EK-A Kişisel Bilgi Formu**

Değerli Katılımcı,

Bu anket çalışması, İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı'nda yürütülmekte olan "Romantik İlişki İçerisinde Olan Yetişkinlerin Kişilik Tiplerine Göre Algılanan Yaşantılarının ve Yaşam Doyumuna Olan Etkisinin İncelenmesi ve Romantik İlişkisi Olmayan Yetişkinlerle Karşılaştırılması" isimli tez çalışmasında kullanılmak üzere hazırlanmıştır. Elde edilen bilgiler bilimsel amaçlar ışığında kullanılacaktır ve araştırmacılar dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Anketi doldurma süresi 15 dakikadır. Lütfen tüm sorulara yanıt veriniz.

Katılımınızdan dolayı teşekkür ederim.

1. Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek
2. Yaşınız:
3. Eğitim Düzeyi: ( ) İlköğretim ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Yüksek Lisans
4. Maddi gelir düzeyiniz ( ) 1000-2500 ( ) 2500-5000 ( ) 5000 ve üzeri

## EK-B Yaşam Doyumu Ölçeği

	Hiç Katılmıyorum	Çok Az Katılıyorum	Orta Düzeyde Katılıyorum	Büyük Oranda Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2.Yasam koşullarım mükemmeldir.					
3.Yaşamımdan memnunum.					
4.Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5.Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

**EK-C Eysenck Kişilik Envanteri**

1. Duygu durumunuz sıklıkla mutlulukla mutsuzluk arasında değişir mi?

evet

hayır

2. Konuşkan bir kişi misiniz?

evet

hayır

3. Borçlu olmak sizi endişelendirir mi?

evet

hayır

4. Oldukça canlı bir kişi misiniz?

evet

hayır

5. Hiç sizin payınıza düşenden fazlasını alarak açgözlülük yaptığınız oldu mu? evet

hayır

6. Garip ya da tehlikeli etkileri olabilecek ilaçları kullanır mısınız?

evet

hayır

7. Aslında kendi hatanız olduğunu bildiğiniz bir şeyi yapmakla hiç başka birini suçladınız mı?

evet

hayır

8. Kurallara uymak yerine kendi bildiğiniz yolda gitmeyi mi tercih edersiniz?

evet

hayır

9. Sıklıkla kendinizi her şeyden bıkmış hisseder misiniz?

evet

hayır

10. Hiç başkasına ait olan bir şeyi (toplu iğne veya düğme bile olsa) aldınız mı?

evet

hayır

11. Kendinizi sınırlı bir kişi olarak tanımlar mısınız?

evet

hayır

12. Evliliğin modası geçmiş ve kaldırılması gereken bir şey olduğunu düşünüyor musunuz?

evet

hayır

13. Oldukça sıkıcı bir partiye kolaylıkla canlılık getirebilir misiniz?

evet

hayır

14. Kaygılı bir kişi misiniz?

evet

hayır

15. Sosyal ortamlarda geri planda kalma eğiliminiz var mıdır?

evet

hayır

16. Yaptığınız bir işte hatalar olduğunu bilmeniz sizi endişelendirir mi?

evet

hayır

17. Herhangi bir oyunda hiç hile yaptınız mı?

evet

hayır

18. Sinirlerinizden şikayetçi misiniz?

evet

hayır

19. Hiç başka birini kendi yararınıza kullandınız mı?

evet

hayır

20. Başkalarıyla birlikte iken çoğunlukla sessiz misinizdir?

evet

hayır

21. Sık sık kendinizi yalnız hisseder misiniz?

evet

hayır

22. Toplum kurallarına uymak, kendi bildiğini yapmaktan daha mı iyidir?

evet

hayır

23. Diğer insanlar sizi çok canlı biri olarak düşünürler mi?

evet

hayır

24. Başkasına önerdiğiniz şeyleri kendiniz her zaman uygular mısınız?

evet

hayır



**EK- D Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE)**

Aşağıdaki sorular için; Hiç katılmıyorum(1), Çok az katılıyorum(2), Kısmen katılıyorum(3), Katılıyorum(4), Çok katılıyorum(5), Çok fazla katılıyorum(6), Tamamen katılıyorum(7) şıklarından size en uygun olanı işaretleyiniz.

1. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.
2. Terk edilmekten korkarım.
3. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olmak konusunda çok rahatım.
4. İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım.
5. Birlikte olduğum kişi bana yakınlaşmaya başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum.
6. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları umursadığım kadar umursamayacaklarından endişelenirim.
7. Romantik ilişkide olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.
8. Birlikte olduğum kişiyi kaybedeceğim diye çok kaygılanırım.
9. Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.
10. Genellikle, birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin benim onun için hissettiklerim kadar güçlü olmasını arzu ederim.
11. Birlikte olduğum kişiye yakın olmayı isterim, ama sürekli kendimi geri çekerim.
12. Genellikle birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen onları korkutup benden uzaklaştırır.
13. Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir.
14. Yalnız kalmaktan endişelenirim.
15. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda oldukça rahatımdır.
16. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.
17. Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınmaya çalışırım.



18. Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım.
19. Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim.
20. Birlikte olduğum kişileri bazen daha fazla duygu ve bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissederim.
21. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.
22. Terk edilmekten pek korkmam.
23. Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.
24. Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım.
25. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.
26. Birlikte olduğum kişinin bana istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm.
27. Sorunlarımı ve kaygılarımı genellikle birlikte olduğum kişiyle tartışırım.
28. Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissederim.
29. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanmakta rahatımdır.
30. Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engellenmiş hissederim.
31. Birlikte olduğum kişilerden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsız olmam.
32. İhtiyaç duyduğumda birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissederim.
33. İhtiyaç duyduğumda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar.
34. Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıkları zaman kendimi gerçekten kötü hissederim.
35. Rahatlama ve güvencenin yanı sıra birçok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım.
36. Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ : 30.04.2020  
TOPLANTI SAYISI : 2020-12

**KARAR NO: 2020-12-31:** Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 180624186 numaralı öğrencisi Kübra Yeşim IŞIK'ın, "Romantik İlişki İçerisinde Olan Yetişkinlerin Kişilik Tiplerine Göre Algılanan Yaşantılarının ve Yaşam Doyumuna Olan Etkisinin İncelenmesi ve Romantik İlişkisi Olmayan Yetişkinlerle Karşılaştırılması" konulu tezi hakkında yapacağı anket çalışmasının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 12.03.2020 tarih ve 2020-07 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy çokluğu ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

  
Prof. Dr. Nuri KURUOĞLU  
Rektör Yardımcısı