

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**YETİŞKİN KADINLARDA İLİŞKİ DOYUMU VE
BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Nilüfer ŞİŞMAN

Danışman
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

İstanbul - 2022

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Nilüfer ŞİŞMAN

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : Yetişkin Kadınlarda İlişki Doyumu ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Psikoloji

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 10.01.2022

Sayfa Sayısı : 81

Tez Danışmanları : Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

Dizin Terimleri : Kadınlar, İlişki Doyumu, Benlik Saygısı

Türkçe Özet : Yetişkin kadınlarda ilişki doyumunun benlik saygısı ile olan ilişkisi incelenmiştir. Kadınların yaşı, eğitim düzeyi, algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri, meslek ve çalışıp çalışmama durumu ve romantik ilişki tipi değişkenlerinin ilişki doyumu ve benlik saygısı ile ilişkisi bilimsel veriler ile açıklanmıştır.

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Nilüfer ŞİŞMAN

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**YETİŞKİN KADINLARDA İLİŞKİ DOYUMU VE
BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Nilüfer ŞİŞMAN

Danışman
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

İstanbul - 2022

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinde 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.

Nilüfer ŞİŞMAN

.../.../2022



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Nilüfer ŞİŞMAN'ın "Yetişkin Kadınlarda İlişki Doyumu ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan

Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

(Danışman)

Üye

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Esra SAVAŞ

Üye

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

... / ... / 20..

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Günümüzde teknolojinin de gelişmesi ile birlikte pek çok hayat olgusu da değişime uğramıştır. Bu olgulardan bir tanesi de ilişkilerdir. Hiç şüphesiz ki ilişkiler ve romantik ilişkiler insanların hayatının çok büyük bir kısmını kapsamaktadır. Romantik ilişkide kadının ve erkeğin ilişkiye dair beklentileri kimi zaman aynı olsa da, kimi zaman da farklılıklar göstermektedir. Günümüzde kadınların önceki 50 yıla kıyasla iş hayatında daha fazla varoluşu ve bu bağlamda ekonomik olarak güçlenmeleri ile birlikte romantik ilişkilerdeki beklentileri, istekleri de değişmiştir. Romantik ilişki çok kapsamlı bir şekilde ele alınabilecek bir konudur. Günümüze kadar yapılmış olan araştırmalar da bunu destekler niteliktedir. Bu araştırmada yetişkin kadınlarda ilişki doyumu ile benlik saygısı arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırma Türkiye’de yaşayan ve romantik ilişki içerisinde olan 18 ve 61 yaş ve üzeri 601 kadın ile birlikte gönüllü bir şekilde gerçekleştirilmiştir. Araştırma yürütülürken ilişkisel tarama yöntemi ile sıradan (ardışık) yöntemle başvurulmuştur. 601 kadın katılımcıdan veri toplanması için Kişisel Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RSE) ve İlişki İstikrarı Ölçeği’nden (İİÖ) yararlanılmıştır. Ölçme araçlarındaki veriler aslına uygun kalacak bir şekilde Google Form üzerinden 601 kadın katılımcıya ulaştırılmıştır. RSE ve İİÖ’ nin normal dağılıma uyup uymadığı kontrol edildiğinde normal dağılım olmadığı sonucu elde edilmiş ve parametrik olmayan testler uygulanmıştır. RSE ve İİÖ arasındaki ilişkiyi ölçmek için Speaman, gelir ve eğitim durumunun RSE arasındaki karşılaştırılması için Kruskal-Wallis H ve çalışma durumu ile RSE arasındaki karşılaştırma için Mann-Whitney U testlerinden yararlanılmıştır. Kadınların RSE ile İİÖ’nden almış oldukları puanlar karşılaştırıldığında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Romantik ilişki, ilişki doyumu, benlik saygısı

ABSTRACT

Nowadays, with the development of technology, many life phenomena have also changed. One of these cases is relationships. There is no doubt that relationships and romantic relationships cover a very large part of people's lives. In a romantic relationship, the expectations of a woman and a man about a relationship sometimes differ simultaneously. Today, women's expectations and desires for romantic relationships have changed compared to the previous 50 years because women play in role in business and with the increase in women's ability to stand on their own two feet, women's expectations for romantic relationships have also changed. A romantic relationship is a topic that can be considered very thoroughly. The research that has been conducted up to the present day also supports this topic. In this study, the relationship between relationship satisfaction and self dec esteem in adult women was discussed. The study was conducted voluntarily with 601 women aged 18-61 and over living in Turkey and have a romantic relationship. When conducting the research, the relational screening method and the usual (sequential) method were used. in order to collect data from 601 female participants, a Personal Information Form, the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE) and the Relationship Stability Scale (RSS) were used. The data in the measurement tools were delivered to 601 female participants via Google Form in order to remain true to reality. When it was evaluated whether the RSE and the RSS were suitable for normal distribution, it was concluded that there was no normal distribution and that non-parametric tests were applied. RSE, and the Rosenberg self-esteem Speaman the stability of the relationship, the relationship between income and educational attainment to measure the Kruskal-Wallis H for comparison between the situation for the comparison between the RSE work with Mann-Whitney U test was used. It was found that there was a significant relationship between the scores obtained from the RSE Scale and the scores obtained from the RSS of women compared to the scores obtained from the Rosenberg Self-Esteem Scale.

Keywords: Romantic relationship, relationship satisfaction, self-esteem

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
İÇİNDEKİLER	iii
KISALTMALAR	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
EKLER LİSTESİ	vii
ÖNSÖZ.....	viii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. İlişki.....	2
1.1.1. Romantik İlişki	2
1.1.2. İlişki Doyumu	3
1.1.3. İlişki Doyumu ve Cinsiyet	5
1.2. Aşk.....	6
1.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri	7
1.3.1. Güvenli Bağlanma	7
1.3.2. Saplantılı Bağlanma.....	8
1.3.3. Kayıtsız Bağlanma.....	8
1.3.4. Korkulu Bağlanma.....	8
1.4. Psikanalitik Yaklaşım ve Kişiler Arası İlişkiler	9
1.5. İlişki Doyumu ve İlgili Araştırmalar	10
1.6. Benlik	11
1.6.1. Benlik Saygısı	12
1.6.2. Benlik Saygısı ve İlişki Doyumu	13
1.6.3. Benlik Saygısı ve İlgili Araştırmalar	14
1.7. Amaç	15
1.8. Araştırmanın Hipotezleri	15
1.9. Sınırlılıklar.....	16

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırma Deseni.....	17
2.2. Veri Çözümleme.....	17
2.3. Katılımcılar.....	18
Tablo 1. Kadınların sosyodemografik özellikleri (N=601).....	18
2.4. Veri Toplama Araçları.....	19
2.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	19
2.4.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RSE).....	20
2.4.5. İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ).....	20

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

3.1. Yetişkin Kadınlarda İlişki Doyumu ve Benlik Saygısı ile İlgili Bulgular	22
--	----

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

4.1. Tartışma.....	33
4.2. Katılımcılarda Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar ile İlişki İstikrarı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişki	33
4.3. Kadınların eğitim seviyesine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması	41
4.4. Kadınların gelir düzeyine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasının tartışılması	41
4.5. Kadınların çalışma durumuna göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması	42
4.6. Sonuçlar.....	43
4.7. Öneriler.....	44
KAYNAKÇA	45
EKLER.....	51

KISALTMALAR

RSE:	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
İİÖ:	İlişki İstikrarı Ölçeği
RSE:	Rosenberg Self-Esteem Scale
RSS:	Relationship Stability Scale



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Kadınların sosyo-demografik özellikleri.....	18
Tablo2. Kadınların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar.....	22
Tablo 3. Kadınların İlişki İstikrarı Ölçeğinden aldıkları puanlar.....	24
Tablo 4. Kadınların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar ile İlişki İstikrarı Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar.....	25
Tablo 5. Kadınların öğrenim durumuna göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.....	27
Tablo 6. Kadınların gelir düzeyine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.....	29
Tablo 7. Kadınların çalışma durumuna göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.....	31

EKLER LİSTESİ

EK-A:	Kişisel Bilgi Formu
EK-B:	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
EK-C:	İlişki İstikrarı Ölçeği



ÖNSÖZ

Tezimi; bu akademik yolculuğa çıkarken yolun başında bana en değerli hediye vereni, ilk inanan ve desteğini her daim yanı başımda hissettiğim çok değerli lise edebiyat öğretmenim Sayın Dilek Keskinöğlü'na armağan ediyorum. Beni sevenleri ve sizi yanıltmadım. Işığınız hep beni aydınlatacak.

Yaşam serüvenim boyunca her daim ellerini omzumda hissettiğim rahmetli dedem Osman Şişman'a, ilk adımdan başlayıp attığım her adımda arkamda duran, maddi manevi desteğini esirgemeyen babam ve anneme, varlıklarıyla huzur bulduğum kardeşlerime, hayat yolunda karşılaştığım çok sayıda engebeye rağmen sebat eden kendime ve bana tüm bunları bahşeden Yaratıcı'ya teşekkür ediyorum.



GİRİŞ

İlişkiler kişiler için önemlidir ve hayatlarının ayrılmaz bir parçasıdır. İlişkiler, ilişkinin yönü fark etmeksizin kişilerin hayatlarında tatmin edici ve farklı bir yenilik olarak görülür (Kail ve Canavanaug, 2015). Romantik ilişki ise, iki kişinin duygusal ve fiziksel olarak birbirleriyle oluşturdukları bağı içerir ve bu bağ içerisinde olmak, bireylerin yakınlık ihtiyacının giderilmesinin yanında, kişiliğin gelişimine de katkı sağlar (Atak ve Taştan, 2012). İlişki doyumu; kişilerin içinde buldukları ilişkiye yönelik mutluluk duyma, memnuniyet hissetme ve tatmin duygularının değerlendirilmesi olarak ele alınmaktadır (Hawking, 1968). İlişki doyumu bir kişinin partnerine ve ilişkisine karşı olan olumlu bir değerlendirme durumu olarak tanımlanmaktadır (Rusbult ve Buunk, 1993). Romantik ilişkide doyum farklı unsurlarla beslenmektedir. Romantik ilişkideki doyumu arttıran önemli unsurlardan birisi, bireyin kendi değerine dair yapıyor olduğu öznel değerlendirme olan benlik saygısıdır. (Snyder, Lopez, Shane, 2009). Benlik saygısı, kişinin kendisi hakkındaki olumlu ve olumsuz değerlendirmelerini ve bu değerlendirmelerin ortaya çıkardığı duygulanımları kapsamaktadır. (Aren, 2007). Romantik ilişkiden alınan doyumun yüksek olması bireylerin kendileri hakkındaki değerlendirmelerini; benlik saygılarını olumlu yönden etkilerken, hayatlarındaki stresinde azalmasını sağlar ve mutluluk düzeylerini yükseltir (Kirby, 2005; Bradbury, Fincham ve Beach, 2000).

Literatüre bakıldığında romantik ilişkiyi konu alan araştırmalar; Çelik Zeren (2020), çalışmasında ilişki istikrarı ve flört şiddetini ele almıştır, Uzun (2017), araştırmasında bağlanma stilleri ve evlilikte ilişki istikrarını ele almıştır, Yıldız (2020), araştırmasında ilişki istikrarı ve ilişki doyumunu ele almıştır İlişki doyumu ve benlik saygısını kapsayan çalışmalar oldukça azdır. Bu bağlamda araştırmamızda yetişkin kadınlarda ilişki doyumunun benlik saygısı ile olan ilişkisi ele alınacaktır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. İlişki

İlişki süreçleri, belirleyicileri ve sonuçları ile ilgili günümüzde yapılmış olan ve yapılmaya devam eden pek çok araştırma bulunmaktadır (Kail ve Canavanaug, 2015). İlişkiler, ilişkinin yönü fark etmeksizin kişilerin hayatlarında tatmin edici ve farklı bir yenilik olarak görülmektedir (Kail ve Canavanaug, 2015).

İlişkiler kişilerin gelişim dönemlerinde farklı etkiler göstermekle birlikte değişim içine girip gelişmektedir (Heat, 1976). Bir dönemde olan ilişkiler gelecek dönemdeki ilişkilerde olan tutum ve davranışları da etkilemektedir (Morgan, 2013). İlişkileri ele alırken kişilerin doğdukları andan itibaren buldukları ortamı ve gelişimlerini de göz ardı etmemek gerekir (Heat, 1976).

Yeni doğan bir bebek için de ilişkilenecek önemli bir yer almaktadır çünkü ihtiyaçlarını karşılayabilmek adına ilişki kurmak onun için hayati önem taşır. Ağlayan bebekler anneleri ile temas kurduklarında hayatta kalabilmek adına bir başkası ile ilişki içerisinde olmanın önemini fark etmektedirler (Sigelman ve Rider, 2018). Ebeveynler de bebekleri ile onlar doğmadan önce genellikle duygusal bağ kurmaya ve ilişkilenemeye başlamaktadır.

İnsanların hayatlarını devam ettirebilmek adına ilişki kurmaları gerekmektedir ve hayata geldikleri ilk andan itibaren hayatları sona erece kadar başkaları ile çeşitli ilişkiler kurmaya devam etmektedirler (Heat, 1976).

1.1.1. Romantik İlişki

Romantik ilişki, iki kişinin arasında oluşan farklı fiziksel ve duygusal yakınlıkları içeren, heyecanlı ve hoş duyguları barındıran bir ilişki çeşididir (Taştan, 2012). Kişiler için romantik ilişkinin temelleri ergenlik döneminde başlamakta ve diğer dönemlerde de devam etmektedir (Sigelman ve Rider, 2018). Ergenlik döneminde kişilerin arkadaşlık ilişkilerinin daha çok geliştiği görülmektedir ve bunun sonucunda yakınlaşmalar ortaya çıkmaktadır (Sigelman ve Rider, 2018). Kişiler ergenlik döneminin sonlarına geldiklerinde ise bu dönemde atılan arkadaşlık temelleri oturmaya başlamaktadır. Sağlıklı bir şekilde romantik ilişki kurulması ve sürdürülmesi ise bebeklik dönemine dayanmaktadır (Sigelman ve Rider, 2018).

Romantik ilişkilere başlama dönemi genç yetişkinlik dönemlerine rastlamaktadır. Kişiler için homogami ve benzerlik ile birlikte fiziksel çekiciliğin de eş seçiminde önemli bir yeri bulunmaktadır (Finkel ve ark., 2012). Santrock' a göre genç yetişkinlik döneminde olan kişilerin birlikte vakit geçirmeleri, birbirlerini tanımaları, yaş, ekonomik düzey, din ve milliyet gibi pek çok homogamiyi sağladıklarında romantik ilişki kurma ihtimalinin de arttığı gözlenmektedir (Santrock, 2011). Kişiler için birbirlerine benzer olmak bir nevi kendilerini doğrulama olduğu için çekici gelme durumunu da arttırdığı gözlenmektedir. Kişiler görüşlerinin veya tutumlarının başka kişilerde de olduğunu gördüklerinde, kendilerinin desteklendiklerini görmüş olacaklar ve başka kişiler için olumlu duygular geliştirebileceklerdir (Santrock, 2011). Benzer aktiviteyi yapan, benzer şekilde düşünen ve benzer şeylerden hoşlanan kişiler birbirlerini tamamladıklarını düşündükleri için daha güçlü ilişkiler kurabilmektedir. Farklı bir etken olan fiziksel çekicilik ise romantik ilişkinin oluşumunda başlangıç kıvılcımı olarak değerlendirilmektedir (Finkel ve ark., 2011).

Romantik ilişki kurmak kadar kurulan romantik ilişkinin niteliği de kişiler için önem taşımaktadır. Kurulan romantik ilişkinin türü kişiler için mutluluk, heyecan, sevinç, eğlenme veya stres, öfke, kaygı ve kıskançlık gibi çeşitli duyguların yaşanmasına sebep olabilmektedir (Santrock, 2011). Sternberg ilişki türlerini aşk üçgeni kuramı ile ele almaktadır. Bu üçgenin içerisinde romantik aşk, arkadaşça aşk, ahmak aşk, boş aşk ve mükemmel aşk kavramları bulunmaktadır (Stenberg, 1988).

Romantik ilişki sadece kişiler arasındaki iletişimden ve kurulan bağdan oluşmamaktadır (Kail ve Canavanaug, 2015). Romantik ilişki içerisinde olan kişilerin vücut yapılarında da birtakım değişimler gözlenmektedir (Kail ve Canavanaug, 2015). Vücuttaki değişimlere bakıldığında nöro kimyasalların romantik ilişkilerde etkisinin olduğu vurgulanmaktadır (Carter ve Porges, 2013). Elde edilen bu bilgiler sayesinde partnerlerin neden birlikte olduklarına dair ipuçlarına ulaşmakta kolaylaşmaktadır (Kail ve Canavanaug, 2015). Romantik ilişkide hormonal ve nörolojik etkinin önemi olmakla birlikte kişilerin psikolojik durumları da önem taşımaktadır.

1.1.2. İlişki Doyumu

İlişki doyumu bir kişinin partnerini ve ilişkisini olumlu olarak değerlendirdiği bir durumdur(Rusbult ve Buunk, 1993). İlişki doyumu romantik ilişkiyi yaşayan

kişinin, o ilişkiye dair değerlendirmelerini içerir. Bunlar bilişsel ve duysal değerlendirmelerdir ve ilişki içindeki kişilerin partnerleri tarafından sevgi görüp görmedikleri, ilişkilerinden beklentilerini alıp almadıkları ve ilişkilerinin problemlili olup olmasını kapsamaktadır (Rusbult ve Buuk, 1993).

Hawkins, (1968) ilişki doyumunu; kişilerin o ilişkiden almış oldukları mutluluk, keyif ve memnuniyet duyma hali olarak tanımlamıştır.

Gotman ve Levenson, (1990) ilişki doyumunu açıklarken ilişkinin kararlı olup stabil bir şekilde ilerlemesinden ve ilişkide olan kişilerin az seviyede çatışma içinde olmasından bahsetmişlerdir (Malouff, Schutte ve Thorsteinson, 2013).

Kişilerin romantik ilişkiden aldıkları doyum, fiziksel olarak sağlıklı olma halinden yaşam doyumuna kadar farklı birçok alanda etkisini göstermektedir (Hendrick, 1988).

Varten ve Abe, (2015) ilişkiyi negatif şekilde etkileyen faktörleri ele alırken düşüncelerini bastıran veya öfkelerini fazlaca dışarı vuran kişilerin, ilişkilerinde negatif sonuçlar aldıkları belirtmektedir. İlişki içinde olan kişiler partnerlerinin ne düşündüklerini anlayamadıkları için sürekli bir şekilde öfkeli olurlar ve ilişki doyumlarında da ciddi derecede düşüş yaşanır (Malouff, Schutte ve Thorsteinson, 2013).

Varten ve Abe, (2015) ilişkilerde doyumunu negatif yönde etkileyen beş faktörden bahsetmişlerdir. Beş Faktör şu şekildedir;

1. Nevrotik: Nevrotik kişilik yapısında olan kişiler karşılaştıkları durumlara öfkeyle yanıt verme eğiliminde olabilmektedirler. Genel olarak huzursuz bir yapıdadırlar ve yaptıklarından hoşnut olamazlar. Tüm bu davranış örüntüleri de ilişkilerine yansımakta ve ilişki olumsuz bir şekilde etkilenmektedir. İlişkilerinde bir sorunla karşılaştıklarında yaşanan durumu çözmek yerine öfkeyle yaklaştıkları için romantik ilişkilerinin başlaması ve bitişi çok ani bir şekilde olmaktadır.
2. Uyumlu: Uyumlu kişilik yapısında olan kişiler genel olarak güvenilir, şefkatli ve alçak gönüllü olarak tanımlanmaktadır. Genel olarak yapıcı yaklaşıma sahip oldukları için de bu durumdan ilişkileri de olumlu bir şekilde etkilenmektedir. İlişki doyum seviyeleri oldukça yüksektir.

3. Dürüst: Dürüst kişilik yapısında olan kişiler işlerine ve edindikleri görev ve sorumluluklarına çok bağlı bir şekilde tutunmaktadırlar. Bu kişiler öz disiplinlerini sağlama ve organize olma konusunda oldukça başarılıdırlar. İlişki doyumu seviyeleri oldukça yüksektir.
4. Açık: Açık kişilik yapısında olan kişiler yeni ve farklı düşünce ve olaylara açık olan kişiler olarak tanımlanmaktadırlar. Entellektüel seviyelerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Bu kişilik yapısında yapılan araştırmalar sonucunda ilişki doyumu ile ilgili bir bağlantı olmadığı görülmektedir.
5. Dışadönük: Dışadönük kişilik yapısında olan kişilerin sosyal çevrelerinin iyi olduğu ve sosyal katılımlarda sıklıkla buldukları gözlenmektedir. Dışadönük kişilik yapısında olmak ilişkiye olumlu anlamlar katmaktadır ancak ilişki doyumunu olumlu yönde etkilediğini söylemek her zaman mümkün olmayabilir.

1.1.3. İlişki Doyumu ve Cinsiyet

Yapılan pek çok çalışmada cinsiyetteki farklılığın, ilişki doyumunda da farklılık getirip getirilmediği araştırılmıştır. Örneğin, tarihsel sürece bakıldığında zaman zaman partnerler arası uyum ve denge esas olarak alındığında cinsiyet kavramının farklılıklar oluşturabileceği ön görülmektedir. Romantik ilişkide partnerler birbirleriyle bir sorun yaşadıklarında kadınlar erkeklere kıyasla, yaşanan ilişkiden daha az miktarda fayda ve doyum elde etmektedir (Davidson, 1984). Bu durumda erkekler romantik ilişkilerde kadınlardan fazla doyum elde etmektedir (Davidson, 1984).

Kadınların ilişkideki doyum kıstaslarına bakıldığında doyum; algılanan destek, iletişim ve duygusal dış vurum ile şekillenmektedir. Kadınlar için romantik bir ilişkide partnerden destek görmek, partner ile iletişimin güçlü olması ve partner tarafından duygusallığın desteklenmesi de ilişki doyumunu arttırmaktadır (Peterson, 1990).

Erkekler ise, romantik ilişkide cinsel olarak doyum sağladıklarında, partnerleri tarafından anlaşıldıklarını düşündüklerinde ve partnerlerinin kendilerine sadık

olduklarını bildiklerinde ilişkiye dair doyumları artmaktadır (Peterson, 1990). Kadınlar romantik ilişkide partnerleri tarafından psikolojik açıdan desteklendiklerinde, partnerleri tarafından beğenildiklerinde ve partnerlerinin kendilerine bağlı olduklarını düşündüklerinde ilişkide alınan doyumları da artış göstermektedir (Davidson, 1984). Kadınlar romantik ilişkilerinde güvenlik ve duygusal bağlılık üzerinden doyum sağlarken ,erkekler ise ilişkiden alınan zevk ve cinsel yönden bağlılık üzerinden doyum sağlamaktadır (Peterson, 1990).

Cinsiyetin romantik ilişkilerdeki doyum üzerindeki etkisine bakıldığında bireysellik, iş ve güç kavramı ile bağlantılı olan psikososyal etkenlerin önemli olduğu görülmektedir (Spence ve Helmreich, 1972). Kadınlarda ise bakım, sadakat ve aile etkenlerinin romantik ilişkilerde doyum üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir (Spence ve Helmreich, 1972).

1.2. Aşk

Stenberg bir aşk üçgeni oluşturarak romantik ilişkileri değerlendirmede tutku, yakınlık ve bağlanmayı ele almıştır (Stenberg, 2006). Yakınlık ögesi; bağlantı, samimiyet, sınırlar ve sıcaklık öğelerini içinde barındırmaktadır (Stenberg, 2006). Tutku ögesi, cinsellik, fiziksel ve romantik çekicilik öğelerini barındırmaktadır. Bağlanma ögesi ise genel olarak bilişsel olarak ele alınmakta ve romantik ilişkinin kısa veya uzun sürmesine yönelik kişilerin karar süreçlerini ele almaktadır (Stenberg, 2006).

Stenberg (2006), romantik aşta yüksek seviyede yakın ve tutkunun olduğunu ancak bağlanmanın tam anlamıyla oluşmadığını ifade etmektedir. Arkadaşça olan aşta ise bağlılık ve yakınlık tam anlamıyla oluşmuştur ancak tutku bulunmamaktadır. Bağlılığın olmadığı ancak saplantılı bir şekilde tutkunun var olduğu başka bir aşk ise karasevda veya delice sevme olarak nitelendirilmektedir. Hoşlanmak veya sevmek de tutku bulunmamakla birlikte uzun bir ilişkiyi sürdürebilme konusunda eksik kalmaktadır. Boş aşk ise bağlanmanın ön planda olduğu ancak yakınlık ve tutkunun içinde barınmadığı aşk türü olarak adlandırılmaktadır. Ahmak aşk da ise yakınlık ve samimiyet olmaksızın tutku ve bağlanma yaşanmaktadır. Mükemmel aşk ise ideal olan ve tutku, yakınlık ve bağlanmanın içinde bulunduğu romantik bir ilişki olarak tanımlanmaktadır (Regan, 2008).

1.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri

Yetişkinlik döneminde olan kişiler için bağlanmanın sosyal ilişkilerde ve romantik ilişkilerde önem taşıdığı görülmektedir. Bowlby' e göre yetişkinlik döneminde ortaya çıkan bağlanma stiline temelleri bebeklik dönemine dayanmaktadır (Collins, 1996). Güvenli bağlanma stiline sahip olan kişiler sağlıklı bir ebeveyn olabilirler, sağlıklı sosyal ilişkiler kurabilirler ve romantik bir ilişkiyi sürdürüp sağlıklı bir evlilik yaşayabilirler (Collins, 1996).

Bebekler tedirgin olduklarında ya da korktuklarında ebeveynlerine ihtiyaç duyarlar ve onlar tarafından sakinleştirilmek isterler. Bu temel ihtiyaç yetişkinlerde de görülmektedir. Yetişkinler de partnerleri ile yakınlık kurabilmek ve onlar tarafından sakinleştirilmek isterler. Yetişkinlerin partnerleri ile ilgili olan beklentileri yine bebeklik dönemindeki bağlanma stillerine dayanmaktadır. Ayrıca kişilerin anne ve babalarının birbirleri ile kurmuş oldukları bağlanma stili de önem teşkil etmektedir (Fraley ve Shaver, 2000).

Kadınlar güvenli bağlanmaya sahip olduklarında kendi çocuklarına daha sıcak ve yakın davranmaktadırlar (Fraley ve Shaver, 2000). Annenin çocuğuna güven veren ve sıcak bir şekilde yaklaşım sergilemesi çocuğun yetişkinlik döneminde güvenli bağlanmaya sahip olmasını etkilemektedir (Fraley ve Shaver, 2000).

1.3.1. Güvenli Bağlanma

Güvenli bağlanmaya sahip olan kişiler diğer kişiler ile rahat bir şekilde yakınlık kurabilmektedir. Farklı bir ortama girdiklerinde yeni ortama uyum sağlamak konusunda zorluk çekmemektedirler (Collins, 1996). Başkalarından dolayı yalnız kalma veya sevilme düşüncelerine sahip olmayıp kendilerinin ve diğer kişilerin sevinebilir olduğunu düşünmektedirler (Collins, 1996).

Güvenli bağlanmaya sahip olan kişilerin sosyal hayatlarında da olumlu inançlara sahip oldukları görülmektedir. Daha az onaylanma ihtiyacı duyup iletişim kurma konusunda daha az kaygılı oldukları görülmektedir (Collins, 1996).

1.3.2. Saplantılı Bağlanma

Saplantılı bağlanmaya sahip olan kişiler kendilerini değerli görmektense kendileri dışındaki kişileri değerli görme tutumu sergilemektedirler. Kendilerini değersiz görmelerinin sebebinin de çocukluk dönemlerinde ebeveynlerinden yeteri kadar sevgi ve onay alamamaları ile ilgili olduğu görülmektedir (Crain, 1992). İkili ilişkilerde takıntılı bir şekilde düşünce yapıları sergilerler.ve sürekli olarak başka kişiler tarafından doğrulanma ve onay alma ihtiyacı gösterirler (Cooper, Shaver ve Collins, 1998). Romantik ilişkilerde de partnerlerine karşı kendilerini ispatlama çabasına girerler (Cooper, Shaver ve Collins, 1998). Özgüvenleri yüksek olmadığı için romantik ilişkide reddedilmekten ve terk edilip yalnız kalmaktan korktukları gözlenmektedir. Aşık olma ve romantik ilişkiyi bitirme konusunda stabil olmadıkları için çok çabuk bir şekilde aşık olup ilişkiyi sonlandırma eğiliminde oldukları görülmektedir. Bu kişiler başka kişiler ile duygusal bağ kurmak isteyip kuramadıkları zamanlarda ise kendilerini kötü hissedebilmektedirler. Romantik ilişkileri genel olarak saplantılı bir seyir göstermektedirler (Crain, 1992).

1.3.3. Kayıtsız Bağlanma

Kayıtsız bağlanmaya sahip olan kişiler diğerlerini değersiz görüp kendilerini değerli görmekteirler. Kişiler birliktelik yerine yalnız olmayı tercih edip bu durumdan mutlu olmaktadırlar. Yakınlık kurmak istemeyip karşıt bağlanma durumunu sergilemektedirler (Cooper, Shaver ve Collins, 1998).

1.3.4. Korkulu Bağlanma

Korkulu bağlanmaya sahip olan kişiler hem kendileri hem de diğerleri ile ilgili olumsuz ve yetersizlik düşüncelerine sahiptirler. Reddedilmekten korktukları için romantik ilişki kurma eğiliminde olmadıkları görülmektedir. Günlük yaşamlarında sosyal olarak aktif kişiler değildir ve başkaları ile yakın bir ilişkiye girme adına korku duyarlar (Cooper, Shaver ve Collins, 1998).

1.4. Psikanalitik Yaklaşım ve Kişiler Arası İlişkiler

İlişkiler kavramını psikanalitik yaklaşımla ele alan ilk kişi Freud olarak bilinse de bu alanda düzenli bir şekilde ilk araştırmayı yapan kişi Sullivan olarak görülmektedir. Sullivan kişiler arasındaki bağlantının ve öğrenmenin üzerinde durup kişiler arası ilişkiler kavramını açıklamıştır (Sullivan, 1953). Sullivan kişileri ve kişilerin birbirleri ile iletişimini ele alırken süreçleri ve deneyimleri anlayabilmenin önemini vurgulamaktadır. Psikanalizin ortaya koyduğu yapısalcı modelden ziyade dinamik bir yaklaşımı tercih etmiştir (Evans, 2006).

Sullivan kişiler arasındaki ilişkinin bir parçası olarak kişiliği görmektedir ve kişilerin sosyal ilişkiler sayesinde var olabildiğini ve bu ilişkileri oluşturabilmek için davranışlara ihtiyaçları olduğunu vurgulamaktadır. Davranış bozukluklarının belirleyicisi olarak da kişiler arası ilişkinin şekillenmesi olduğunu söylemektedir. Kişiler arası ilişkide bozulma ve düzelmelerin davranışların yönü ile alakalı olduğunu düşünmektedir (Evans, 2006).

Sosyal çevre kişiler arası ilişkilerde önemli bir yer kapladığı için kişiler arası ilişkiler incelenirken sosyal çevre de dikkate alınmaktadır. Ona göre, insanların içerisinde bulunduğu kültüre dair negatiflikler ve çelişkili durumlar akıl hastalıklarının temelini oluşturmaktadır. Sullivan insanların kişiler arası ilişkilerini incelerken iki farklı noktayı ele almaktadır. İlk olarak zihinsel sorunların çok büyük bir kısmının kaygı yolu ile sekteye uğramış olan iletişim süreçleri ve yetersiz iletişim kurmaktan kaynaklı olduğunu ileri sürmektedir. İkinci olarak ise iletişim içinde olan iki kişi birbirleri ile etkileşim halinde olduklarından karşılıklı etkilenip birbirlerinin iletişim alanlarına dahil olmaktadır (Sullivan, 1953).

Sullivan'ın akıl hastaları ve sosyal anksiyeteye sahip olan kişilerin sosyal ilişkilerindeki stratejileri ele alan bir çalışması da bulunmaktadır. Sosyal ilişkileri ele alırken sadece kişinin ne kadar kendine güvendiğinin ya da ne kadar kaygılı olduğunun bilinmesinin yeterli olmadığını söylemektedir. Kişilerin sosyal anlamda uyum sağlarken bu uyumu sağlayabilmek adına ne tür stratejiler geliştirdiğini incelemekte önemli bir yer teşkil etmektedir. Bunlarla birlikte, yapılmış olan araştırmada sosyal anksiyetesi olan kişilerin kişiler arası ilişkilerini ele alırken genel olarak koruyucu bir şekilde davrandıkları ve kendilerini geri planda tutarak sosyal stratejiler geliştirmiş oldukları görülmektedir (Sullivan, 1953).

Kişilerin ikili ilişkilerde geliştirmiş oldukları stratejiler ilişki tarzlarına yön vermekte olup ilişki içinde etkileşim halinde oldukları diğer kişinin de yaklaşımlarından etkilenmektedir. Kişilerin etkileşim halinde buldukları kişilerde farklılaşma görüldüğünde ilişki tarzlarında da değişimler görülmektedir (Buss ve Craik, 1983).

Kişiler arası ilişkiler insanların hayatlarını oluşturan yapı taşlarından biridir ve romantik ilişki ele alınırken de en temele inip kişilerin birbirleri ile olan etkileşimini ele almak oldukça önem taşımaktadır (Evans, 2006).

1.5. İlişki Doyumu ve İlgili Araştırmalar

Toksöz (2018), yapmış olduğu araştırmada evli kişilerin bağlanma stilleri ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırmada 140 evli kişiye ulaşılmıştır. Çalışma, güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin ilişki doyumlarının yüksek olduğu verisini ortaya koymaktadır. Çalışma sonunda kişilerin evlilikten aldıkları doyum düzeyleri incelendiğinde evlilik durumu ve cinsiyet açısından anlamlı bir farklılaşma olduğu bilgisi de elde edilmiştir. Ayrıca çalışmadan erkeklerin kadınlara kıyasla bilişsel olarak daha esnek oldukları ve olayları değerlendirme konusunda daha olumlu bir şekilde yaklaşım sergiledikleri sonucu elde edilmiştir.

Eken (2019), yapmış olduğu araştırmada romantik ilişkide olan kişilerin akılcı olmayan inançları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırmada romantik bir ilişki içerisinde olan toplam 372 kişiye ulaşılmıştır. Çalışmadan ilişki durumu ve süresi ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu bilgisi elde edilmiştir. Akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu sonucu vurgulanmıştır. Fiziksel yakınlık, sosyal olarak zaman kullanımı, zihin okuma ve cinsiyet farklılıkları ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

Uzun (2017), yapmış olduğu araştırmada evli kişilerin bağlanma stilleri ile ilişki istikrarları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırmada toplam 175 kişiye ulaşılmıştır. Evli olan kişilerin çocuk sayıları artış gösterdikçe ilişkiden aldıkları doyumların arttığı bilgisini elde edilmiştir. Diğer bağlanma stilleri ile karşılaştırıldığında güvenli bağlanmaya sahip olan kişilerin nişanlılık sürelerinin daha kısa olduğu bilgisi ortaya koyulmuştur. Kayıtsız ve güvenli şekilde bağlanmaya sahip olan kişilerin nişanlanma

sürecinin diğer bağlanma stillerine sahip kişilere kıyasla daha kısa olduğu sonucu elde edilmiştir.

Göllü (2019), yapmış olduğu araştırmada ilişkisi olan kişilerin algılanan ebeveyn tutumu ile olumsuz şemaların ilişki doyumuna etkisini ele almıştır. Araştırmada romantik ilişkisi olan 225 kişiye ulaşılmıştır. Araştırmadan yaş ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. İlişki süresi ile ilişki doyumu arasındaki fark incelendiğinde anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Algılanan duygusal yoksun anne tutumlarının ilişki doyumları yüksek olurken değişime kapalı olan annelerin ilişki doyumlarının düşük olduğu bilgisi elde edilmiştir. Algılanan küçümseyici baba tutumu ile ilişki doyumlarının düşük olduğu bilgisi eklenmiştir.

Ulutaş (2018), yapmış olduğu araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkiden aldıkları doyum ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırmada romantik ilişki yaşayan toplam 470 üniversite öğrencisine ulaşılmıştır. Benlik saygısı, ilişki doyumu ve kişilerin görüşme sıklığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Romantik ilişki doyumu ile uyumlu olma, sorumluluk ve gelişime açık olma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Romantik ilişkilerden alınan doyum ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bilgisi eklenmiştir.

1.6. Benlik

Benlik kavramını inceleyen James benliği ikiye ayırarak açıklamıştır. Benlik kavramını açıklarken özne olarak ben ve nesne olarak ben kavramlarından bahsetmektedir. Benlik; özne açısından aktif olarak algılamakta olan, hissetmeyi sağlayan, yaşanan deneyimleri sorgulayan, hayaller kuran, kişilerin hayatlarında seçimler yapmasında etkili olan ve bu seçimler sonucunda ilerlemesini sağlayan etki olarak tanımlanmaktadır. Nesne olan bene bakıldığında ise benlik kişilerin yaşantılarının ve deneyimlerinin nesnesi olarak tanımlanmaktadır (Aydın, 1996).

Benlik kavramı, kişilerin zihinsel ve fiziksel açıdan oluşan niteliklerinin toplamı olarak tanımlanmaktadır. Kişilerin kendilerinde olan özellikler ve kendilerini değerlendirebilme durumları olarak da açıklanmaktadır (Lawrence, 1988).

Benlik kavramı boyutları ile ele alındığında ise duyu, davranış ve biliş olarak incelenmektedir. Benlik kavramı aynı zamanda ideal benlik, benlik saygısı ve ideal benlik kavramlarının toplamını oluşturmaktadır (Pişkin, 2003).

Benlik kavramının oluşma sürecine bakıldığında zaman ise kişilerin yaşadıkları ve sosyal çevrenin önemine dikkat çekilmektedir. Bireylerin içlerinde buldukları toplumun yapısı ve bunu nasıl algıladıkları kendilerini olumlu bir şekilde algılayabilme sürecini etkiler. Kişilerin kendini ve çevresini algılamak benliğin etkili olması, yakın çevrelerini oluştururken diğerleri üzerindeki tutumlarını da etkiler.

Cooley sosyolojik açıdan benlik kavramını ele alırken ayna benlikten bahsetmiştir. Kişiler diğer kişiler ile etkileşim hâlinde olduğu için diğerlerinin bakış açılarından da etkilenmektedirler (Asıcı, 2013).

Rogers, benlik kavramını açıklarken bu kavramın kişilerin hayata gözlerini açtığı andan itibaren başladığını söylemektedir. Benlik kavramı, kişilerin birbirleri ile olan etkileşimleri sonucunda gelişmektedir. Kişiler, gelişen benlik yapılarına göre algılamaya başlayıp kendi çevrelerini oluştururlar (Kaya, 2017).

1.6.1. Benlik Saygısı

Benlik saygısı ile ilgili literatüre bakıldığında benlik ve benlik saygısı kavramlarının birbirleriyle hemen hemen eş değer tanımlar kullanılarak açıklandığı görülmektedir (Cobb, 2007). Benlik, kişinin kendisini tanımlarken kullandığı bir terim olarak değerlendirilirken benlik saygısı ise kişinin kendisine yönelik olumlu veya olumsuz tanımlamalarını kapsamaktadır. Benlik kişilerin kendilerine özgü ifade ediş biçimleri benlik saygısı ise genel bir tanımlamayı açıklamaktadır (Cobb, 2007).

Benlik saygısı kavramı, kişinin benlik imgesi ve ideal benliği arasındaki farkın yorumlanması olarak ele alınmaktadır. Benlik saygısı, kişilerin kendilerine saygı ve güven duyarak kendini olumlu olarak değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Benlik saygısı düşük olan kişilerde değersizlik düşüncelerinin yoğun olarak gözlenmesinden dolayı bu kişilerin depresyona girme oranlarının da yüksek olduğu görülmektedir (Crocker ve Major, 1989).

Rosenberg, benlik saygısı kavramı, kişilerin kendileri ile ilgili olan düşüncelerinin olumlu veya olumsuz olması, kendileri ile ilgili tutumları ve kendilerini

değerli veya değersiz bulmaları gibi etmenlerle açıklamıştır. İnsanların kişilik özellikleri, yetenekleri ve vücutları ile ilgili olumlu ve olumsuz yönlerini bilip bunları kabul edebilmesi ile de benlik saygısını etkileyebilecek faktörler arasında sayılmaktadır (Yörükoğlu, 1987).

Benlik saygısı, kişilerin doğdukları anda başlar ve kendileri ile ilgili olan olumlu düşünce ve tutumlarını içerir. Kişilerin sağlıklı benlik saygısına sahip olabilmeleri için değerli ve yeterli olduklarını hissedebilmeleri önem taşımaktadır. Kişilerin başkaları tarafından değerli olduklarını düşünüp hissedebilmeleri de kendilerini kabul edebilmeleri için önem teşkil eder. Benlik saygısı yüksek olan kişilerin sorun yaratıcı bir durum veya olayla karşılaştıklarında problem çözme yeteneklerinin arttığı görülmüştür ve stresli durumlara alışı bu durumun daha kolay üstesinden gelebildikleri gözlenmiştir (Yörükoğlu, 1987).

Benlik saygısı düşük ve yüksek olan kişiler arasında farklılıklar bulunmaktadır (Pişkin, 1999). Benlik saygısı yüksek olan kişiler okul hayatlarında daha başarılı, sorumluluklarının farkında olan, yapmış olduğu davranışlarının sonuçlarını tahmin edebilen, yeni şeyler denemeye açık, meraklı, başka kişilerin ihtiyaçlarına yönelik duyarlılık sahibi olan, diğer kişilere saygılı olup çatışma anında çözüm arayışında olan kişiler olarak tanımlanmaktadır. Benlik saygısı düşük olan kişiler ise başka kişiler tarafından yönlendirilmeye açık olan, kişisel uyumu zayıf olan, anti sosyal davranışlar sergileyebilen, kendi ilgilerini kullanmayı tercih etmeyen kişiler olarak tanımlanmaktadır. (Tuttle ve Tuttle, 2004).

1.6.2. Benlik Saygısı ve İlişki Doyumu

Benlik saygısının başkalarına duygusal açıdan yaklaşabilme becerisi ile doğru orantılı olduğu bilinmektedir. Kişiler romantik bir ilişki içerisinde olduklarında duygusal açıdan büyüyüp özgüvenleri artmaktadır ve buna bağlı olarak da benlik kavramları güçlenmektedir (Aron, 1986). Literatürde bu iki konuyla ilişkili olarak pek çok araştırma bulunmaktadır.

Maslow, kişiler için ihtiyaçları sıraladığı hiyerarşide en üstte yer alan kendini gerçekleştirme ve kişilerin kendini sevme ve sevebilme becerisinden bahsetmektedir. Romantik bir ilişki yaşayan ve romantik bir ilişki yaşamayan kişiler arasında yapılan

bir araştırmada ilişki içinde olanların ilişki içinde olmayanlara kıyasla daha çok kendilerini gerçekleştirdikleri sonucu elde edilmiştir (Pines, 2010).

Erikson, kişilerin yakınlık kurabilmeleri için kendilerini iyi tanıyor olması gerektiğini ve bu bağlamda da benlik duygusunun güçlü olması gerektiğini savunmaktadır (Pines, 2010).

Benlik saygısı yüksek olan kişilerin, ikili ilişkilerde daha pozitif bir bakış açısına sahip oldukları ve partnerlerine karşı daha tutarlı ve esnek oldukları ortaya konulmuştur (Baldwin ve Keelan, 1999).

1.6.3. Benlik Saygısı ve İlgili Araştırmalar

Erdem (2019), cinsiyet rolleri ve benlik saygısının ilişki doyumunu üzerindeki etkisini ele almıştır. Yapılan araştırmada romantik ilişki içerisinde olan 356 kadına ulaşılmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlara bakıldığında androjen ve erkeksi cinsiyet kalıplarını benimseyen kadınların benlik saygısının diğerlerine kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Androjen cinsiyet kalıbını benimseyen kişilerin ilişki doyumunun daha yüksek olduğu ve benlik saygısı ile ilişki doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Bununla birlikte yetişkin kadınlarda erkeksi ve kadınsı özelliklere birlikte sahip olundukça kişilerin ilişki doyumunu ve benlik saygılarında artış olduğu gözlenmiştir. İlişki doyumunu ele alındığında kadınsı olmak, benlik saygısı ele alındığında ise erkeksi olmak önem teşkil etmektedir. Kadınsı ve erkeksi özellikler ortaya çıkmadığında ise ilişki doyumunu ve benlik saygısı açısından dş gözlenmektedir.

Kaya (2020), yapmış olduğu araştırmada algılanan ebeveyn tutumu, benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Yapılan araştırmada 160 niversite öğrencisine ulaşılmıştır. Araştırmada algılanan ebeveyn tutumu, depresyon ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler olduğu analiz edilmiştir. Kişilerin algıladıkları demokratik ebeveyn tutumları ile depresyon arasında negatif yönde bir ilişki ve algılanan demokratik ebeveyn tutumları ile depresyon ve benlik saygısı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucu analiz edilmiştir. Düşük benlik saygısının depresyon için bir risk faktörü oluşturulabileceği sonucu elde edilmiştir.

Batoll (2020), yapmış olduğu araştırmada algılanan ebeveyn tutumu, benlik saygısı ve akademik erteleme arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Yapılan araştırmada 502

öğrenciye ulaşılmıştır. Araştırmada kişilerin genel not ortalamaları, algılanan ebeveyn tutumları ve benlik saygıları yol analiz yöntemi ile ele alınmaktadır. Araştırmanın sonucunda şefkatli ve destekleyici ebeveyn tutumları ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptanmıştır.

1.7. Amaç

Bu araştırmada Türkiye’de yaşayan ve romantik ilişkisi olan yetişkin kadınlarda ilişki doyumunun benlik saygısı ile olan ilişkisini incelemek amaçlandı. Benlik saygısı ve ilişki doyumu ele alınırken aynı zamanda araştırmaya katılan kişilerin sosyodemografik özellikleri de eklenmektedir. Sosyodemografik özelliklerden yola çıkılarak araştırmaya katılan kişilerin yaşları, algılanan sosyoekonomik düzeyleri, romantik ilişkilerinin tipi, meslekleri ve çalışma durumlarının da ilişki doyumu ve benlik saygısı arasındaki ilişkide ele alınmaktadır.

1.8. Araştırmanın Hipotezleri

Benlik saygısı ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

- **$H1_0$** : Benlik saygısı ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki yoktur.
- **$H1_1$** : Benlik saygısı ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin eğitim seviyesi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

- **$H2_0$** : Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin eğitim seviyesi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki yoktur.
- **$H2_1$** : Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin eğitim seviyesi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin algılanan sosyoekonomik düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

- **H3₀**: Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin algılanan sosyoekonomik düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki yoktur.
- **H3₁**: Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin algılanan sosyoekonomik düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Romantik ilişkisi olan çalışan yetişkin kadın bireylerin çalışmayanlara göre benlik saygıları anlamlı düzeyde yüksek midir?

- **H4₀**: Romantik ilişkisi olan çalışan yetişkin kadın bireylerin çalışmayanlara göre benlik saygıları anlamlı düzeyde yüksek değildir.
- **H4₁**: Romantik ilişkisi olan çalışan yetişkin kadın bireylerin çalışmayanlara göre benlik saygıları anlamlı düzeyde yüksektir.

1.9. Sınırlılıklar

Araştırmanın en önemli kısıtlılığı kesitsel olmasıdır. Kesitsel çalışmalarda neden sonuç ilişkisi saptamak mümkün değildir. Araştırmada Türkiye’de yaşayan 18-71 yaş aralığında romantik ilişkisi olan yetişkin kadınlara ulaşılmıştır. Araştırma, romantik ilişkisi olan erkekleri kapsamamaktadır ve cinsiyete yönelik değerlendirme yapılabilmesi için uygun değildir ve 18-71 yaş aralığındaki kadınlara ulaşıldığı için 18 yaşından küçük olan kadınları da kapsamamaktadır. Araştırma, belirli bir zaman diliminde yapıldığı için ve pandemi dönemine denk geldiği için değerlendirilirken bu unsurlar da dikkate alınmalıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu araştırma Türkiye’de yaşayan 18-71 yaş aralığında olan romantik ilişki yaşayan kadınların ilişki doyumu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemeyi içermektedir. Araştırmada toplam 601 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Araştırmada normal dağılım gerçekleştirilemediği için parametrik olmayan hipotez testleri uygulanmıştır. Araştırmada uygun örneklem modeli kullanılmıştır ve veriler 01 Eylül 2020- 01 Mayıs 2021 arasında toplanmıştır.

2.1. Araştırma Deseni

2020 yılında ortaya çıkan koronavirüs salgın sürecinden dolayı katılımcılara yüz yüze ulaşmak güç olduğu için çevrim içi olarak ulaşmak zorunda kalınmıştır. Kişisel bilgi formu ve ölçek formları aslına uygun bir şekilde Google Form uygulaması üzerinden oluşturulmuştur. Hazırlanan formlar, Whatsapp uygulaması üzerinden kadınlara ulaştırılmıştır. Araştırmada uygun örneklem modeliyle Türkiye’de yaşayan 601 kadına ulaşılmıştır. Google Form üzerinde “Her soruyu cevaplamak zorunludur.” seçeneği olduğu için eksik cevaplanan formlar sistemde görülmemektedir.

2.2. Veri Çözümleme

Araştırmada toplanan verilerin istatistiksel açıdan analizinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0 yazılımı kullanılmıştır.

Kadınların RSE ve İİÖ verdikleri yanıtların güvenilirliklerinin incelenmesi için Cronbach alfa testi kullanılmıştır. Yapılan test sonucunda RSE ait alfa katsayısı 0,794 bulunmuş, İİÖ ait alfa katsayısı ise 0,809 bulunmuştur.

Kadınların sosyodemografik özellikleri frekans analiziyle belirlenmiş, RSE ve İİÖ aldıkları puanlara ilişkin tanımlayıcı istatistikler gösterilmiştir.

Kadınların RSE ve İİÖ puanlarının normal dağılıma uyma durumu Kolmogorov-Smirnov testiyle incelenmiş ve normal dağılıma uymadığı saptanmıştır. Buna göre araştırmada parametrik olmayan hipotez testleri kullanılmıştır. Katılımcıların RSE ile

İİÖ puanları arasındaki ilişkiler Speaman testiyle belirlenmiştir. Kadınların eğitim durumuna ve gelir düzeyine göre RSE puanlarının karşılaştırılmasında Kruskal-Wallis H testi, çalışma durumuna göre RSE puanlarının karşılaştırılmasında ise Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

2.3. Katılımcılar

Türkiye’de yaşayan romantik ilişkisi olan 18-71 yaş aralığındaki 601 kadın gönüllü olarak araştırmaya katılmıştır. Katılımcılara ölçek formları Pandemi nedeniyle sadece Google Form üzerinden araştırmacı tarafından ulaştırılmıştır.

Tablo 1. Kadınların sosyodemografik özellikleri (N=601)

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Yaş		
18-25	55	9,15
26-35	130	21,63
36-45	173	28,79
46-60	198	32,95
61 ve üzeri	45	7,49
Medeni durum		
Evli	413	68,72
Sözlü-nişanlı	27	4,49
Flört-Partner-Romantik İlişki	161	26,79
Öğrenim durumu		
İlköğretim	17	2,83
Lise	89	14,81
Lisans	343	57,07
Lisansüstü	152	25,29

Gelir düzeyi		
Düşük	40	6,66
Orta	473	78,70
Yüksek	88	14,64
Çalışma durumu		
Çalışan	351	58,40
Çalışmayan	250	41,60

Tablo 1.'de araştırmaya dâhil edilen kadınların sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 1. incelendiğinde, araştırmaya katılan kadınların %9,15'inin 18-25 yaş, %21,63'ünün 26-35 yaş, %28,79'unun 36-45 yaş, %32,95'inin 46-60 yaş ve %7,49'unun ise 61 yaş ve üzeri yaş grubunda olduğu belirlenmiştir. Kadınların %68,72'sinin evli, %4,49'unun sözlü-nişanlı ve %26,79'unun romantik ilişkisinin olduğu, %14,81'inin lise, %57,07'sinin lisans ve %25,29'unun lisansüstü mezunu olduğu, %6,66'sının düşük, %78,70'inin orta ve %14,64'ünün yüksek gelir düzeyinde olduğu, % 58,40'ının çalıştığı belirlenmiştir.

2.4. Veri Toplama Araçları

İlişki doyumu ve benlik saygısını ölçmek adına geliştirilen literatürde pek çok ölçüm aracı bulunmaktadır. Bu araştırmada elde edilen verilere kişisel bilgi formu, RSE, İİÖ kullanılarak ulaşılmıştır.

2.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan kişilerden bilgi alabilmek adına bir form oluşturulmuştur. Bu formda araştırmaya katılan kişilere yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, romantik ilişki tipi, meslek ve çalışıp çalışmama durumu soruları sorulmuştur. Toplam 5 adet soru sorulmuştur. Yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, romantik ilişki, çalışıp çalışmama durumu 2 ile 5 şık arasında oluşan çoktan seçmeli sorulardır. Meslek sorusu

ise açık uçlu soru olarak verilmiştir. Sorulara ortalama olarak 25 saniyede cevap verilebilmektedir.

2.4.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RSE)

1965 yılında Rosenberg tarafından oluşturulan kendini değerlendirme ölçeği olarak bilinmektedir. 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından güvenilirlik ve geçerlilik çalışması yapılmıştır. Toplam 63 sorudan ve 12 alt boyuttan oluşmaktadır ve içerisinde çoktan seçmeli sorulardan oluşan likert tipli bir ölçektir. İnsanlara güvenme, öz değer duygusu, kendilik kavramı, hayalperestlik, depresif duygulanım, psikosomatik belirtiler, kişiler arası ilişkilerde tehdit duygusunu hissetme, anne ve baba ilişkisi, tartışmalara katılabilme, babayla ilişki ve psişik izolasyon alt boyutlarından oluşmaktadır (Çuhadaroğlu, 1990).

Benlik saygısı dışında olan, alt boyutlarda bulunan sorular yanıt anahtarına göre değerlendirilmektedir ve her soru için 0 ya da 1 puan alınmaktadır. Benlik saygısı alt boyutunda ise sorular çok doğru ve çok yanlış doğru derecelendirilmektedir. Çok yanlış 1, yanlış 2, doğru 3 ve çok doğru ise 4 olarak puan almaktadır. Çuhadaroğlu yapmış olduğu araştırmada Cronbach Alfa güvenilirlik kat sayısını 0.85 olarak bulmuştur (Çuhadaroğlu, 1990).

2.4.5. İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ)

Rusbult, Martz ve Agnew 1998 yılında ilişkilerde yatırım modelini baz alarak Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme, İlişki Doyumu ve İlişki Yatırımı ölçeklerini ortaya çıkarmışlardır. Rusbult ve arkadaşları bu ölçekleri birleştirerek İİÖ'yü oluşturup diğer ölçeklere alt boyut olarak yer vermişlerdir. Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu ise 2005 yılında Rusbult ve arkadaşlarının geliştirmiş olduğu İİÖ'nün Türkiye örneklemini içerisinde güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasını yapıp Türkçeye uyarlamışlardır (Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005).

30 tane sorudan ve 3 tane alt boyuttan oluşan ölçek likert tiplidir. 3 alt boyut onar madde olarak ayrılmış olup bu alt boyutlar ilişki yatırımı, ilişki doyumu ve seçeneklerin niteliğidir. Tüm alt boyutların ilk beş maddesi tamamen yanlış 1, oldukça yanlış 2, oldukça doğru 3 ve tamamıyla doğru 4 olacak şekilde derecelendirilmiştir.

Alt boyutlar içinde geriye kalan sorular içinse tamamen yanlış 1 ve tamamen doğru 9 aralığında derecelendirilme yapılmıştır. Her alt boyut kendi içerisinde ayrı bir şekilde puanları toplanıp ele alınmaktadır. Alt boyutlar için iç tutarlılık kat sayısına bakıldığında ise seçeneklerin niteliğini değerlendirme 0.84, ilişki doyumu 0.90 ve ilişki yatırımı 0.84 olarak bulunmuştur (Büyükhahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

3.1. Yetişkin Kadınlarda İlişki Doyumu ve Benlik Saygısı ile İlgili Bulgular

Tablo 2. Kadınların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar (N=601)

	n	\bar{x}	s	Min	Max
Benlik saygısı	601	1,08	0,83	0	4,25
Kendilik kavramının sürekliliği	601	3,10	1,30	0	5
İnsanlara güven duyma	601	1,82	0,79	0	4
Eleştiriye duyarlılık	601	2,03	1,02	0	3
Depresif duygulanım	601	1,71	1,35	0	6
Hayalperestlik	601	0,74	1,18	0	4
Psikosomatik belirtiler	601	3,09	2,43	0	10
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	601	0,94	1,03	0	3
Tartışmalara katılabilme derecesi	601	1,10	0,83	0	2
Ana-baba ilgisi	601	1,75	1,81	0	7
Babayla ilişki	601	1,49	1,49	0	6
Psşik İzolasyon	601	0,80	0,79	0	2

Tablo 2.'de kadınların RSE aldıkları puanlara ilişkin ortalama, standart sapma, en küçük ve en büyük değer gibi tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Tablo 2. incelendiğinde, araştırmaya dâhil olan kadınların, RSE de bulunan Benlik saygısı alt boyutundan ortalama $1,08 \pm 0,83$ puan, Kendilik kavramının sürekliliği alt boyutundan ortalama $3,10 \pm 1,30$ puan, İnsanlara güven duyma alt boyutundan ortalama $1,82 \pm 0,79$ puan, Eleştiriye duyarlılık alt boyutundan ortalama $2,03 \pm 1,02$ puan, Depresif duygulanım alt boyutundan ortalama $1,71 \pm 1,35$ puan, Hayalperestlik alt boyutundan ortalama $0,74 \pm 1,18$ puan, Psikosomatik belirtiler alt boyutundan ortalama $3,09 \pm 2,43$ puan, Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme alt boyutundan ortalama $0,94 \pm 1,03$ puan, Tartışmalara katılabilme derecesi alt boyutundan ortalama $1,10 \pm 0,83$ puan, Tartışmalara katılabilme derecesi alt boyutundan ortalama $1,10 \pm 0,83$ puan, Ana-baba ilgisi alt boyutundan ortalama $1,75 \pm 1,81$ puan, Babayla ilişki alt boyutundan

ortalama $1,49 \pm 1,49$ puan ve Psişik İzolasyon alt boyutundan ortalama $0,80 \pm 0,79$ puan aldıkları belirlenmiştir.



Tablo 3. Kadınların İlişki İstikrarı Ölçeğinden aldıkları puanlar (N=601)

	n	\bar{x}	s	Min	Max
İlişki Doyumu	601	48,52	13,76	10	65
Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme	601	34,49	12,77	10	63
İlişki Yatırımı	601	37,25	11,71	10	65

Tablo 3.'te araştırma kapsamına alınan kadınların İİÖ aldıkları puanlara dair tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 3. incelendiğinde araştırmaya dâhil olan kadınların İİÖ'de bulunan İlişki Doyumu alt boyutundan ortalama $48,52 \pm 13,76$ puan, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutundan ortalama $34,49 \pm 12,77$ puan ve İlişki Yatırımı alt boyutundan ortalama $37,25 \pm 11,71$ puan aldıkları tespit edilmiştir.

Tablo 4. Kadınların Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar ile İlişki İstikrarı Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar (N=601)

		İlişki Doy	Seçeneklerin Niteliğini De	İlişki Yat
Benlik saygısı	r	-0,202	0,198	0,149
	p	0,000*	0,000*	0,000*
Kendilik kavramının sürekliliği	r	-0,100	0,171	0,159
	p	0,014*	0,000*	0,000*
İnsanlara güven duyma	r	-0,039	0,069	-0,064
	p	0,335	0,093	0,116
Eleştiriye duyarlılık	r	-0,114	0,031	0,159
	p	0,005*	0,446	0,000*
Depresif duygulanım	r	-0,342	0,127	0,138
	p	0,000*	0,002*	0,001*
Hayalperestlik	r	-0,043	0,154	0,119
	p	0,291	0,000*	0,004*
Psikosomatik belirtiler	r	-0,196	0,088	0,154
	p	0,000*	0,031*	0,000*
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	r	0,006	-0,037	0,195
	p	0,888	0,364	0,000*
Tartışmalara Katılabilme derecesi	r	0,005	0,189	-0,033
	p	0,896	0,000*	0,424
Ana-baba ilgisi	r	-0,187	0,109	0,009
	p	0,000*	0,007*	0,823
Babayla ilişki	r	-0,017	0,047	-0,022
	p	0,675	0,250	0,597
Psşik İzolasyon	r	-0,165	0,125	0,027
	p	0,000*	0,002*	0,516

* $p < 0,05$

Tablo 4'te Kadınların RSE'den aldıkları puanlar ile İİÖ'den aldıkları puanlar arasındaki korelasyonların incelenmesinde kullanılan Spearman testi sonuçları gösterilmiştir.

Kadınların RSE’de bulunan Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Psikosomatik belirtiler, Ana-baba ilgisi ve Psişik İzolasyon alt boyutundan aldıkları puanlar ile İlişki İstikrarı Ölçeğinde yer alan İlişki Doyumu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonların olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Bu korelasyonlar negatif yönlü ve düşük kuvvetlidir. Buna göre kadınların RSE’de bulunan Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Psikosomatik belirtiler, Ana-baba ilgisi ve Psişik İzolasyon alt boyutundan aldıkları puanlar arttıkça İİÖ’de yer alan İlişki Doyumu alt boyutundan aldıkları puanlar azalmaktadır.

Araştırma kapsamına alınan kadınların RSE’deki Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Depresif duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik belirtiler, Tartışmalara katılabilme derecesi, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi ve Psişik İzolasyon alt boyutlarından almış oldukları puanlar ile İİÖ’de yer alan Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde, negatif yönlü ve zayıf korelasyonların olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Katılımcıların RSE Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Depresif duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik belirtiler, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi ve Psişik İzolasyon alt boyutlarından almış oldukları puanlar arttıkça İİÖ’de yer alan Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar da artış göstermektedir.

Araştırmaya katılan kadınların RSE’deki Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik belirtiler ve Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme alt boyutlarından almış oldukları puanlar ile İİÖ’de yer alan İlişki Yatırımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonların olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Bu korelasyonlar zayıf ve pozitif yönlü olup kadınların RSE’deki Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik belirtiler ve Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme alt boyutlarından almış oldukları puanlar arttıkça İİÖ’de yer alan İlişki Yatırımı alt boyutundan aldıkları puanlar da artmaktadır.

Tablo 5. Kadınların öğrenim durumuna göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması (N=601)

	Öğrenim durumu	n	\bar{x}	s	M	SO	X ²	p
Benlik saygısı	İlköğretim	17	1,38	1,21	1,00	326,50	6,643	0,084
	Lise	89	0,90	0,75	0,67	258,64		
	Lisans	343	1,09	0,79	0,75	306,12		
	Lisansüstü	152	1,15	0,89	0,75	311,40		
Kendilik kavramının sürekliliği	İlköğretim	17	2,88	1,62	3,00	281,76	3,708	0,295
	Lise	89	2,96	1,25	3,00	279,07		
	Lisans	343	3,08	1,32	3,00	299,21		
	Lisansüstü	152	3,26	1,25	4,00	320,04		
İnsanlara güven duyma	İlköğretim	17	2,00	0,71	2,00	343,06	3,389	0,335
	Lise	89	1,75	0,68	2,00	290,62		
	Lisans	343	1,79	0,82	2,00	294,77		
	Lisansüstü	152	1,89	0,81	2,00	316,44		
Eleştiriye duyarlılık	İlköğretim	17	2,18	1,19	3,00	337,15	2,504	0,475
	Lise	89	1,91	1,03	2,00	280,04		
	Lisans	343	2,04	1,00	2,00	301,95		
	Lisansüstü	152	2,06	1,04	2,00	307,09		
Depresif duygulanım	İlköğretim	17	1,82	1,63	1,00	303,26	3,391	0,335
	Lise	89	1,49	1,32	1,00	272,77		
	Lisans	343	1,78	1,37	2,00	309,47		
	Lisansüstü	152	1,67	1,28	1,00	298,17		
Hayalperestlik	İlköğretim	17	1,24	1,52	0,00	351,18	5,929	0,115
	Lise	89	0,56	1,13	0,00	271,26		
	Lisans	343	0,76	1,19	0,00	305,01		
	Lisansüstü	152	0,74	1,14	0,00	303,74		
Psikosomatik belirtiler	İlköğretim	17	3,00	2,94	3,00	282,26	4,273	0,233
	Lise	89	3,15	2,62	3,00	300,21		
	Lisans	343	3,21	2,37	3,00	312,16		
	Lisansüstü	152	2,80	2,40	2,00	278,38		
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	İlköğretim	17	1,06	1,20	1,00	313,38	2,441	0,486
	Lise	89	1,07	1,02	1,00	324,20		
	Lisans	343	0,90	1,04	1,00	294,59		
	Lisansüstü	152	0,93	1,01	1,00	300,49		
Tartışmalara katılabilme derecesi	İlköğretim	17	1,00	0,61	1,00	276,29	2,585	0,460
	Lise	89	0,99	0,86	1,00	279,75		
	Lisans	343	1,11	0,82	1,00	303,09		
	Lisansüstü	152	1,15	0,84	1,00	311,49		
Ana-baba ilgisi	İlköğretim	17	2,35	2,55	2,00	326,09	1,878	0,598
	Lise	89	2,02	2,00	1,00	319,77		
	Lisans	343	1,72	1,78	1,00	298,30		
	Lisansüstü	152	1,61	1,65	1,00	293,30		
Babayla ilişki	İlköğretim	17	1,12	1,05	1,00	271,56	1,176	0,759
	Lise	89	1,70	1,74	1,00	313,70		
	Lisans	343	1,49	1,48	1,00	301,47		
	Lisansüstü	152	1,41	1,40	1,00	295,81		
Psşik İzolasyon	İlköğretim	17	1,00	0,87	1,00	340,79	5,654	0,130
	Lise	89	0,64	0,80	0,00	267,19		
	Lisans	343	0,80	0,78	1,00	303,00		
	Lisansüstü	152	0,85	0,80	1,00	311,84		

Tablo 5'te araştırmaya dâhil edilen kadınların öğrenim durumuna göre RSE'den aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların öğrenim durumuna göre RSE'de bulunan Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik belirtiler, Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, Tartışmalara katılabilme derecesi, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi, Babayla ilişki ve Psişik İzolasyon alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). İlköğretim, lise, lisans ve lisansüstü mezunu olan kadınların RSE'de bulunan Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik belirtiler, Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, Tartışmalara katılabilme derecesi, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi, Babayla ilişki ve Psişik İzolasyon alt boyutundan aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 6. Kadınların gelir düzeyine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması (N=601)

	Gelir düzeyi	n	\bar{x}	s	M	SO	X ²	p	Fark
Benlik saygısı	Düşük ¹	40	1,87	1,16	1,83	423,63	21,951	0,000*	1-3
	Orta ²	473	1,03	0,79	0,75	291,13			2-3
	Yüksek ³	88	1,02	0,70	0,75	298,32			
Kendilik kavramının sürekliliği	Düşük	40	3,50	1,34	4,00	356,88	5,392	0,067	
	Orta	473	3,09	1,29	3,00	299,55			
	Yüksek	88	2,99	1,34	3,00	283,38			
İnsanlara güven duyma	Düşük	40	2,05	0,81	2,00	348,48	5,276	0,071	
	Orta	473	1,78	0,78	2,00	293,87			
	Yüksek	88	1,92	0,85	2,00	317,75			
Eleştiriye duyarlılık	Düşük ¹	40	2,35	0,98	3,00	357,86	9,302	0,010*	1-2
	Orta ²	473	1,98	1,00	2,00	290,87			
	Yüksek ³	88	2,17	1,07	3,00	329,61			
Depresif duygulanım	Düşük ¹	40	2,63	1,69	3,00	394,95	15,385	0,000*	1-2
	Orta ²	473	1,67	1,27	1,00	298,80			1-3
	Yüksek ³	88	1,50	1,41	1,00	270,11			
Hayalperestlik	Düşük ¹	40	1,38	1,56	1,00	367,84	9,200	0,010*	1-2
	Orta ²	473	0,71	1,14	0,00	297,81			1-3
	Yüksek ³	88	0,64	1,13	0,00	287,79			
Psikosomatik belirtiler	Düşük ¹	40	4,33	3,08	4,00	370,21	9,692	0,008*	1-2
	Orta ²	473	3,07	2,38	3,00	301,27			1-3
	Yüksek ³	88	2,63	2,25	2,00	268,10			
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	Düşük	40	1,20	1,07	1,00	343,54	3,122	0,210	
	Orta	473	0,93	1,03	1,00	299,27			
	Yüksek	88	0,88	1,01	0,50	290,97			
Tartışmalara katılabilme derecesi	Düşük	40	1,03	0,89	1,00	287,54	0,312	0,855	
	Orta	473	1,10	0,82	1,00	301,54			
	Yüksek	88	1,11	0,85	1,00	304,24			
Ana-baba ilgisi	Düşük	40	2,18	1,78	2,00	350,28	4,334	0,115	
	Orta	473	1,77	1,85	1,00	300,04			
	Yüksek	88	1,49	1,54	1,00	283,78			

Babayla ilişki	Düşük	40	1,30	1,45	1,00	277,44	1,430	0,489
	Orta	473	1,49	1,52	1,00	300,33		
	Yüksek	88	1,55	1,37	1,00	315,32		
Psişik İzolasyon	Düşük	40	1,08	0,76	1,00	359,80	5,669	0,059
	Orta	473	0,77	0,79	1,00	296,58		
	Yüksek	88	0,78	0,81	1,00	298,06		

* $p < 0,05$

Tablo 6.'da kadınların gelir düzeyine göre RSE'den aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Kruskal-Wallis H testi sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde kadınların gelir düzeyine göre RSE'de yer alan Benlik saygısı, Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Hayalperestlik ve Psikosomatik belirtiler alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Gelir seviyesi düşük olan kadınların RSE'de yer alan Benlik saygısı, Depresif duygulanım, Hayalperestlik ve Psikosomatik belirtiler alt boyutundan aldıkları puanlar gelir seviyesi orta ve yüksek olanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca gelir seviyesi düşük olan kadınların Eleştiriye duyarlılık alt boyutundan aldıkları puanlar, gelir seviyesi orta olanlara göre daha yüksektir.

Katılımcıların gelir düzeyine göre RSE'de yer alan Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Kişilerarası ilişkilerde tehdit, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi, Babayla ilişkin ve Psişik İzolasyon alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Kadınlar gelir düzeyine göre RSE'de yer alan Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Kişilerarası ilişkilerde tehdit, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi, Babayla ilişkin ve Psişik İzolasyon alt boyutlarından benzer puanlar almıştır.

Tablo 7. Kadınların çalışma durumuna göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması (N=601)

	Çalışma durumu	n	\bar{x}	s	M	SO	Z	p
Benlik saygısı	Çalışan	351	1,05	0,80	0,75	295,18	-0,984	0,325
	Çalışmayan	250	1,13	0,88	0,75	309,17		
Kendilik kavramının sürekliliği	Çalışan	351	3,11	1,29	3,00	301,88	-0,152	0,879
	Çalışmayan	250	3,09	1,32	3,00	299,76		
İnsanlara güven duyma	Çalışan	351	1,81	0,79	2,00	298,82	-0,390	0,697
	Çalışmayan	250	1,83	0,81	2,00	304,06		
Eleştiriye duyarlılık	Çalışan	351	2,05	1,04	2,00	305,66	-0,825	0,409
	Çalışmayan	250	2,00	0,99	2,00	294,46		
Depresif duygulanım	Çalışan	351	1,67	1,32	1,00	296,38	-0,794	0,427
	Çalışmayan	250	1,77	1,38	1,00	307,49		
Hayalperestlik	Çalışan	351	0,60	1,06	0,00	285,92	-2,980	0,003*
	Çalışmayan	250	0,93	1,31	0,00	322,18		
Psikosomatik belirtiler	Çalışan	351	3,09	2,39	3,00	302,79	-0,302	0,763
	Çalışmayan	250	3,08	2,50	3,00	298,49		
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	Çalışan	351	0,93	1,04	1,00	299,96	-0,186	0,853
	Çalışmayan	250	0,94	1,02	1,00	302,46		
Tartışmalara katılabilme derecesi	Çalışan	351	1,09	0,83	1,00	298,22	-0,495	0,621
	Çalışmayan	250	1,12	0,82	1,00	304,90		
Ana-baba ilgisi	Çalışan	351	1,66	1,74	1,00	294,18	-1,174	0,240
	Çalışmayan	250	1,88	1,90	1,00	310,58		
Babayla ilişki	Çalışan	351	1,49	1,51	1,00	300,82	-0,031	0,975
	Çalışmayan	250	1,48	1,47	1,00	301,25		
Psşik İzolasyon	Çalışan	351	0,79	0,79	1,00	299,71	-0,231	0,817
	Çalışmayan	250	0,80	0,80	1,00	302,81		

* $p < 0,05$

Tablo 7.'de araştırmaya dâhil edilen kadınların çalışma durumuna göre RSE'den aldıkları puanların karşılaştırılmasında kullanılan Mann-Whitney U testinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 7. incelendiğinde, kadınların çalışma durumuna göre RSE'de bulunan Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Eleştiriye duyarlılık,

Depresif duygulanım, Psikosomatik belirtiler, Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi, Babayla ilişki ve Psişik İzolasyon alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Çalışan ve çalışmayan kadınların RSE’de bulunan Benlik saygısı, Kendilik kavramının sürekliliği, İnsanlara güven duyma, Eleştiriye duyarlılık, Depresif duygulanım, Psikosomatik belirtiler, Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, Tartışmalara katılabilme derecesi, Tartışmalara katılabilme derecesi, Ana-baba ilgisi, Babayla ilişki ve Psişik İzolasyon alt boyutlarından aldıkları puanlar benzer bulunmuştur.

Araştırmaya dâhil edilen kadınların RSE’de yer alan Hayalperestlik alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Çalışan kadınların RSE’de yer alan Hayalperestlik alt boyutundan aldıkları puanlar çalışmayanlara göre daha düşük bulunmuştur.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

4.1. Tartışma

Yapılan araştırmada Türkiye’de romantik ilişkisi olan yetişkin kadınlarda ilişki doyumunun benlik saygısı ile olan ilişkisini bilimsel olarak incelemek amaçlandı. İlişki doyumu ve benlik saygısının kadınların sosyodemografik özellikleri ele alınarak yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, romantik ilişki tipi, meslek ve çalışıp çalışmama durumu arasında ilişki ve farklılık olup olmadığı analiz edilmiştir. Bu bölümde yapılan araştırma ile ilgili olarak literatür taraması yapıp benzer araştırma bulgularının tartışılıp yorumlanması ele alınmıştır.

4.2. Katılımcılarda Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar ile İlişki İstikrarı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişki

Bu bölümde “Benlik saygısı ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.” hipotezi ele alınmıştır. Benlik saygısı ve ilişki istikrarı alt boyutları ele alınarak ilişki karşılaştırılmasında bulunulmuştur ve birçok alt boyut arasında anlamlı ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Ulutaş, (2018) yapmış olduğu araştırmada üniversite öğrencilerinde romantik ilişki doyumu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Yaptığı araştırmada Uludağ Üniversitesinde eğitim gören ve romantik ilişki içerisinde olan 470 kişiye ulaşmıştır. Ulutaş, analiz sonuçlarında ise ilişki doyumu ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı sonuçlar elde etmiştir. Ulutaş’ın elde etmiş olduğu analiz sonuçları da ortaya atılan hipotezi destekler niteliktedir. Literatür araştırması yapıldığında RSE ve İİÖ’nün alt boyutları ele alınarak benlik saygısı ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen spesifik bir araştırma bulunamamıştır. Genel olarak literatür taraması yapıldığında İİÖ ile birlikte RSE’yi bir arada kullanan sadece Ulutaş’a, (2018) rastlanmıştır. Literatürde ilişki doyumunu ele alan araştırmalara bakıldığında benlik saygısı dışında başka faktörler ile karşılaştırmaya ya da ilişkiye bakıldığı görülmektedir. Örnek olarak Eken, (2019) yapmış olduğu araştırmada romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve ilişki doyumunu ele almıştır. Karamehmetoğlu Çemberci, (2019) yapmış olduğu

araştırmada ilişki doyumu ve temel psikolojik ihtiyaçları ele almıştır.

Kadınların RSE alt boyutu olan benlik saygısı ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Özkan, (1994) 17-21 yaş aralığında olan kişilerin benlik saygılarının aile ile olan ilişkilerini etkileyip etkilemediğini araştırmıştır ve araştırmada 171 kadın ve 379 erkek olmak üzere toplam 500 katılımcı yer almıştır. Özkan, (1994) araştırmasını yaparken RSE'nin ve cinsiyet, anne baba eğitim durumu, ailenin gelir durumu, annenin meslek durumu ve ailenin ilgisi sorularından oluşan sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise kişilerin benlik saygıları ile cinsiyet, anne baba eğitim durumu, ailenin gelir durumu, annenin meslek durumu ve ailenin ilgisi arasında bir ilişki olduğu sonucunu elde etmiştir. Uzun, (2017) araştırmasında evli kişilerin mevcut oldukları bağlanma stilleri ile ilişki istikrarı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Uzun, (2017) araştırmasını yaparken 85 kadın ve 85 erkek olmak üzere toplam 170 katılımcıya ulaşmış ve araştırmasında İİÖ, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise İİÖ alt boyutlarını ve Yakın İlişkiler Yaşantılar Envanterini ele alarak regresyon analizi yapmış ve bu iki değişken arasında anlamlı sonuçlar elde etmiştir. Uzun, (2017) de bu araştırmada da olduğu gibi yapmış olduğu araştırmada kullanılan ölçeklerin ayrıntılı incelenebilmesine olanak sağlayan SPSS veri çözümleme yöntemlerinden faydalanmıştır ve farklı boyutlar ele alınmış olsa da iki araştırmanın da anlamlı sonuçlar elde etmiş olması anlaşılır niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan kendilik kavramının sürekliliği ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Oktan ve Şahin, (2010) yapmış oldukları araştırmada lisede öğrenim gören kız ergen öğrencilerin beden imajları ile benlik saygıları arasındaki ilişkiyi ele almıştır ve toplam 300 kız öğrenciye ulaşmıştır. Oktan ve Şahin, (2010) araştırmalarında Vücut Algısı Ölçeği ve Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği'nden yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise kız öğrencilerin bedenlerine olan imajları ile ilgili olumlu düşünceleri arttıkça benlik saygılarının da arttığı sonucunu elde etmişlerdir. Eker Durmuş, (2020) yapmış olduğu araştırmada öznel partner affediciliği ve ilişki süresini ilişki istikrarı açısından ele almıştır. Eker Durmuş, (2020) araştırmasında 195 ilişkisi olan kişiyi ilişki süresi iki yıldan fazla ve az olarak iki gruba ayırmıştır ve veri çözümleme yönteminde İİÖ ve Öznel/ Eş Partner Affediciliği

Ölçeğinden yaralanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise öznel partner affediciliği ile yatırım alt boyutu arasında ilişki süresine göre ayrılan gruplarda anlamlı bir sonuç elde edilememiştir. Eker Durmuş, (2020) ile farklı analiz sonuçlarının elde edilmesi Eker Durmuş'un katılımcıları iki grup olarak ayırması ve iki grup arasında karşılaştırma yapmasından kaynaklanıyor olabilir.

Kadınların RSE alt boyutu olan insanlara güven duyma ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Erbil, Divan ve Önder, (2006) yapmış oldukları araştırmada ergenlerin içinde buldukları benlik saygılarının aile tutum ve davranışlarına olan etkisini ele almıştır ve lisede öğrenim gören 690 kişiye ulaşmışlardır. Erbil ve arkadaşları araştırmalarında Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği ile kişilerin aileleri ile olan ilişkiyi ölçmek amacıyla hazırladıkları 24 sorudan oluşan sosyodemografik bilgi formundan yararlanmışlardır. Araştırma sonucunda annenin eğitim düzeyi, kardeş sayıları ve anne baba tutumuna yönelik davranışlar ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılaşma olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Saraç, Hamamcı ve Güçray, (2015) yapmış oldukları araştırmada 229 üniversite öğrencisinin romantik ilişki doyumunun yordanmasını ele almışlardır. Saraç ve arkadaşları araştırmada Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği ve İİÖ'nün sadece ilişki doyumu alt ölçeğinden yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise aşırı beklenti, cinsiyet farklılığı, dinî değerler, iletişim, arkadaşlık ilişkileri, farklı düşünmek ve aile ilişkileri ile ilişki doyumu arasında anlamlı sonuçlar elde etmişlerdir. Saraç ve arkadaşları, yapmış oldukları araştırmada anlamlı sonuçlar elde etmiş olsa da bu araştırma ile çalışılan grup arasında farklılık bulunmaktadır. Erbil ve arkadaşları yapmış oldukları araştırmada ise İİÖ alt boyutlarından sadece ilişki doyumu alınarak analiz sonuçları elde edilmiştir. Bu iki araştırmayı baz alarak karşılaştırma yapıldığında farklı sonuçlar elde edilmesi anlaşılır niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan eleştiriye duyarlılık ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu ancak seçeneklerin niteliği arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Güloğlu ve Kararımak, (2010) yapmış oldukları araştırmada 296 kadın 144 erkek olmak üzere toplam 410 üniversite öğrencisinin yalnızlığı yordayıcısı rolündeki benlik saygısı ile psikolojik sağlık arasında olan ilişkiyi ele almışlardır. Güloğlu ve Kararımak, (2010) araştırmalarında Ego Sağlamlığı Ölçeği, RSE ve UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden yararlanmışlardır.

Araştırmanın sonucunda ise kişilerin yalnızlıkları düştükçe benlik saygılarında artış olduğu sonucu elde edilmiştir. Çelik Zeren ve Demirli, (2021) yapmış oldukları araştırmada romantik ilişkisi olan 266 kadın ve 57 erkek olmak üzere toplam 323 üniversite öğrencisinin ilişki istikrarı ve flört şiddetine yönelik ilişkiyi ele almışlardır. Çelik Zeren ve Demirli, (2021) yapmış oldukları araştırmada Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçeği, İİÖ ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise ilişki istikrarı ile flört şiddeti arasında anlamlı ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Çelik Zeren ve Demirli, (2021) yapmış oldukları araştırmada hem kadın hem erkekleri araştırmaya dâhil etmişlerdir ve sınırlı yaş grubu bu araştırmaya dâhil olmuştur. Araştırmalarda ilişki farklı bir yönüyle ele alınmış olsa da yaş ve cinsiyet arasındaki farklılıklar da araştırma sonuçlarını etkilemiş olabilir.

Kadınların RSE alt boyutu olan depresif duygulanım ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Doğan ve Eryılmaz, (2013) yapmış oldukları araştırmada 71 erkek 120 kadın olmak üzere toplam 191 üniversite öğrencisinin iki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Doğan ve Eryılmaz, (2013) yapmış oldukları araştırmada Yaşam Doyumu Ölçeği, İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği ve Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği'nden yararlanmışlardır. Yapmış oldukları araştırma sonucunda ise öznel iyi oluş ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir. İki araştırma karşılaştırıldığında kullanılan ölçekler farklı olsa dahi iki araştırma da benlik saygısı ile ilgili anlamlı sonuçlar elde etmiştir ve birbirlerini destekler niteliktedir. Doğan, Totan ve Sapmaz, (2009) yapmış oldukları araştırmada 286 kadın ve 226 erkek olmak üzere toplam 512 üniversite öğrencisinin benlik saygısı ile sosyal zekâ arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Doğan ve arkadaşlarının yapmış oldukları araştırmada Sosyal Zekâ Ölçeği, RSE ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise benlik saygısı ve sosyal zekâ arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Yılmaz, (2020) yapmış olduğu araştırmada 249 erkek ve 552 kadın olmak üzere toplam 803 romantik ilişkisi olan üniversite öğrencisinin ilişki doyumu ile depresyon, benliğin ayrışması ve otantiklik arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Yılmaz, (2020) araştırmasında İİÖ, Benlik Ayrışması Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Otantiklik Ölçeği ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmasının sonucunda ise ilişki doyumu ile benliğin ayrışması arasındaki ilişki ele alındığında

ben pozisyonu ve sosyal izolasyon arasında anlamlı bir ilişki, başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu elde edilmiştir. Yılmaz, (2020) yapmış olduğu araştırmada bu araştırmada da olduğu gibi benlik ile ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki olduğu sonucunu elde etmiş ancak bu araştırmada olduğu gibi de tüm alt boyutlar arasında anlamlı sonuçlar elde edilememiştir. Her iki araştırmada farklılıklar olmasına rağmen benzerlikler de bulunmaktadır ve her iki araştırmanın analiz sonuçları birbirini destekler niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan hayalperestlik ile İİÖ alt boyutları olan seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu ancak ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Dilek ve Aksoy, (2013) yapmış oldukları araştırmada lisede öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ile anne ve babaların benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Dilek ve Aksoy, (2013) araştırmalarında Benlik Saygısı Envanteri'nden yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise öğrencilerin benlik saygıları ile anne ve babanın benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucunu elde etmişlerdir. Öcal Yüceol, (2016) yapmış olduğu araştırmada 127 kadın ve 98 olmak üzere toplam 225 üniversitede öğrenim gören kişinin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik tutumları, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve ilişki doyumu arasında olan ilişkiyi ele almıştır. Öcal Yüceol, (2016) araştırmasında Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Rollerini Tutum Ölçeği, İlişki Doyumu Ölçeği ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmışdır. Araştırmanın sonucunda ise toplumsal cinsiyet rollerinde eşitlik oldukça romantik ilişki doyumunun da arttığı sonucunu elde etmiştir. Öcal Yüceol ile bu araştırma karşılaştırma yapıldığında ilişki doyumu farklı bakış açısı ile ele alınmıştır ve her iki araştırmadan da elde edilen analiz sonuçlarında farklılıklar olması anlaşılır niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan psikosomatik belirtiler ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Taşyığıt, (2012) yapmış olduğu araştırmada 1029 kadın ve 836 erkek olmak üzere toplam 1855 üniversite öğrencisinin karar verme düzeyleri ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Taşyığıt, (2012) araştırmasında Benlik Saygısı Ölçeği, Karar Verme Ölçeği ve sosyo demografik bilgi formundan yararlanmışdır. Araştırma sonucunda ise karar verme ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmiştir. Yalçın ve Ersever, (2015) yapmış oldukları araştırmada

üniversite öğrencilerinde ilişki geliştirme programının ilişki doyumuna etkisini ele almışlardır. Yalçın ve Ersever, (2015) araştırmalarında 24 kişiyi 2 gruba ayırarak ön test ve son test grubu oluşturmuşlardır ve eğitimin üniversite öğrencilerin ilişki doyumuna etkisini incelemiştir. Değerlendirmeyi yaparlarken kişilerin aldıkları eğitime yönelik sorular hazırlayıp bu sorulardan elde edilen cevaplara veri çözümleme yapmışlardır. Araştırma sonucunda ise üniversite öğrencilerinin ilişki geliştirme programında eğitim gördükten sonra ilişki doyumunda bir artış olduğu sonucu elde edilmiştir. Yalçın ve Ersever, (2015) yapmış oldukları araştırma ile bu araştırma arasında ilişki doyumunu değerlendirme konusunda farklılıklar bulunmaktadır ancak ne kadar her iki araştırma farklı olsa da iki araştırma da anlamlı sonuçlar elde ederek birbirlerini destekler niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme ile İİÖ alt boyutu olan ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olduğu ancak ilişki doyumu ve seçeneklerin niteliği arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Avşaroğlu, (2007) yapmış olduğu araştırmada 1141 üniversite öğrencisinin karar verme ve başa çıkma stratejilerinin benlik saygısı üzerindeki etkisini ele almıştır. Avşaroğlu, (2007) araştırmasında Melbourne Karar Verme Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri'nden yararlanmıştır. Araştırma sonucunda ise karar verme ve başa çıkma stratejilerinde benlik saygısının etkisi olduğu sonucunu elde etmiştir. Üncü, (2007) yapmış olduğu araştırmada 251 kadın ve 215 erkek olmak üzere toplam 466 evli kişinin duygusal zekâ düzeyleri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Üncü, (2007) araştırmasında Evlilik Yaşam Ölçeği, Duygusal Zekâ Ölçeği ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise duygusal zekâ ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmiştir. Üncü (2007) ile bu araştırma karşılaştırıldığında iki araştırma birbirlerine benzer gibi görülse de Üncü'nün hem kadın hem de erkeklerle çalışması ve sadece evli kişileri örnekleme dâhil etmiş olması iki araştırmadan farklı analiz sonuçları elde etmesini destekler niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan tartışmalara katılabilme derecesi ile İİÖ alt boyutu olan seçeneklerin niteliği arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak ilişki doyumu ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Çevik Demir, (2013) yapmış olduğu araştırmada 578 orta öğretimde öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ile dini başa çıkma arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Çevik Demir, (2013)

araştırmasında RSE ve Dindarlık Ölçeği'nden yararlanmıştır. Araştırma sonucunda ise katılımcıların dindarlık seviyeleri düştükçe benlik saygılarının arttığı sonucunu elde etmiştir. Türk ve Demirli Yıldız, (2017) yapmış oldukları araştırmada 125 üniversite öğrencisinin aşk biçimlerinin yalnızlık ve ilişki doyumuna etkisini ele almışlardır. Türk ve Demirli Yıldız, (2017) araştırmalarında Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve İlişki Doyumu Ölçeği'nden yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise tutkulu aşkın ilişki doyumunu arttığı sonucunu elde etmişlerdir. Türk ve Demirli Yıldız, (2017) yapmış oldukları araştırma ile bu araştırma arasındaki en büyük farklardan biri aşk türlerine göre ilişki doyumunu ele almasıdır ve bunun sonucunda da iki araştırma arasında analiz sonuçları arasında farklılıklar görülmesi anlaşılır niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan anne baba ilgisi ile İİÖ alt boyutu olan ilişki doyumu ve seçeneklerin niteliği arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Efilli ve Çıkılı, (2017) yapmış oldukları araştırmada 182 özel eğitim üniversite öğrencisinin benlik saygıları ile mesleki benlik saygıları arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Efilli ve Çıkılı, (2017) araştırmalarında Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçeğinden yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise üniversite öğrencilerinin mesleki benlik saygıları ile benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucunu elde etmişlerdir. Sümer, (2017) yapmış olduğu araştırmada 223 kadın ve 237 erkek olmak üzere toplam 460 romantik ilişkisi olan kişilerin kıskançlık, bağlanma stilleri ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Sümer, (2017) araştırmasında Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Romantik Kıskançlık Ölçeği, İlişki İstikrarı Ölçeği ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise kıskançlık seviyesi arttıkça ilişki doyumunun azaldığı sonucunu elde etmiştir. Sümer, (2017) ile bu araştırma karşılaştırıldığında Sümer'in ilişki doyumunu ele alırken farklı değişkenlerle karşılaştırıldığı görülmüştür ve bu farklılıktan dolayı da iki araştırma sonucunda farklılıklar görülmesi anlaşılır niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan babayla ilişki ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumu, seçeneklerin niteliği ve ilişki yatırımı arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Erbil ve Bostan, (2004) yapmış oldukları araştırmada 65 ebe ve 109 hemşirenin iş doyumu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Erbil ve Bostan, (2004) araştırmalarında Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği, Minnesota

Doyum Ölçeği ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise iş doyumunu ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Yiğit ve Çelik, (2016) yapmış oldukları araştırmada 434 romantik ilişkisi olan kişilerin ilişki doyumunun şemalar, kişilerarası ilişki tarzı ve kendilik algısı ile ilişkisini incelemişlerdir. Yiğit ve Çelik, (2016) araştırmalarında Kişilerarası Tarzlar Ölçeği, Young Şema Ölçeği, İlişki Doyumu Ölçeği, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmışlardır. Araştırmanın sonucunda ise uyumsuz şemaların ilişki doyumunu düşürdüğü sonucunu elde etmişlerdir. Yiğit ve Çelik, (2016) ile bu araştırma karşılaştırıldığında Yiğit ve Çelik'in ilişki doyumunu farklı değişkenler üzerinde ele aldığı ve farklı ölçekler kullandığı görülmektedir ve bu yüzden iki araştırma arasındaki analiz farklılığı olması da anlaşılır niteliktedir.

Kadınların RSE alt boyutu olan psikik izolasyon ile İİÖ alt boyutları olan ilişki doyumunu ve seçeneklerin niteliği arasında anlamlı ilişki olduğu ancak ilişki doyumunu arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Sarıkaya, (2015) yapmış olduğu araştırmada 148 kız ve 154 erkek olmak üzere toplam 302 lise öğrencisinin benlik saygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Sarıkaya, (2015) araştırmasında Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, RSE ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise lise öğrencilerinin benlik saygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmiştir. Karataş, (2019) yapmış olduğu araştırmada 254 romantik ilişkisi olan kişilerin ilişki doyumları ile kişilerarası tarzları ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Karataş, (2019) araştırmasında Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği, İlişki Doyumu Ölçeği, Kişiler Arası İletişim Tarzları Ölçeği ve sosyo demografik bilgi formundan yararlanmıştır. Araştırma sonucunda ise kişiler arasında kullanılan iletişimin olumlu olmaması ve duygu düzenlemede güçlük çekilmesinin ilişki doyumunu düşürdüğü sonucunu elde etmiştir. Karataş, (2019) ile bu araştırma karşılaştırıldığında her iki araştırmanın da ilişki doyumunu farklı değişkenler üzerinden ele aldığı görülmektedir ve bunun da elde edilen farklı analiz sonuçlarının normal olduğu sonucuna varılmaktadır.

4.3. Kadınların eğitim seviyesine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

Bu bölümde “Romantik ilişki olan yetişkin kadın bireylerin eğitim seviyesi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki vardır.” hipotezi ele alınmıştır. Bu hipotez ele alınırken RSE'nin alt boyutları ele alınmıştır ve benlik saygısı alt boyutu dışında tüm alt boyutlar ortaya atılan hipotezi destekleyen analiz sonuçları elde edilmiştir.

Kadınların öğrenim durumu ile RSE alt boyutları arasındaki karşılaştırılmaya bakıldığında benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme becerisi, ana baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon arasında anlamlı farklılaşma olmadığı saptanmıştır. Benlik saygısı ve öğrenim durumu arasında anlamlı farklılaşma sağlanmamış olması, öğrenim durumu değişkeninin benlik saygısı etkileyen faktörlerden biri olmadığı için bu şekilde sonuç elde edilmiş olabilir. Araştırmada öğrenim düzeyinde eşit dağılım söz konusu değildir aksine dağılımın büyük çoğunluğu lisans öğrenim düzeyinde toplanmıştır. Dağılımın düzensiz oluşu da analiz sonuçlarını etkilemiş olabilir. Yeşilova, (2017) yapmış olduğu araştırmada üniversite öğrencilerinin benlik saygısını ele almıştır. Yeşilova yapmış olduğu araştırmada öğrenim durumu ile benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Yeşilova öğrenim düzeyini ölçerken iki grup üzerinde durmuştur bunlar lisans ve yüksek lisanstır. İki çalışma arasındaki kıyasa bakıldığında da Yeşilova'nın öğrenim durumunu iki grup arasında incelemiş olması ve kısmen daha eşit dağılım sağlamış olmasından kaynaklanıyor olabilir.

4.4. Kadınların gelir düzeyine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasının tartışılması

Bu bölümde “Romantik ilişkisi olan yetişkin kadın bireylerin algılanan sosyoekonomik düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki vardır.” hipotezi ele alınmıştır. Bu hipotez ele alınırken RSE'nin alt boyutları ele alınmıştır ve sadece üç alt boyut arasında anlamlı farklılaşma sağlanabilmiştir. Alt

boyutların büyük bir kısmında anlamlı farklılaşma elde edilememesi ortaya atılan hipotezin doğruluğunu kanıtlayamamaktadır.

Kadınların gelir düzeyi ile RSE alt boyutları arasında benlik saygısı, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik ve psikosomatik belirtiler arasında anlamlı farklılaşma olduğu ancak kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilmek becerisi, ana baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon arasında anlamlı farklılaşma olmadığı saptanmıştır. Gelir düzeyi değişkeni incelendiğinde örneklemin büyük kısmının orta gelir düzeyine sahip olduğu görülmektedir ancak gelir düzeyleri kadınlara sorulurken rakamsal değerlere dayandırılmamıştır. Anlamlı farklılaşmanın olduğu alt boyutlara bakıldığında da anlamlı farklılaşmanın gözlemlendiği gruplar arasında da net bir dağılım görülmemektedir. Tüm bu etkenler göz önüne alındığında gelir düzeyi ile benlik saygısı alt boyutları arasında eşit düzeyde anlamlı sonuçlar elde edilememiş olması anlaşılır niteliktedir. Onar Kaya, (2020) yapmış olduğu araştırmada benlik saygısı ile gelir düzeyi arasındaki karşılaştırmayı ele almıştır. Onar Kaya'nın yapmış olduğu araştırmada da öğrenim durumu ile benlik saygısı alt boyutları arasındaki karşılaştırma ele alındığında alt boyutlar arasında net bir şekilde anlamlı farklılaşmalar elde edilememiştir ve düzensiz anlamlı farklılaşmalar görülmektedir. Onar Kaya'nın da elde ettiği sonuçlar ortaya atılan tezi destekler niteliktedir.

4.5. Kadınların çalışma durumuna göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

Bu bölümde "Romantik ilişkisi olan çalışan yetişkin kadın bireylerin çalışmayanlara göre benlik saygıları anlamlı düzeyde yüksektir." hipotezi ele alınmıştır. Bu hipotez ele alınırken RSE'nin alt boyutları ele alınmıştır ve alt boyutlar arasında anlamlı farklılaşma elde edilememiştir. Anlamlı farklılaşmanın olmayışı ortaya atılan bu hipotezin doğruluğunu kanıtlayamamıştır.

Kadınların çalışma durumu ile RSE alt boyutları arasında hayalperestlik ile anlamlı farklılaşma olduğu ancak benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, psikosomatik belirtiler, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilmek becerisi, ana baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon arasında anlamlı farklılaşma olmadığı

saptanmıştır. Çalışma durumu ile RSE arasındaki farklılaşmayı ele alan literatür taraması yapıldığında spesifik bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Dilek ve Aksoy, (2013) yapmış oldukları araştırmada ergenlerin benlik saygıları ile anne ve babaların benlik saygıları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Dilek ve Aksoy, (2013) yapmış oldukları araştırmada Benlik Saygısı Envanteri ve sosyodemografik bilgi formundan yararlanmışlardır. Dilek ve Aksoy, (2013) araştırmalarında anne ve babaların çalışma durumunu ayrı olarak ele almıştır ve araştırmanın sonucunda da annelerin çalışma durumu ile benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Dilek ve Aksoy, (2013) yapmış oldukları araştırma ile bu araştırma kıyaslandığında Dilek ve Aksoy' un çalışma durumunu kadınlar üzerinden değil de anne olan kadınlar arasında karşılaştırma yapmış olması iki araştırma arasında farklı analiz sonuçları elde edilmesinin nedeni olarak görülebilir.

4.6. Sonuçlar

Kadınların RSE'den aldıkları puanlar ile İİÖ'den aldıkları puanlar arasında anlamlı ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kadınların öğrenim durumuna göre RSE'den aldıkları puanlar karşılaştırıldığında anlamlı bir fark olmadığı sonucu elde edilmiştir.

Kadınların gelir düzeyleri ile benlik saygısı arasındaki farka bakıldığında düşük yüksek ve orta yüksek gelir durumuna sahip kadınlar arasında farklılaşma olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kadınların gelir düzeyleri ile eleştiriye duyarlılık benlik saygısı arasındaki farka bakıldığında düşük ve orta düzey gelir durumuna sahip kadınlar arasında farklılaşma olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kadınların gelir düzeyleri ile depresif duygulanım benlik saygısı arasındaki farka bakıldığında düşük orta ve düşük yüksek gelir durumuna sahip kadınlar arasında farklılaşma olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kadınların gelir düzeyleri ile hayalperestlik benlik saygısı arasındaki farka bakıldığında düşük ve yüksek gelir durumuna sahip kadınlar arasında farklılaşma olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kadınların gelir düzeyleri ile psikosomatik belirtiler benlik saygısı arasındaki

farka bakıldığında düşük orta ve yüksek gelir durumuna sahip kadınlar arasında farklılaşma olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kadınların çalışma durumu ile hayalperestlik benlik saygısı arasında anlamlı farklılaşma olduğu sonucu elde edilmiştir.

4.7. Öneriler

Araştırmada sadece kadın katılımcılar yer almaktadır. Bu konu ile ilgilenen araştırmacılar kadın ve erkek arasındaki ilişki doyumu ve benlik saygısına da bakabilirler.

Araştırmada kişisel bilgi formunda bulunan öğrenim durumu, gelir düzeyi ve çalışma durumu değişkenleri arasında orantısız bir dağılım söz konusudur. Orantısız dağılım araştırma sonuçlarını etkilemiş olabilir. Bu konuda çalışmak isteyen kişiler araştırmalarını yaparken eşit dağılım sağlayıp farklı analiz sonuçları elde edebilir.

Araştırmada kişisel bilgi formunda katılımcılara sadece öğrenim durumu, gelir düzeyi ve çalışma durumu sorulmuştur. Bu konuda araştırma yapmak isteyen kişiler kişisel bilgi formunda romantik ilişkinin türü ve buna benzer romantik ilişkinin dinamiği ile ilgili ipucu veren sorular sorarak ilişki doyumu ve benlik saygısını farklı açılardan ele alabilir. Bu konuda sonuçların daha net ortaya konabilmesi için daha büyük örneklemelerle farklı kültürel özelliklerdeki popülasyonlarda izlemsel çalışmalar yapılması önemlidir.

KAYNAKÇA

- Aron, A. & Aron, E. N. (1986). *Love and The Expansion of Self: Understanding Attraction and Satisfaction*. New York, NY, US: Hemisphere Publishing Corp/Harper & Row Publishers.
- Asıcı, E. (2013). *Öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin öz-duyarlık ve benlik saygısı açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aydın, B. (1996). Benlik kavramı ve ben şemaları. *M.Ü Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8:41-47.
- Baldwin, M.W. & Keelan, J.R. (1999). Interpersonal Expectations as A Function of SelfEsteem and Sex. *Journal of Social and Personal Relationships*. 16(6), 822 – 833.
- Batool, S. S. (2020). Academic achievement: Interplay of positive parenting, selfesteem, and academic procrastination. *Australian Journal of Psychology*, 72(2), 174–187. Scopus. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12280>
- Buss, D. M. & Craik, K. H. (1983). The act frequency approach to personality. *Psychological Review*, 90(2), 105.
- Büyükşahin, A., Hasta, D. ve Hovardaoğlu, S. (2005). İlişki istikrarı ölçeği (İİÖ). geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 25-35.
- Carter, C. & Porges, S. (2013). *The Biochemistry Of Love: An Oxytocin Hypothesis: Science & Society Series On Sex And Science*. EMBO Reports. c. 14, s. 1: 12-16.
- Cobb, N.J. (2007). *Adolescence: Continuity, Change and Diversity*, McGraw-Hill, New York.
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810- 832.
- Cooper, M. L., Shaver F. R. & Collins, N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation, and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 13801397.
- Crain, W. (1992). *Theories of Development: Concepts and Applications*, USA: Prentice – Hall, Inc., 72

- Crocker, J., Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 26 (4): 608-630.
- Çevik Demir, Ş. (2013). *Ergenlerde benlik saygısı ve dini başa çıkma*. (Yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Çuhadaroğlu, F. (1990). Adolesanlarda özdeğer duygusu ve çeşitli psikopatolojik durumlarla ilişkisi. *Düşünen Adam Dergisi*, 3(3), 71-75.
- Davidson, B. (1984). A Test of Equity Theory For Marital Adjustment. *Social Psychology Quarterly*. c. 47: 36-42.
- Demiriz, S. (1997). *9 ve 12 yaş çocuklarının benlik kavramı ile ana-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dilek, H. ve Aksoy, A. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ile anne – babalarının benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(14): 95-109.
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(33): 107-117.
- Doğan, T., Totan, T. ve Sapmaz, F. (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zeka. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(7): 235-247.
- Durmuş Eker, E. (2020). İlişki istikrarı, öznel partner affediciliği ve ilişki süresi arasındaki ilişki. *Aile Psikoloji Danışmanlığı Dergisi*, 3(2): 29-47.
- Efiliti, E. ve Çıkılı, Y. (2017). Özel eğitim bölümü öğrencilerinin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1): 99-114.
- Eken, Ö. (2019). *Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eli, F., Eastwick, P., Karney, B., Reis, H. ve Spreche, S. (2012). Online Dating: A Critical Analysis From The Perspective Of Psychological Science. *Psychological Science in the Public Interest*, c. 13: 1– 66.
- Erbil, N. ve Bostan, Ö. (2004). Ebe ve hemşirelerde iş doyumu, benlik saygısı ve etkileyen faktörler. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 3(7): 50-65.
- Erbil, N., Divan, Z. ve Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarına etkisi. *Aile ve Toplum*, 10(3): 1303-0256.
- Erdem, M. (2019). *Yetişkin kadın bireylerde toplumsal cinsiyet rolleri ile benlik saygısının ilişki doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Evans, F. B. (2006). Harry Stack Sullivan: interpersonal theory and psychotherapy (Vol. 3). Routledge.
- Fraley, R.C., & Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 2000, Vol. 4, No.2, 132-154
- Göllü, E. (2019). *Genç erişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveyn tutumlarının ilişki doyumuna etkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2): 73-88.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*. 30(4), 647-650.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 11 (1), 647-650.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392-402.
- Kail, R., & Cavanaugh, J. (2015). Human development: A life-span view (7th Ed.). Boston: Cengage Learning
- Karahmetoğlu Çemberci, M. (2019). *Eşlerde ilişki doyumunun belirleyicileri olarak yaşam pozisyonları ve temel psikolojik ihtiyaçlar* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karataş, Z. (2019). *Romantik ilişki doyumu ile duygu düzenleme güçlüğü ve kişilerarası tarz arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya Onar, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde anne baba tutumu, depresyon ve benlik saygısı ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, A. (2017). *Otizimli çocuğa sahip ebeveynlerde benlik saygısı üzerine bir inceleme*. (Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Lawrence, D. (1988). Enhancing Self-Esteem in the Classroom. Paul Chapman Publishing Ltd.
- Malouff, J. M., Schutte, N. S., & Thorsteinsson, E. B. (2013). Trait emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A meta-analysis. *The American Journal of Family Therapy*. 42(1), 53-66.
- Morgan, T. (2013). Psikolojiye Giriş. çev. Sirel Karakaş, Rükzan Eski. Konya: Eğitim Yayınevi.

- Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2): 1303-5134.
- Öcal Yüceol, S. E. (2016). *Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar ile ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiler* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam*, 7(3): 4-9.
- Peterson, C. (1990). Husbands' and wives' perceptions of marital fairness across the family life cycle. *International Journal of Aging and Human Development*. s. 31: 179-188.
- Pines, A. M. (2010). *Âşık Olmak: Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz?* (Çev. Uluengin, M. Y.). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Pişkin, M. (1999). Özsaygıyı geliştirme eğitimi (Ed: Y. Kuzgun). *İlköğretimde Rehberlik*. Ankara: Nobel Yayınları Dağıtım.
- Pişkin, M. (2003). Özsaygı geliştirme eğitimi. Y. Kuzgun (Ed.). *İlköğretimde Rehberlik İçinde*. S.95-123. Ankara: Nobel Yayınları.
- Regan, C. (2008). General theories of love. In the mating game: a primer on love, sex and marriage. Los Angeles: Sage Publications.
- Reisoğlu, G. (2020). *Romantik ilişki doyumuyla affetmeye ilişkin inançlar ve affetme arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Gaziantep Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Rusbult, C.E., Martz, J.M. & Agnew, C.R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357-391.
- Santrock, W. (2011). Yaşam Boyu Gelişim. çev. ed. Galip Yüksel. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Santrock, W. J. (2011). Child development (13th ed), New York.
- Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43): 69-81.
- Sarıkaya, A. (2015). *14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sigelman, C. K. & Elizabeth, A. R. (2018). Life-span human development (9th Ed.). Boston: Cengage Learning.
- Spence, J. T. & Helmreich, R. (1972). The attitudes toward women scale: An objective instrument to measure attitudes toward the rights and roles of women in

contemporary society. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*. c. 2, s. 66.

Sternberg, R. J. (1988). Triangulating Love. *The Psychology Of Love*. ed. Robert J. Sternberg, Michael L. Barnes. New Haven, CT: Yale University Press: 119- 138.

Sternberg, R. J. (2006). A Duplex Theory Of Love. *The New Psychology Of Love*. ed. Robert J. Sternberg, Karin Weis. New Haven, CT: Yale University Press: 184–199.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton, W. W. & Company, Inc.

Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yök tez veri tabanından erişildi.

Taştan, N., Atak, H. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), ss. 520-546.

Taşıyığıt, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Temel, Z. F., Aksoy, B. A. (2001). *Ergen ve Gelişimi-Yetişkinliğe İlk Adım*. Ankara: Nobel Yayınları.

Toksöz, İ. (2018). *Evli bireylerde bağlanma stili ve bilişsel esnekliğin ilişki doyumuna etkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tukuş, L. (2010). *Benlik saygısı değerlendirme ölçeği – kısa formu Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışması* (Doktora Tezi). Kocaeli Üniversitesi / Psikiyatri Anabilim Dalı, Kocaeli.

Tuttle, D. W. & Tuttle, N. R (2004). *Self-esteem and adjusting with blindlees* (3rd ed.).

Türk, E. G. ve Demirli Yıldız, A. (2017). Aşk biçimleri, ilişki doyumu ve yalnızlık: üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(2): 97-109.

Uzun, K. N. (2017). *Bağlanma stilleri ile evlilikte ilişki istikrarı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Üncü, S. (2007). *Duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Vater, A., & Schröder-Abé, M. (2015). Explaining the Link Between Personality and Relationship Satisfaction: Emotion Regulation and Interpersonal Behaviour in Conflict Discussions. *European Journal of Personality*. 29(2), 201–215.

- Yalçın, İ. ve Ersever, O. (2015). İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2): 185-201.
- Yılmaz, B. (2020). *Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumunun yordayıcısı olarak benlik ayrımlaşması, otantiklik ve depresyon* (Yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Yiğit, İ. ve Çelik, C. (2016). İlişki doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar; kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısı açısından değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(38): 77-87.
- Yörükoğlu, A. (1987). “Gençlik Çağı” Ruh Sağlığı Ruhsal Sorunlar, 4. Basım, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, Ankara.
- Zeren, D. Ç. ve Demirli, C. (2021). Üniversite öğrencilerinin ilişki istikrarı ile flört şiddete yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Academic Platform*, 4(1): 29-41.

EKLER

EK-A

Kişisel Bilgi Formu

1) Yaş

- 18-25
- 26-35
- 36-45
- 46-60
- 61-+

2) Öğrenim Durumu

- Okur-yazar ama hiç okula gitmemiş
- İlköğretim (İlkokul +ortaokul)
- Lise
- Üniversite
- Yüksek lisans- Doktora ve üstü

3)Gelir Düzeyi

- Düşük
- Orta
- Yüksek

4)Medeni Durum

- Flört-Partner-Romantik İlişki
- Sözlü-Nişanlı
- Evli

5)Çalışma Durumu

- Çalışıyorum (Bir gelir getiren çalışma durumu)
- Çalışmıyorum

6)Meslek Durumu:



Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

D – 1

MADDE 1

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

7. Genel olarak kendimden memnunum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 6

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

D – 2

11. Kendiniz hakkındaki düşünceleriniz değişkenlik gösterir mi, yoksa her zaman aynı mıdır?

a.ÇOK DEĞİŞİR b.ZAMAN ZAMAN DEĞİŞİR c.ÇOK AZ DEĞİŞİR d.HİÇ DEĞİŞMEZ

12. Hiç kendiniz hakkında bir gün bir görüşe, başka bir gün farklı bir görüşe sahip olduğunuzu farkettiğiniz olur mu?

a. Evet, sık sık olur b. Evet, bazen olur c. Evet, nadiren olur d. Hayır, hiç olmaz

13. Kendim hakkındaki görüşlerimin çok çabuk değiştiğini fark ettim.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

14. Kendim hakkında bazı günler olumlu bazı günlerse olumsuz düşüncelere sahip oluyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

15. Şu günlerde kendim hakkındaki görüşlerimi hiç birşeyin değiştiremeyeceğini düşünüyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 3

16. Başınıza gerçekten bir şey geldiğinde kimse sizin durumunuzla pek ilgilenmeyecektir.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

17. İnsan doğasında yardımlaşma gerçekten vardır.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

18. Dikkatli davranmazsanız insanlar sizi kullanacaklardır.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

19. Bazı kişiler, insanların büyük çoğunluğunun güvenilebilir olduğunu, bazıları ise insanlarla ilişkilerinde çok güvenilemeyeceğini söylerler. Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz?

a. İnsanların çoğuna güvenilebilir.

b. İnsanlarla ilişkilerde çok güvenilemez.

20. İnsanlar daha çok başkalarına yardım etmeye mi, yoksa kendi çıkarlarını düşünmeye mi eğilimlidirler?

a. Başkalarına yardım etmeye

b. Kendi çıkarlarını düşünmeye

D – 4

21. Eleştiriyeye karşı ne kadar hassassınızdır ?

a. Çok fazla hassas b. Oldukça hassas c. Az hassas d. Hassas değil

22. Eleştiriyeye ya da azarlama beni çok fazla incitir.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

23. Yanlış yaptığınız bir şey için biri size güldüğünde veya suçladığında ne kadar rahatsız olursunuz?

a. Çok fazla b. Oldukça c. Rahatsız olmam

D – 5

24. Genelde ne kadar mutlusunuzdur?

a. Çok mutlu b. Mutlu c. Pek mutlu değil d. Çok mutsuz

25. Genelde oldukça mutlu bir kişi olduğumu düşünüyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

26. Genel olarak kendinizi neşeli bir ruh hali içinde mi, yoksa neşesiz bir ruh hali içinde mi hissedersiniz?

a. Çok neşeli bir ruh hali içinde b. Oldukça neşeli bir ruh hali içinde

c. Ne neşeli ne de neşesiz ruh halinde d. Oldukça neşesiz ruh halinde

27. Hayattan çok zevk alıyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

28. Ben de mutlu gördüğüm diğer kişiler kadar mutlu olabilmeyi isterdim.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

29. Kendinizi kederli ve karamsar hissettiğiniz olur mu?

a. Çok sık b. Sık c. Ara sıra d. Nadiren e. Hiçbir zaman

D – 6

30. Çoğu zaman başka bir şey yapmaktansa oturup hayal kurmayı tercih ediyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

31. Bana hayalperest denilebilir.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

32. Zamanımın büyük bir kısmını hayal kurmakla geçiririm.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

33. Gelecekte nasıl bir insan olacağınız konusunda hayal kurar mısınız?

a. Çok sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 7

34. Hiç uykuya dalma ya da uykunun sürekliliği açısından sorunuz oldu mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

35. Hiç ellerinizin sizi rahatsız edecek kadar titrediği olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

36. Hiç sizi rahatsız edecek kadar sinirlendiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

37. Hiç sizi rahatsız edecek kadar çarpıntı hissettiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

38. Hiç sizi rahatsız edecek kadar başınızın içinde basınç hissettiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

39. Şu sıralarda hiç tırnak yiyor musunuz?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

40. Egzersiz veya çalışma zamanları dışında hiç sizi rahatsız edecek kadar nefes darlığı hissettiğiniz olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

41. Hiç sizi rahatsız edecek kadar ellerinizde terleme olur mu?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

42. Hiç rahatsız edici baş ağrıları çeker misiniz?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

43. Hiç rahatsız edici kabuslar görür müsünüz?

a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 8

44. Ulusal veya uluslar arası önemli bir konuda görüşünüzü belirttiğinizde birisi size gülerse ne hissedersiniz?

a. Çok incinirim ve rahatsız olurum. b. Biraz incinirim ve rahatsız olurum.

c. Beni pek fazla etkilemez.

45. Ulusal veya uluslar arası sorunlar tartışıldığında genellikle kötü izlenim bırakacak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

46. Toplumsal konularla ilgili tartışmalarda insanları kızdıracak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 9

47. Uluslar arası konuları tartışır mısınız?

a. Pek çok b. Oldukça c. Çok az d. Hiçbir zaman

48. Arkadaşlarınızla birlikte uluslar arası konuları tartıştığınız zaman tutumunuz nasıl olur?

- a. Sadece dinlerim b. Arada bir görüş bildiririm
- c. Konuşmaya eşit oranda katılırim d. Diğerlerini ikna etmeye çalışırım

D – 10

49. Siz 10 – 11 yaşlarınızdayken anneniz arkadaşlarınızı tanır mıydı?

- a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı
- c. Bazılarını tanırdı d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı

50. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanır mıydı?

- a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı
- c. Bazılarını tanırdı d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı

51. 5. – 6. sınıflardayken karneniz iyi olduğunda anneniz çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

52. 5. – 6. sınıflardayken karneniz iyi olduğunda babanız çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

53. 5. – 6. sınıflardayken karneniz kötü olduğunda anneniz çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

54. 5. – 6. sınıflardayken karneniz kötü olduğunda babanız çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

55. Sizce diğer aile bireyleri sizin söylediğiniz şeylerle ne kadar ilgilenirler ?

- a. Çok ilgilenirler b. Oldukça ilgilenirler c. İlgilenmezler

D – 11

56. Büyümekte olduğunuz dönemde babanızın en çok tuttuğu çocuğu kimdi ?

- a. Ben b. Ağabeyim c. Ablam d. Erkek kardeşim
e. Kız kardeşim f. Bildiğim kadarıyla çok tuttuğu birisi yoktu

57. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanır mıydı ?

- a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı
c. Bazılarını tanırdı d. Hiçbirini tanımazdı

58. Anne ve babanızın hangisi ile daha rahat konuşabiliyorsunuz ?

- a. Babamla çok daha fazla b. Babamla biraz daha fazla
c. Her ikisi ile eşit oranda d. Annemle biraz daha fazla
e. Annemle çok daha fazla

59. Anne ve babanızın hangisi sizi daha çok över ?

- a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla
e. Annem çok daha fazla

60. Anne ve babanızın hangisi size daha çok şefkat gösterir ?

- a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla
e. Annem çok daha fazla

61. Anne ve babanız anlaşamadıkları zaman siz genellikle hangisinden yana olursunuz ?

- a. Çok daha fazla olarak babamdan yana b. Biraz fazla olarak babamdan yana
c. Eşit oranda her ikisinden yana d. Biraz fazla olarak annemden yana
e. Çok daha fazla olarak annemden yana

D – 12

62. Yalnız bir insan olmaya eğilimli misinizdir ?

a. Evet b. Hayır

63. İnsanların çoğu sizin nasıl bir kişi olduğunuzu bilirler mi, yoksa çoğunun sizi gerçekten tanımadıklarını mı düşünürsünüz ?

a. Çoğu benim nasıl biri olduğumu bilir.

b. Çoğu gerçekten beni tanımaz.



İlişki İstikrarı Ölçeği

Şu anki yakın ilişkinizi göz önüne alarak, aşağıdaki ifadelerden her birine ne derece katıldığınızı belirtiniz.

1)

	Tamamen yanlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamıyla doğru
a) Birlikte olduğum kişi, kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerimi karşılıyor.				
b) Birlikte olduğum kişi beraberce bir şeyler yapma, beraber olmaktan keyif alma gibi arkadaşlık gereksinimlerimi karşılıyor.				
c) Birlikte olduğum kişi el ele tutuşma, öpüşme gibi cinsel gereksinimlerimi karşılıyor.				
d) Birlikte olduğum kişi istikrarlı bir ilişki içinde güvende ve rahat hissetme gereksinimlerimi karşılıyor.				
e) Birlikte olduğum kişi duygusal olarak bağlı hissetme, o iyi hissettiğinde kendimi iyi hissetmem gibi gereksinimlerimi karşılıyor.				

2) İlişkimiz benim için doyum verici.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

3) İlişkim başkalarının ilişkilerinden çok daha iyi.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

4) İlişkim ideal bir ilişkiye yakındır.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

5) İlişkimiz beni çok mutlu ediyor.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

6) İlişkimiz yakınlık, arkadaşlık vb. gereksinimlerimi karşılama açısından oldukça başarılı.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

II. SND

Lütfen **bir başkasıyla beraber olduğunuzu varsayın** ve sizce bu kişi gereksinimleriniz ne oranda karşıladı, tahminlerinizi göz önüne alarak aşağıdaki ifadelerin her birine ne derece katıldığınızı belirtiniz.

1)

	Tamamen yanlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamıyla doğru
a) Kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				
b) Birlikte bir şeyler yapma, birbirinin varlığından keyif alma gibi arkadaşlık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				

c) El ele tutuşma, öpüşme gibi cinsel gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				
d) İstikrarlı bir ilişkide güvende ve rahat hissetme gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				
e) Duygusal olarak bağlanmış hissetme, bir başkası iyi hissettiğinde iyi hissetme gibi duygusal bağlılık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				

2) Birlikte olduğum kişi dışında bana çok çekici gelen insanlar var.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

3) Bir başkasıyla flört etme, kendi kendime ya da arkadaşlarımla zaman geçirmek gibi seçeneklerim de var.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

4) Birlikte olduğum kişiyle çıkmıyor olsaydım, bir şey değişmezdi- çekici bir başka kişi bulabilirdim.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

5) Bir başkasıyla flört etme, kendi kendime ya da arkadaşlarımla zaman geçirmek bana oldukça çekici geliyor.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

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

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

III. İY

Şu andaki ilişkinizi göz önüne alarak, aşağıdaki ifadelerin her birine ne derecede katıldığınızı belirtiniz.

1)

2) İlişkimize öyle çok yatırım yaptım ki, eğer bu ilişki sona erecek olursa çok şey

	mamen anlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamıyla doğru
a) İlişkimiz için çok fazla yatırım yaptım.				
b) Birlikte olduğum kişiye, sırlarım gibi pek çok özel şey anlatmaktayım.				
c) Birlikte olduğum kişi ve ben birlikte, yeri doldurulması güç bir entelektüel yaşama sahibiz.				
d) Bireysel kimlik duygum yani kim olduğum birlikte olduğum kişi ve ilişkimizle bağlantılı.				
e) Birlikte olduğum kişi ve ben pek çok anıyı paylaşıyoruz.				

kaybetmiş olurum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

3) Boş zaman etkinlikleri gibi yaşamımın pek çok yönü, şu anda birlikte olduğum kişiye çok fazla bağlı ve eğer ayrılacak olursak bunların hepsini kaybederim.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

4) İlişkimize çok fazla bağılandığımı ve bu ilişkiye çok şey verdiğimi hissediyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

5) Birlikte olduğum kişiyle ayrılmamız, aile ve arkadaşlarımla olan ilişkilerimi olumsuz etkiler.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

6) Başkalarının ilişkileriyle karşılaştırılırsa, ben ilişkiye oldukça fazla yatırım yapıyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

IV. Commitment

1. İlişkimizin çok uzun bir süre devam etmesini istiyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

2. Birlikte olduğum kişiyle olan ilişkiye bağlıyım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

3. İlişkimiz çok yakın bir zamanda bitecek olsa çok büyük üzüntü hissetmezdim.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

4. Önümüzdeki yıl muhtemelen başka biriyle flört ediyor olacağım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

5. Birlikte olduğum kişiye ve ilişkimize çok bağlanmış hissediyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

6. İlişkimizin sonsuza kadar sürmesini istiyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

7. İlişkimizin gelecekte de devam edecek bir ilişki olmasını istiyorum (örn., birlikte olduğum kişiyle yıllarca beraber olmayı hayal ediyorum).

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış

Tamamıyla doğru

