

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**BELİREN YETİŞKİNLERDE İLİŞKİ DOYUMU, ROMANTİK İLİŞKİ
BEKLENTİLERİ FARKINDALIK DÜZEYLERİ VE PARTNER
SOSYOTELİZMİ**

**HAZIRLAYAN
YAĞMUR TEPEBAŞI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANKARA – 2024

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**BELİREN YETİŞKİNLERDE İLİŞKİ DOYUMU, ROMANTİK İLİŞKİ
BEKLENTİLERİ FARKINDALIK DÜZEYLERİ VE PARTNER
SOSYOTELİZMİ**

**HAZIRLAYAN
YAĞMUR TEPEBAŞI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ PINAR ÇAĞ**

ANKARA – 2024

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı çerçevesinde Yağmur TEPEBAŞI tarafından hazırlanan bu çalışma, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 07/06/2024

Tez Adı: Beliren Yetişkinlerde İlişki Doyumu, Romantik İlişki Beklentileri Farkındalık Düzeyleri ve Partner Sosyotelizmi

Tez Jüri Üyeleri (Unvanı, Adı - Soyadı, Kurumu)

İmza

Dr. Öğr Üyesi Pınar ÇAĞ, Başkent Üniversitesi

.....

Dr. Öğr Üyesi Zeynep KIZIL ASLAN, Başkent Üniversitesi

.....

Dr. Öğr Üyesi Fatma Zehra Ünlü KAYNAKÇI, TED Üniversitesi

.....

.....

Gerekli Durumda

.....

Gerekli Durumda

ONAY

Prof. Dr. Servet ÖZDEMİR

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Tarih: ... / ... /

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Tarih: 10/05/2024

Öğrencinin Adı, Soyadı: Yağmur TEPEBAŞI

Öğrencinin Numarası: 22110309

Anabilim Dalı: Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Danışmanın Unvanı/Adı,Soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Pınar ÇAĞ

Tez Başlığı: Beliren Yetişkinlerde İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri ve Partner Sosyotelizmi

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans/Doktora tez/proje çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 77 sayfalık kısmına ilişkin, 10/05/2024 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından TURNITIN adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %12'dir. Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç

2. Alıntılar hariç

3. Beş (5) kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

“Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını” inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası:.....

ONAY

Tarih: 10/ 05/ 2024

Öğrenci Danışmanı Unvan, Ad, Soyad, İmza:

Dr. Öğr. Üyesi Pınar ÇAĞ

*Nefesini kalbimde taşıdığım
canım babama...*

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans serüvenim, çalışma hayatımda ve kişisel hayatımda kendimi daha fazla geliştirmeye olan isteğim ve arzum ile başladı... Bu serüven içerisinde; özel sektörde çalışırken kendime ve öğrenimime ayırdığım vaktin ne kadar sınırlı olduğunu, zorluklarla baş edemediğim zamanlarda önce kendime iyi gelmem gerektiğini, yine bu zamanlarda sakince durup nefes almam gerektiğini ve daha birçok şeyi öğretti. Sürecin en başındayken yolun sonunu görmek çok zor geliyordu. Şimdi ise o sonu yazıyorum...

Yüksek lisans tez çalışmamı hazırlama sürecinin en başından sonuna kadar bana karşı anlayışlı, nazik, destekleyici olan, içten gülümsemesiyle içimi rahatlatan, kocaman sarılmasıyla beni kendime getiren ve dokunuşlarıyla desteğini her zaman hissettiğim sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Pınar ÇAĞ'a ve başta Prof. Dr. Figen ÇOK olmak üzere, üzerimde emeği olan tüm lisans ve yüksek lisans hocalarıma teşekkür ederim. Jürimde yer alan ve önerileriyle tezimi geliştirmemde katkıda bulunan değerli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Zeynep KIZIL ASLAN ve Dr. Öğr. Üyesi Fatma Zehra ÜNLÜ KAYNAKÇI'ya teşekkür ederim.

Bu yolu bana anlamlı kılan, lisans öğreniminden itibaren dert ortağım olan ve yol arkadaşlığı yapan can yoldaşım, aynı yerde çalışma fırsatı bulduğum ve sonrasında yine birlikte yüksek lisans serüvenine adım attığım, bana her zaman bir arkadaştan daha fazlası olan ve yanı başımdan hiç ayrılmayacağına sonsuz inandığım, Didem Nur UYSAL'a ve yaşadığım tüm zorluklarda ellerimden tutup varlığıyla bana güç veren, tez sürecim boyunca desteğiyle hayatımı kolaylaştıran, yorgun olduğum anlarımda bana enerjisiyle enerji katan, hayatımda olduğu için her zaman iyi ki dediğim, sevgili İsmail KAYHAN'a teşekkür ederim.

Son olarak beni yetiştiren, bugünlere gelmemde büyük emeği bulunan, verdiğim her kararda sonuna kadar beni destekleyen, omzumdan elini eksik etmeyen, sevgisini daima yüreğimde hissettiğim annem Münevver TEPEBAŞI'na, benimle her zaman gurur duyan, küçük kardeş olmanın rahatlığını bana yaşatan, hayatıma anlam katan kıymetli abim Berat TEPEBAŞI'na, varlığıyla bana güç veren, doğduğu günden bugüne yüzümde gülümsemeye neden olan, bana çizdiği küçük kalplerle kalbimi ısıtan, hayatıma renk katan canım yeğenim Bilge TEPEBAŞI'na ve son olarak her ne kadar uzun yıllardır yanımda olamasa da varlığını daima kalbimde hissettiğim, bana olan güveni ve sevgisiyle bu hayattaki en yakın arkadaşım olan, bana kendimi daima değerli hissettiren, benimle oralarda bir yerlerde hala gurur duyduğuna inandığım, canım babam Metin TEPEBAŞI'na sonsuz teşekkür ederim.

ÖZET

Yağmur TEPEBAŞI

BELİREN YETİŞKİNLERDE İLİŞKİ DOYUMU, ROMANTİK İLİŞKİ BEKLENTİLERİ FARKINDALIK DÜZEYLERİ VE PARTNER SOSYOTELİZMİ

**Başkent Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı**

2024

Bu çalışmanın genel amacı 18-29 yaş aralığındaki beliren yetişkinlerin ilişki doyumunun yordayıcıları olarak romantik ilişki beklentileri ve farkındalık düzeyleri, partner sosyotelizmi ve bazı demografik değişkenlerle olan ilişkisinin incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yürütülmüştür. Çalışma grubu 200 (%72.5) kadın 76 (%27.5) erkek olmak üzere toplamda 276 bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği (RİBFÖ)” “Partner Sosyotelizmi Ölçeği (PSÖ)” ve “İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)” kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler çoklu doğrusal regresyon analizinden sıralı (stepwise) regresyon analizi yöntemi ile incelenmiştir. Verilerin istatistiksel analizi IBM SPSS Statistics 27.0.1 paket programı kullanılarak yapılmıştır. İlişki doyumunun; partner sosyotelizmi ve ilk romantik partner deneyimi değişkeni ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunurken, ilişki süresi ile arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Katılımcıların partner sosyotelizmi puanlarında artış olduğunda ve ilk romantik partner deneyimlerinde ilişki doyumu puanında azalma olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. İlişki süresinde ise partnerlerin ilişkide bulunduğu sürede artış olduğunda ilişki doyumu puanının da arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Araştırma bulguları alanyazın doğrultusunda tartışılmış ve gelecek çalışmalar için bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: İlişki doyumu, partner sosyotelizmi, beliren yetişkinlik, romantik partner

ABSTRACT

Yağmur TEPEBAŞI

RELATIONSHIP SATISFACTION, ROMANTIC RELATIONSHIP EXPECTATIONS, AWARENESS LEVELS AND PARTNER SOCIOTELISM IN EMERGING ADULTS

**Başkent University
Institute of Educational Sciences
Department of Educational Sciences
Guidance and Psychological Counseling Master Program**

2024

The main purpose of this study is to examine the relationship between romantic relationship expectations and awareness levels, partner sociotelism, and some demographic variables as predictors of relationship satisfaction among emerging adults aged 18-29. The research was conducted based on the correlational research design. The study group consists of 276 individuals in total, 200 (72.5%) women and 76 (27.5%) men. "Personal Information Form", "Awareness of Expectations from Romantic Relationships Scale (RIBFS)", "Partner Sociolinguism Scale (PSS)" and "Relationship Satisfaction Scale (RSS)" were used as data collection tools in the research. The data obtained from the research were examined using the stepwise regression analysis method from multiple linear regression analysis. Statistical analysis of the data was performed using the IBM SPSS Statistics 27.0.1 package program. Relationship satisfaction; while there was a negative significant relationship between partner sociotelism and the first romantic partner experience variable, positive significant relationship was found between relationship satisfaction and relationship duration. It was observed that when the participants' partner sociotelism scores increased, their relationship satisfaction scores decreased. It was also found that there was a decrease in relationship satisfaction scores in first romantic partner experiences. It was found that when the duration of the relationship increased, the relationship satisfaction score increased. The research findings were discussed in line with the literature and some suggestions were made for future studies.

Key Words: Relationship satisfaction, partner sociotelism, emerging adulthood, romantic partner

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ	viii
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	10
1.3. Araştırmanın Önemi	10
BÖLÜM II.....	13
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	13
2.1. Romantik İlişki	13
2.1.1. Bağlanma Kuramı.....	17
2.1.2. Aşk Stilleri Kuramı.....	18
2.1.3. Sternberg'in Aşk Üçgeni	19
2.1.4. Romantik Yakınlık Kuramı	20
2.2. Romantik İlişkide Beklentiler.....	22
2.3. İlişki Doyumu	25
2.4. Sosyotelizm ve Partner Sosyotelizmi.....	27
2.4.1. Beklenti İhlali Kuramı.....	29
2.4.2. Sosyal Öğrenme Teorisi.....	30
2.4.3. Newcomb ABX modeli.....	31
2.5. İlgili Araştırmalar.....	32

2.5.1. İlişki Doyumu ile İlgili Araştırmalar.....	32
2.5.2. Romantik İlişkiler, Romantik İlişkide Beklentiler ve İlişki Doyumu İlgili Araştırmalar	35
2.5.3. Sosyotelizm ve Partner Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar	40
BÖLÜM III	43
YÖNTEM.....	43
3.1. Araştırma Modeli	43
3.2. Araştırma Grubu.....	43
3.3. Veri Toplama Araçları.....	47
3.3.1. Demografik Bilgi Formu	47
3.3.2. Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği	47
3.3.3. İlişki Doyumu Ölçeği	49
3.3.4. Partner Sosyotelizmi Ölçeği	49
3.4. Verilerin Toplanması	50
3.5. Sınırlılıklar	50
3.6. Veri Analizi ve Yorumlanması	50
BÖLÜM IV	52
BULGULAR VE TARTIŞMA	52
4.1. Değişkenlere İlişkin Betimsel Bulgular.....	52
4.2. İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri ve Partner Sosyotelizmi Arasındaki İlişkiler	53
4.3. İlişki Doyumunun Yordayıcısı Olarak Partner Sosyotelizmi ve Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri ve Demografik Değişkenler	54
4.4. Bulguların Tartışılması	56
4.4.1. Cinsiyet, Yaş, Çalışma Durumu ve Günlük Akıllı Telefon Kullanımı ve Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri Değişkenlerine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	56

4.1.2. İlişki Süresine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	59
4.1.3. İlk Romantik Partner Olma Deneyimine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	60
4.1.4. Partner Sosyotelizmine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması	61
BÖLÜM V	63
SONUÇ VE ÖNERİLER	63
5.1. Sonuç.....	63
5.2 Öneriler.....	64
5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	64
5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	65
5.2.3. Politika Yapıcılara Öneriler.....	65
KAYNAKLAR.....	66
EKLER.....	86

EKLER

EK 1: Demografik Bilgi Formu

EK 2: Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği

EK 3: İlişki Doyumu Ölçeği

EK 4: Partner Sosyotelizmi Ölçeği

EK 5: Katılımcı Onay Formu

EK 6: Ölçek Kullanım Onayları

EK 7: Etik Kurul İzni

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı	44
Tablo 3.1.2. Katılımcıların Uygulamaları Kullanma Sıklıkları	45
Tablo 3.3.2. Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği Güvenirlik	
Sonuçları	48
Tablo 4.1. Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler.....	52
Tablo 4.2. Değişkenler Arası Korelasyon Değerleri.....	53
Tablo 4.3. İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi	
Sonuçları	54

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

Akt.	: Aktaran
Çev.	: Çeviren
Edt.	: Editör
N	: Kişi Sayısı
İDÖ	: İlişki Doyumu Ölçeği
Ort.	: Ortalama
Örn.	: Örneğin
P	: Anlamlılık Düzeyi
PSÖ	: Partner Sosyotelizmi Ölçeği
RİBDFÖ	: Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi
SS	: Standart Sapma
Vb.	: ve benzeri
Vd.	: ve diğerler

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın özünü oluşturan problem durumu ortaya konularak araştırmanın amacı, problem cümlesi, araştırmanın önemi, araştırmanın sayıltıları, araştırmanın sınırlılıkları ve tanımlar hakkında bilgi verilmiştir.

1.1.Problem Durumu

Yakın ilişkiler insanlık tarihinden itibaren varlığını sürdüren ve günümüzde de önemini korumaya devam eden, bireyin yakın çevresindeki diğer insanlarla kurmuş olduğu ilişkide, sosyalleşme, sevmeye, sevilme ihtiyacı, yakınlık kurma ve bağlılık gibi ihtiyaçların karşılandığı ilişkilerdir (Harvey ve Omarzu, 1997). İnsan yaradılışından itibaren sosyalleşme ihtiyacı içerisinde olan ve dolayısıyla yalnız kalamayan, kendinden başka bireylerle sürekli iletişim hâlinde olan ve çevresiyle yakın ilişkiler kuran bir varlıktır (Rotenberg vd., 2001).

Temel psikolojik ihtiyaçlar arasında yer alan sevgi ve ait olma ihtiyacı (Glasser, 1992) bireylerin hayatında önemli bir yere sahiptir (Kurt, 2022). İnsanlarla iyi ilişkiler içerisinde olmamanın ise bazı psikolojik problemlerle bağlantılı olduğu söylenmektedir (Kurt, 2022). Yakın ilişkiler kapsamında ele alınan romantik ilişkiler ise insan hayatının önemli bir parçasıdır. Bireylerin yaşamlarında olumlu, doyum sağlayabilecekleri yakın ilişkiler başlatabilmeleri; aynı zamanda yaşamdan doyum elde edebilmelerine, yaşantıları boyunca kendilerini mutlu, huzurlu ve güvende hissetmelerine olanak sağlamaktadır.

Bireylerin yerine getirmeleri gereken bazı gelişim görevleri bulunmaktadır. Bunlardan eş seçme, aile kurma gibi önemli gelişim görevleri için de bireyin yakın ilişkilerde olumlu deneyim elde edebilmenin tamamlayıcı rolü oldukça fazladır (Gizir, 2012). Birçok insan için yakın ilişki kurmanın ideallerindeki yaşama ulaşabilme, ev kurabilme, arkadaşlık ve aşk ilişkileri gibi farklı anlamları bulunmaktadır (Erikson, 1968). Özellikle ergenlik dönemiyle birlikte başladığı varsayılan romantik ilişkiler, sonraki yıllarda kişilerin hayatında giderek daha fazla yer edinebilmektedir (Erikson, 1968;

Furman, 2002). Romantik ilişkiler kurulurken kişilerin, kendilerini ve duygularını tanımları, ilişkiden beklentilerinin farkında olmaları önemlidir. Bu bağlamda kişi kendi duygu, düşünce ve beklentilerini tanımlayamadığında içinde bulunduğu romantik ilişkinin yıpratıcı boyutları ile karşı karşıya gelebilmektedir. Buna yönelik olarak bireyin kendini ifade edebilmesi, beklentilerini ortaya koyabilmesi bireyin sağlıklı ilişkiler kurabilmesi açısından önem teşkil etmektedir (Küçükarslan, 2011).

Romantik ilişkilerin doğası geçmişten bugüne birçok araştırmacı tarafından açıklanmıştır (örn; Sternberg, 1986; Collins, 2003). Romantik ilişkinin doğasına bakıldığında, partnerlerden her ikisinin de birbirlerine karşı istekli ve gönüllü olarak bağ kurdukları ve birbirlerine kabul edici davrandıkları bir ilişki olduğu söylenebilir (Collins, 2003). Alanyazında romantik ilişki ile ilgili en kapsamlı tanımı Collins (2003) yapmıştır. Bu tanıma göre romantik ilişkinin beş ayrı özelliği bulunmakta ve bu özellikler ayırt edici özellikler olarak tanımlanmaktadır. Özelliklere bakıldığında, partnerlerin gönüllü iletişim kurarak ve birbirlerini benimseyerek geliştirdikleri ilişki, aynı zamanda bireylerin “ilişkideki katılım”, “partner/eş seçimi”, “ilişkinin içeriği”, “ilişkinin kalitesi” ve “ilişkiye yönelik duygusal ve bilişsel süreçler” gibi beş temel unsurdan oluşmaktadır. Katılım; bireylerin birbirleriyle flört halinde olup olmadıklarını, flörtün hangi yaş aralığında ve ne zaman başladığını, deneyimlemiş oldukları flörtün sıklığını ifade etmektedir. Partner seçimine bakıldığında, bireylerin kimlerle romantik ilişki yaşadığını açıklamaktadır. Üçüncü özellik olarak ilişkinin içeriği, kişilerin seçmiş oldukları partnerleriyle romantik ilişki süresi boyunca paylaşmış oldukları aktiviteleri ve yaşantıları ifade etmektedir. İlişkinin kalite unsuru kişinin partneriyle olan ilişkisinden elde ettiği olumlu tecrübeleri ifade etmektedir. Son olarak kişilerin yaşamış olduğu ilişkideki duygusal ve bilişsel süreçlerin diğer ilişki türlerinden bağımsız olarak ele alınan kişilerin duygusal süreçleri, olaylara vermiş oldukları duygusal tepkileri, ilişkiden ve yaşamdan beklentilerini ve öğrenilmiş davranışlarından oluşarak kişilerin romantik ilişkilerinde partnerlerine karşı davranışlarını ifade etmektedir (Collins, 2003).

Ergenlik döneminde başladığı varsayılan romantik ilişkiler genel itibarıyla ergenlerin yaşamlarının merkezinde yer alır ve kimlik gelişimi üzerinde kritik bir öneme sahiptir (Furman, 2002). Yalnızca kimlik gelişimini değil aynı zamanda romantik ilişkinin ergenlik döneminde, bireyin aile ilişkilerinin gelişimine ve akranlarıyla kurmuş oldukları yakın ilişkilerin geliştirilmesine, okul başarısına ve kariyer planlamasına katkıda

bulunduğu varsayılmaktadır (Furman ve Schaffer, 2003). Bu dönem gelecekteki eş seçimlerine yönelik yetişkinlik döneminin bir provasası olarak görüldüğü gibi aynı zamanda kişilerin romantik ilişki vasıtasıyla yetişkinlik döneminde nasıl bir ilişkide olmak istediklerine dair ipuçları yakalamalarına olanak sağlamaktadır. (Furman, 2002).

Kişinin romantik ilişkilerden elde etmiş olduğu deneyimler, yetişkinlik döneminde yaşayacakları romantik ilişkinin kalitesini ve uyumunu etkiler (Furman, 2002). Romantik ilişkiler, kişilerin sadece kimlik gelişimin değil aynı zamanda kuracağı yakın ilişkilerindeki iletişimlerini de etkileyebilmektedir (Erikson, 1968). Özellikle üniversiteyle birlikte yeni bir hayata adım atan beliren yetişkinler, bu dönemde yaşadıkları romantik ilişkilerinde, ilişkiye dair öğrenmeler gerçekleştirmektedirler (Furman, 2002). Bu dönem Erikson (1968) tarafından “Yakınlığa karşı yalıtılmışlık” dönemi olarak tanımlanmıştır. Diğer tüm gelişim dönemlerinde olduğu gibi bu dönemdeki gelişimsel krizin atlatılması da bireylerin gelecekteki yaşamları ve özellikle de yakın ilişkilerindeki gelişimsel süreçleri için oldukça önem arz etmektedir. Yakınlıkla kastedilen, bireylerin kimlik gelişimi süreçlerinde, kimlik gelişimini gerçekleştirememeye korkusu yaşamadan açık, güvenilir ve destekleyici bir romantik ilişki yaşayabilmesidir (Erikson, 1968). Romantik ilişki süresi boyunca ilişkilerinde olumlu deneyimler elde eden bireylerin, herhangi bir romantik ilişki deneyimi olmayan bireylere oranla daha mutlu oldukları görülmektedir (Asıcı ve İkiz, 2015). Mutluluk, kişi özelinde tanımlandığında yaşamın içerisinde tecrübe edilen ve olumluya dönük duyguları daha fazla deneyimlemekle, olumsuzya yakın duyguları ise nispeten daha düşük oranda deneyimlemekle tanımlanmaktadır (Myers ve Diener, 1995). Bireyin bilişsel açıdan mutluluğu tanımlaması ve yaşadığı mutlu anları günlük yaşama aktarabilmesi, kalıcı bir şekilde mutlu olabilmesi için gereklidir (Tarhan, 2015).

Ergenlik döneminin sonlarından (18 yaşından) başlayıp, otuzlu yaşların başlarına doğru gelen süreci tanımlayan ve ergenlikten yetişkinliğe geçiş sürecinde genç yetişkinliğe göndermeler yapmakta olan beliren yetişkinlik kuramı Arnett (2000) tarafından açıklanmıştır. Son yıllarda ergenlik ve yetişkinliğe geçiş ile ilgili yapılmakta olan çalışmalar sosyal ve kültürel etmenler göz önüne alındığında, ortalama 18-29 yaş aralığındaki bireylerin hayatlarındaki rollerinde bazı değişikliklerin gerçekleştiğini göstermektedir (Arnett, 2000; Atak ve Çok, 2010). Özellikle son elli yılda yaşanan sosyal, ekonomik ve toplumsal değişimlere bakıldığında bireylerin ergenlikten yetişkinliğe geçiş aşamasında bu değişimlerin bireyleri etkileyerek evlilik, ebeveyn olma, eğitim hayatını

bitirme ve kendi evine çıkma, yeni bir yaşam kurma gibi gelişim görevlerini yirmi yaşlarının başından, otuzlu yaşların başına kadar erteledikleri görülmektedir (Arnett, 2004; Settersten ve Ray, 2010). Toplumsal olarak özellikle sanayileşmiş toplumlarda gerçekleşen bu değişiklikler 18-29 yaş aralığındaki bireylerin gelişimlerinde de doğası gereği bir değişimi beraberinde getirmektedir (Atak ve Çok, 2010). Gelişim dönemlerini ele alan kuramların yakın ve romantik ilişki kurmaya dikkat çektiği görülmektedir (Erikson, 1968; Arnett, 2000).

Beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin yetişkin rollerin, geliştirme süreci olarak kabul görmektedir (Furman ve Schaffer, 2003). Beliren yetişkinlik döneminde, bireyin kimlik gelişimindeki keşif süreci, aşk ilişkileri, iş yaşamı ve dünya görüşü gibi üç temel alanda gerçekleşir (Arnett 2000). Kimlik oluşturma süreci, bireyin hayatında romantik ilişki kurma, iş yaşamı ve dünya görüşü gibi alanlarda deneyim kazanmaları, bu alanlara ilişkin seçimlerini içermektedir (Atak ve Çok, 2010). Bu süreçte birey daha çok kendisine odaklanmakla birlikte kendi yaşamları ile ilgili seçim ve sorumlulukları bulunmaktadır (Arnett, 2000). Kendileri ile ilgili kararları almak yine bireylerin kendi sorumluluğundadır (Arnett, 2000). Erikson'un psikososyal gelişim kuramında romantik ilişkilere yönelik tanımlara bakıldığında, beliren yetişkinlik dönemindeki kişiler yakın ilişkiler kurma ihtiyacı içindedirler (Elkind, 1970). Bu dönemdeki beliren yetişkinlerin başarması gereken en önemli görevlerden birisi yakın ilişki kurmaktır (Havighurst, 1972). Bireylerin kurdukları sağlıklı ilişkiler için gerekli olan bilgi ve becerilerin gelişiminde romantik ilişkide edinilen deneyimin yeri büyüktür (Etchevery, Le ve Charania, 2008). Ancak beliren yetişkinler bu dönemde kendi içlerine fazlaca dönerek başkalarına karşı olan sorumluluklarını göz ardı edebilmektedirler (Arnett, 2000). Başkalarına karşı sorumlulukların azalması bireylerin romantik ilişki içerisinde bazı sorunlar yaşamalarına neden olabilir. Bu nedenle beliren yetişkinlerin önemli gelişim görevi olan ilişki kurma ihtiyacının çeşitli özellikleri bakımından incelenmesinde yarar vardır. Özellikle günümüzdeki ilişkilere bakıldığında artan teknoloji kullanımıyla birlikte romantik ilişkilerde iletişim oldukça önemli bir konu haline gelmiştir. Bu anlamda ortaya atılan sosyotelizm (Karadağ vd., 2015) kavramı romantik ilişki doyumu ile çalışılması yönünde değerli görülmektedir. Romantik ilişkilerde kişinin romantik partneriyle birlikteyken cep telefonu kullanarak partnerini görmezden gelmesi partner sosyotelizmi olarak adlandırılmaktadır (Bröning ve Wartberg, 2022). Alanyazın incelendiğinde sosyotelizmin ilişki doyumunu ve ilişkideki iletişimi manidar düzeyde azalttığına dair çalışmalar yer

almaktadır (Çizmeci, 2017; Roberts ve David, 2016; Yıldırım ve Ünal, 2020; Yam, 2022).

Romantik ilişkiler, genellikle ergenlik yıllarında görülüyor olsa da bireylerin yetişkinliğe geçiş süreciyle birlikte yaşamlarında daha farkında olarak deneyimledikleri varsayılmaktadır (Montgomery, 2005). Başka bir ifadeyle, ergenlik döneminde deneyimlenen romantik ilişkiler, genellikle seçilen partnerle birlikte eğlenceli vakit geçirebilme amacıyla kurulmakta ve deneyim kazanma ve bir partnerle ilişki kurarak ortak paylaşımda bulunma isteğiyle açıklanmakta ve yetişkinlikte kurulan romantik ilişkilere oranla daha kısa sürmektedir (Feiring, 1996). Liseden sonra üniversiteye geçiş dönemi aynı zamanda ergenlikten beliren yetişkinliğe geçiş aşaması olarak tanımlanmaktadır. Bu aşamadaki ilişki deneyimi, bir önceki döneme kıyasla daha ciddi olmakla birlikte, bağlılık duygusunu da içermektedir (Montgomery, 2005). Üniversite yaşamı, yapısı ve sosyo-kültürel etkisiyle ve bireylerin kurdukları yeni çevreyle birlikte akademik hayatlarında ve sosyal yaşantılarında uyum, kimlik gelişimi, rol ve sorumluluklarının farkına varma gibi yaşantıları içermektedir (Montgomery, 2005). Yine bu dönemde bireylerin hayata dair beklentilerinin belirlenmesi ile bireyin yeni insanlarla tanışması, yakın ilişkiler kurması gibi “beliren yetişkinlik” dönemi içerisinde yer alan birçok gelişim görevini içinde barındıran bir uyum sürecini beraberinde getirmektedir (Furman, 2002). Bu sebeple, beliren yetişkinlik dönemi olarak adlandırılan bu dönemde bireylerin romantik ilişkilere karşı oluşturmuş oldukları beklentilerin “ilişkiye dair bakış açısı” kazandıkları kimlik oluşturma süreçlerini etkilemektedir (Montgomery, 2005; Davies, 2006; Raley ve Sullivan, 2010). Bu dönemde yakın ilişkilerdeki partnerler arasındaki uyumun; özellikle sosyal ve duygusal açıdan bakıldığında bireylerin, yetişkinliğe geçiş sürecinde ilişkiye yönelik olumlu yönde katkılarının olduğu ve yine bu sürecin sağlıklı bir şekilde tamamlanmasına katkı sağladığı söylenmektedir (Furman, 2002). Bireylerin yaşamış olduğu romantik ilişki deneyimlerinin gelecekteki evlilik yaşamlarının niteliğinde ve evlilikten aldıkları doyuma önemli bir rol aldığı söylenebilir (Feiring, 1996).

Romantik ilişkilerin insan yaşamındaki taşıdığı önemine bakıldığında, ilişkilerden elde edilen doyumun yaşam kalitesini belirleyerek, ilişki kalitesini, ilişkiye bakış açısını, ilişkinin sürekliliğini ve bireylerin mutluluk düzeylerini etkilediği şeklinde ifade edilebilir (Hawkins, 1968; Sabatelli, 1988). Yakın ilişkilerde ve romantik ilişkilerin sağlıklı

yürütülmesinde önemli bir rol oynayan ilişki doyumu; cinsel aktiviteler, duyguların ifadesi, partner veya ilişkiye olan bağlılık, sadakat, kişinin kendini partnerine karşı açma isteği ve ilişkiye ayrılan zaman gibi faktörlere dayanır ve bu faktörler ilişkideki duygu, düşünce ve davranışları etkiler (Hendrick, 1988). İlişki doyumunda, bireyin ilişkideki duygu, düşünce ve davranış kalıplarının farkında olması ve bunun partnere ifade edilmesi ilişkinin sürdürülebilirliği açısından önemlidir (Hendrick, 1988). Alanyazına bakıldığında birçok araştırma Hendrick'in bu görüşünü destekler niteliktedir (örn; Fincham ve Beach, 1999; Busby, Holman ve Taniguch; 2001, Saraç, 2013; Hamamcı, Güçray ve Saraç, 2015; Alakuş, 2020). Romantik ilişkilerde beklentiler ve inançlar, ilişki doyumunu belirleyen önemli faktörlerden biri olarak belirlenmiştir; ilişki doyumuna etki eden değişkenlerin tanımlanması amacıyla yapılan çalışmalar araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur. (örn; Eidelson ve Epstein, 1981; Stackert ve Bursik, 2003; Eken, 2019; Sullivan ve Schwebel, 1995; Atılgan, 2020). Özetle bireyin romantik ilişkisine yönelik beklentileri, ilişkiye yönelik algıları, akılcı olmayan inançları, geçmişten itibaren biriktirdiği yaşantılarının ilişkiden elde edeceği doyuma önemli ölçüde etki ettiği söylenebilir (Stackert ve Bursik, 2003; Hendrick, 1988; Beştav, 2007; Atılgan, 2022).

Romantik inançlar ya da beklentiler, ilişki standartları ve ilişkiye yönelik beklentiler (DeBord, Romans ve Krieshok, 1996), bireylerin ilişkiye dair inançları (Sharp ve Ganong, 2000) olarak tanımlanmakta ve ilişkiye dair kişinin ideallerini yansıtan, kişiye özgü algılar ve ilişkiden beklentileri şeklinde ifade edilmektedir (Eidelson ve Epstein, 1982). Bu bağlamda kişiler seçmiş oldukları partnerleriyle ilişki kurarken, ilişkiden beklentileri ve ilişkiyle birlikte kendilerinde gerçekleşen gelişim ve değişime yönelik kabullenme süreci içerisinde. Bu süreçte kişilerin ilişki içerisinde dengeli bir iletişim kurma arzusu bulunmaktadır (Pines, 2010). Birey, iletişimdeki bu dengeyi kurmak için adım adım ilerleme niyetiyle ilişkiye başlar ve dengenin bozulmaması için hem karşı tarafın beklentilerinin farkında olarak hem de kendi beklentilerinin farkında olarak bunu karşı tarafa açık bir şekilde iletebilmek için çaba gösterir. Bu süreçte beklentilerin farkında olmak, bireyin romantik ilişkinin beraberinde getirmiş olduğu değişimi de kabullenerek, ilişkide partnerini tamamlaması yönünde ifade edilebilir (Pines, 2010).

Partnerler, birbirlerini ne kadar idealize ederlerse süreç içerisinde ilişkiyi devam ettirme ihtimalleri de bir o kadar güçlü olmaktadır. Yapılan bir çalışma incelendiğinde, daha önce bir romantik ilişki yaşamayıp, belirli bir yaştan sonra romantik ilişki deneyimi

yaşayan öğrencilerin, partnerlerini idealleştirme inançlarının, romantik ilişki deneyimini daha erken yaşta yaşayan bireylere oranla daha yüksek olduğu bulgular arasında yer almaktadır (Küçükarslan ve Gizir, 2014). Bu bulguya yönelik olarak alanyazında, romantik partneri idealize etmenin bireylerde “kendi kendini gerçekleştiren kehanet” gibi gerçekleştiği ifade edilmektedir (Pines, 2010). İlişkinin henüz en başındayken birbirlerini idealize etme davranışlarına sık rastlanan çiftlerin, ilişkiden elde ettikleri doyumda da artış olduğu görülmektedir (Küçükarslan ve Gizir, 2014).

İnsan duygularını, düşüncelerini paylaşabilmek adına iletişimi araç olarak kullanmaktadır. İnsan varlığının ilk gününden itibaren birçok farklı iletişim kanalı kullanmış ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte iletişim kurma yolları da zamanla değişmiştir (Aydemir, 2016). Akıllı telefonların ve internetin kullanım sıklığının artması ve sosyal medyanın kişilerin hayatında önemli bir yer edinmesi, yaşanan ilişkiler üzerinde kolaylaştırıcı ve olumlu olduğu kadar zorlaştırıcı ve olumsuz etkiler de yaratabilmektedir (Parmaksız, 2022). Zorlaştırıcı etkilere bakıldığında; bireyler akıllı telefonları ile meşgulken, fiziksel olarak çevrelerindeki insanlara dikkatini yöneltmekte zorlanmakta ve telefonundaki uygulamalarla vakit geçirmektedir. Bu bağlamda bireylerin sosyal yaşam kaliteleri etkilenmekte ve aynı zamanda bu durum yakın çevrelerinde olan kişilerle iletişimlerinde sorunlara neden olabilmektedir (Roberts ve David, 2016). Bireylerin bu davranışları alanyazında sosyotelizm (phubbing) kavramı ile açıklanmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Ulusal alanyazına “sosyotelizm” (Karadağ vd., 2015) olarak kazandırılan kavram; “*Kişinin dikkatini ve ilgisini birlikte olduğu kişiye vermek yerine o bireyi görmezden gelerek dikkatini telefonuna yönlendirmesi (Cambridge Dictionary, 2021)*” olarak tanımlanmaktadır (Karadağ, 2015). Phubbing kavramı, phone (telefon) ve görmezden gelmek (snubbing) kelimelerinin birleştirilmesiyle oluşturulan bir kavramdır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Haigh, 2021; Pathak, 2013). Teknolojik araçların ve sosyal medyanın aşırı ve problemlili kullanımı kapsamında kişiler arasında sosyotelizm davranışı iletişim bozukluğunun önemli bir dinamiğini oluşturarak çift ilişkisini etkilemekte ve bu sebeple bireyin yaşam doyumunda ve romantik ilişkilerinde olumsuz duygulara neden olabilmektedir (örn; Çam ve İşbulan, 2012; Ahlstrom vd., 2012; Robert ve David, 2016; Yam ve İlhan, 2020).

İletişimde şimdi ve buradalık önemlidir (Roberts ve David, 2020). Sosyotelizm davranışı ise şimdi ve buradalığın devam etmesini engelleyerek, bireyin o anda

karşısındaki kişiyle iletişim kurması yerine cep telefonu ile ilgilenmesi ve bunun sonucunda dikkatinin dağılmasıyla gerçekleşmektedir (Roberts ve David, 2020). Son yıllarda artan akıllı telefon kullanımı ve internete erişimle birlikte, sosyal medya platformlarına katılım ve bu platformlarda harcanan zamanda da bir artışa neden olmuştur (We Are Social, 2024). Sosyal medyada yeni kullanıcı sayısı 2023 yılına oranla %5.6 artış göstermiş, toplamda 266 milyon yeni kullanıcı sosyal medyada hesap açmıştır (We Are Social, 2024). Özellikle çalışma çağındaki internet kullanıcılarının %96.6'sı sosyal medyayı telefonları aracılığıyla kullanmakta, telefon kullanımının az olduğu tek grup 55-64 yaş aralığında olan erkek bireyler olmaktadır (We Are Social, 2024). Gün içerisinde en çok kullanılan uygulama %83.2 ile Whatsapp iken; Facebook, Tiktok ve Instagram da benzer kullanım sıklığına sahiptirler. Bu platformları kullanan bireylerin oranları her gün %60 ila %65 arasında değişmekte ve bu uygulamaları akıllı telefonlarını kullanarak giriş yapmaktadırlar. Youtube kullanıcılarının, günlük olarak %84'ünün platformu ziyaret ettiği ileri sürülmektedir. Türkiye'de yapılan analizlere bakıldığında; 74.41 milyon kişi internete erişmektedir (We Are Social, 2024). Bunun da ülke nüfusunun %86.5'ine denk geldiği söylenebilir. 57.50 milyon kişinin ise sosyal medya kullanıcısı olduğu tespit edilmiştir. Bu da toplam nüfusun %66.8'ine denk gelmektedir. Uygulama kullanma oranlarına bakıldığında ocak ayında alınan verilere göre Türkiye'de Facebook kullanıcısı 34.35 milyon, Youtube kullanıcısı 57.50 milyon, Instagram kullanıcısı 57.10 milyon, Tiktok kullanıcısı 37.73 milyon, Twitter (X) kullanıcısı 20.67 milyon kişi bulunmaktadır (We Are Social, 2024). Bu verilerin oranlarına bakıldığında hem Türkiye özelinde hem de dünya genelinde oldukça yüksek sayıya varıldığı söylenebilir. Bu oranların her yıl ortalama %2.5 arttığı göz önünde bulundurulduğunda bu dijitalleşme düzeylerinin bireylerin yakın ilişkilerindeki dinamiklerine ve özellikle de iletişimlerine yansımaları oldukça beklendi bir durumdur.

Tüm bu dinamikler içerisinde; sosyotelizm kavramına ek olarak, partnerlerin romantik ilişkilerinde teknoloji kaynaklı çatışma ve yine aynı sebepten dikkat dağınıklığı yaşanması durumunu tarif etmek için “technoference (teknofan)” terimi ortaya konulmuştur (McDaniel ve Coyne, 2016). Bu terim “phubbing” kavramına benzerlik göstermektedir. Fakat “teknofan” kavramının anlamına bakıldığında teknoloji hayranlığını ifade ettiği görülmekte ve tam olarak sosyotelizm davranışını açıklamamaktadır (McDaniel ve Coyne, 2016). Bireyler özellikle kendi yakın ilişki çerçevesinde olan bireylerden başlayarak sosyotelist davranışlarda bulunmaktadır (Al-Saggaf ve O'Donnell, 2019).

Kişiler ilk olarak aile üyelerine ve arkadaşlarına, daha sonrasında kendilerine biraz daha uzak gördükleri kişilere sosyotelizm davranışı sergilemektedirler (Al-Saggaf ve O'Donnell, 2019). Bu nedenle özellikle partnerleri tarafından gerçekleştirilen sosyotelizm davranışı sosyal açıdan önemli bir durum olarak ele alınabilir.

Partner sosyotelizmi, bireylerin romantik ilişkilerinde, ilişkide oldukları bireyle (flört, nişanlı, eş vb.) iletişimi sırasında akıllı telefonunu kullanması ve bu esnada karşısındaki kişiyle olan bağı kesmesi ya da dikkatini verememesi durumudur (Roberts ve David, 2016). Daha farklı bir ifadeyle; akıllı telefonun varlığı algılanan yakınlığı, partnerler arasındaki bağlılığı ve iletişimin kalitesini zayıflatabilmektedir (Przybylski ve Weinstein, 2013). Partner sosyotelizminin bireyin romantik ilişkiden aldığı doyumunu düşürebildiği görülmektedir (Roberts ve David, 2016). Yine bu bireylerin aynı zamanda kaygılı bağlanma stillerine sahip olmaları ve sosyotelizm ile de bir nevi tetiklenmeleri sonucu ilişkilerinde daha fazla çatışma yaşadıkları söylenebilmektedir (Roberts ve David, 2016). Benzer olarak; partner sosyotelizmi ile bağlanma kaygısının etkileşimli olarak romantik kıskançlığı etkilediği, bu durumun da ilişki doyumunu etkilediği alanyazında yer almaktadır (Roberts ve David, 2016). Partner sosyotelizminin, ilişkideki doyum ve nihayetinde yaşam doyumunu yoluyla da bireylerin duygudurumları üzerinde dolaylı bir etkisi olduğu söylenmektedir (Roberts ve David, 2016). Bunlara ek olarak partner sosyotelizmi ve ilişki doyumları arasındaki ilişkide partner sosyotelizmine uğrayan kişilerin kendilerini dışlanmış hissettikleri ve bu nedenle ilişkiden aldıkları doyumun azaldığı görülmektedir (Beukeboom ve Pollmann 2021).

Özetlemek gerekirse; Günümüz teknolojisinde akıllı cep telefonlarının insan hayatının vazgeçilmez bir parçası haline gelmesiyle birlikte romantik ilişkilerde iletişim kurmak, beklentileri ifade edebilmek önemli hale gelmektedir. Partnerlerin birbirleriyle kurdukları iletişimin ilişki doyumuna etkisi olduğu bilinmektedir. Türkiye’de yapılan benzer çalışmalar incelendiğinde ilişki doyumunu açıklayan birçok kavram ile çalışılmıştır, ancak yapılan çalışmalar arasında kişilerin romantik ilişkiden beklentileri ve beklentilerine yönelik farkındalık düzeyleri, günümüz teknoloji kullanımıyla artmakta olan ve partnerler için tanımlanan partner sosyotelizmi davranışını araştıran bir çalışmaya rastlanılamamıştır. Alanyazındaki araştırmaların geneline bakıldığında; romantik ilişkilerde beklentiler değişkeni, akılcı olmayan inançlarla birlikte çalışılmış ancak kişilerin romantik ilişkiden beklentilerine dair farkındalık düzeylerinin beliren yetişkinlik döneminde olan bireylerin

ilişki doyumunu yordayan değişken olarak ele alındığı bir çalışmaya rastlanılamamıştır. Bunun yanı sıra çalışma grubu açısından bakıldığında ise yine alanyazın araştırmalarının çoğunda üniversite öğrencileri ele alınmıştır. Bu çalışmada; alanyazın ile bağlantılı olarak kişilerin yaşı, cinsiyeti, çalışma durumları, ilk romantik partner olma deneyimleri, ilişki süreleri, akıllı telefon günlük kullanım süreleri, romantik ilişki beklenti farklılık düzeyleri ve partner sosyotelizmi düzeyleri açısından beliren yetişkinlerin ilişki doyum düzeylerini yordayıp yordamadığı araştırılmıştır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı beliren yetişkinlik döneminde, ilişki doyumunun romantik ilişkilerden beklentilerine dair farkındalık düzeyleri, partner sosyotelizmi ve bazı demografik değişkenlerle olan ilişkisinin incelenmesidir. Romantik ilişkilerde ilişki doyumunu yordayan değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya çıkartmak adına şu araştırma sorusuna yanıt aranmıştır:

18-29 yaş aralığındaki beliren yetişkinlerde, partner sosyotelizm düzeyleri ve romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

Alt Problemler:

1. Beliren yetişkinlerin ilişki doyum düzeyleri, romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri ve partner sosyotelizmi arasında nasıl bir ilişki vardır?
2. Beliren yetişkinlerin ilişki doyum düzeylerini yaş, cinsiyet, çalışma durumu, ilişki süresi, ilk romantik partner deneyimi ve günlük akıllı telefon kullanım süreleri yordamakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Yakın ilişkilerin kişinin yaşamını şekillendirmesinde kritik bir role sahip olduğu bilinmektedir. Bireylerin hayatlarında hem fiziksel hem de duygusal ihtiyaçlarının giderildiği yakın ilişkiler, kişiye sosyal destek sağlayıp aynı zamanda güvende hissetme ihtiyacına da karşılık verebilmektedir. İlişki kurmak, kişinin yaşam boyu gelişimine

bakıldığında hayatının her döneminde olumlu duyguları barındırmakla birlikte; tam tersi kimi zaman stresli, bunaltıcı ve hatta boğucu, çatışma içeren ilişki biçimi halini de alabilmektedir (Hansson vd., 2004). Yer yer bunaltıcı biçimler olsa dahi bireylerin sağlıklı romantik ilişki kurmaları genel olarak iyi oluş düzeylerini arttırmakta, yaşamsal faaliyetlerini güçlendirmektedir (Saticı,2018). Bu bağlamda önemli olan noktanın kişilerin hayatlarında romantik ilişki kurmak kadar, kurdukları bu ilişkiden zevk ve doyum almalarıdır (Saticı, 2018).

Romantik ilişkiler üzerinde etkisi olan bir diğer önemli faktör ise kişilerin içerisinde bulundukları ilişkiye dair beklenti ve inançlarının farkında olup olmamalarıdır. Bireylerin romantik ilişkilerinde, ilişkiye dair beklentilerinin farkında olmaları, ilişkideki davranış ve tutumlarının ilişkiyi yönlendirmesi aynı zamanda ilişkide oldukları partnerleriyle birlikte ilerleme kaydetmeleri ve ilişkinin sürdürülebilir olmasına etki ettiği ifade edilmiştir (Baccman, Folkesson ve Norlander, 1999). Bu anlamda alanyazın incelendiğinde, romantik ilişkideki inançlar (Özteke, 2015; Karabacak ve Çiftçi, 2016; Akbaba ve Erol, 2019), romantik ilişkilerde ilişki doyumu (Doğaner, 2014; Owen, Hamamcı ve Saraç, 2015; Sarı, 2016; Sümer, 2017; Saticı, 2018), bağlanma stilleri (Terzi, 2014; Erdem ve Kabasakal, 2015; Özteke, 2015; Owen ve Sarı, 2016; Terzi ve Özbay, 2016; Sümer, 2017;), mükemmeliyetçilik (Özteke, 2015; Saticı, 2018; Demir ve Kurt, 2022), toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkisi (Çavdar, 2013; Yüceol, 2016; Akbulut, 2022; Demir, 2022) ile ilgili birçok çalışma bulunmaktadır. Ancak beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin ilişki doyumlarını yordayan değişkenler olarak, romantik ilişkilerinden beklentilerine dair farkındalık düzeyleri ve partner sosyotelizmi davranışını araştıran herhangi bir çalışmaya rastlanamamıştır. Romantik ilişkilerin bireylerin hayatlarında manidar düzeyde öneme sahip olması bu konuyu çalışmayı değerli kılmaktadır.

Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında, akılcı olmayan inançların ve kişilerin ilişkiye yönelik algılarının ilişki doyumu ile ilişkisi araştırılmış, araştırma sonucunda bireylerin romantik ilişkilerle ilgili pozitif yönde değerlendirmeleri arttıkça ilişkiden aldıkları doyumun seviyesinin de arttığı gözlemlenmiştir. (Hamamcı, Güçray ve Saraç, 2015). Romantik ilişkilerinde partner sosyotelizmine maruz kalan kişilerin hayal kırıklığı, öfke, merak ve kırgınlık yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu söylenmekte ve bu

kişilerin sosyotelizm davranışı neticesinde ilişkide tatmin olmamaları, mutsuz olmaları ya da onların da partnerlerine karşı sosyotelizm davranışı sergilemelerine neden olabilmektedir (Thomas vd., 2022). Genel olarak bakıldığında partner sosyotelizminin ilişkide memnuniyetsizliğe yol açtığı (McDaniel ve Coyne, 2016; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018), ilişki doyumunda azalmanın meydana geldiğini ve kişilerin ilişkideki kişisel refahlarının da etkilendiği söylenmektedir (Thomas vd., 2022). Yapılan araştırmalar, ulusal ve uluslararası incelenen alanyazın içerisinde evliliğe geçiş aşaması olarak da önemli bir gelişim dönemi olarak nitelendirilen ve kişilerin hayatlarında kritik öneme sahip olan beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumu, romantik ilişkilerde beklentilere dair farkındalık düzeyleri ve partner sosyotelizmi ilişkisinin incelendiği bir çalışma olmadığı görülmüştür. Araştırmalar doğrultusunda alanyazındaki bu boşluğun giderilmesi ve bu çalışmanın sonraki çalışmalar için de ışık tutması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu başlık altında romantik ilişki, romantik ilişkide beklentiler, ilişki doyumu, sosyotelizm ve partner sosyotelizmi kavramlarına ilişkin kuramsal çerçeveye yer verilmiş, ilişkili kavramlar ve uluslararası düzeyde yürütülmüş olan araştırmaların bulgularıyla birlikte özetlenmiştir.

2.1. Romantik İlişki

Yakın ilişki kurmak kişiye mutluluk sağlayabildiği gibi üzüntüye de sebep olabilir. Ayrıca sevilme ve sosyal bir gruba ait olma ihtiyacı gibi bazı ihtiyaçları da karşılar (Guerrero vd., 2014). İnsanların kişilerarası ilişki kurma ihtiyacıyla birlikte daha derinleşmiş ve kendine özgü bir hali olan romantik ilişki kurma ihtiyacı da vardır (Çaplı, 1992). Yakın ilişkinin bir türü olan romantik ilişki içerisinde tutku, bağlılık ve yakınlık gibi üç önemli bileşeni barındırır (Sternberg, 1986). Romantik ilişkiler doğası gereği bireylerin birbirlerine karşılıklı olarak gösterdikleri gönüllü etkileşimlerdir (Collins, 2003). Diğer yakın ilişkilerden farklı olarak romantik birlikteliklerde odak noktası tek bir kişide olmakta ve yaşanan bu özel ilişki yalnızca iki kişinin arasında gerçekleşmektedir (Sternberg, 1999).

Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi merkezi bir konumdadır. Bireyin gelişimsel görevleri bakımından romantik ilişkideki deneyimleri ile bağdaştırılan beliren yetişkinlik dönemi (Roisman vd., 2004), üç nedenden dolayı oldukça önemli görülmektedir (Fincham ve Cui, 2011). Bu nedenlerden ilki, beliren yetişkinlik dönemi içinde bireylerin gelişim görevlerinden birisi olan romantik ilişkiyi başlatma ve sürdürmedir. İkinci olarak önemli görülen neden ise romantik ilişkide iyi oluş ve davranışa yön verme, davranışı düzenleme açısından önemlidir. Sonuncu neden olarak romantik ilişki, kişilerin gelecekteki ilişkileri ve evliliklerine yönelik karar verme doğrultusunda anlamlı bir yordayıcı olarak görülmektedir (Fincham ve Cui, 2011).

İnsanların ait olma, sevmek ve sevebilme, bağlantı içerisinde olma gibi temel ihtiyaçlarının onları başkaları ile etkileşim içinde olmaya ve ilgi duydukları, ilgi gördükleri

sürekli bir şekilde ilerleyen yakın ilişkiler kurmaya yönelme ihtiyacını bugüne değin birçok kuram incelemiştir (Adler, 1931/1958; Maslow,1968; Erikson.1968). Alanyazında yakın ve romantik ilişki dinamiklerine açıklamalar getiren pek çok kuram ve teori vardır. Aşk kavramını açıklamak için geliştirilmiş olan üçgen aşk teorisi (Sternberg, 1986) yakın ilişki dinamikleri bağlamında ele alınır. Teoriye bakıldığında; aşkın, öncelikle yakınlık sonrasında tutku ve son olarak karar verme ya da bağlılık olmak üzere üç bileşeni olduğundan bahsedilmektedir. Yakınlık kavramı, ilişki içerisinde partnerlerin birbirlerine karşı sevgi yoğunluğu şeklinde kendini gösteren ve karşılıklı bağ kurulan ilişkilerde, partnerle iletişimde olma ve partnerine karşı samimi duyguları içermektedir (Feiring, 1996). Tutku kavramına bakıldığında, kişilerin romantik ilişkilerindeki aşkı, romantizmi, fiziksel ve cinsel arzuyu anlatır. Karar ya da bağlılık kavramına bakıldığında ise bireylerin kısa sürede partnerlerini sevmesi ve uzun vadede ilişkinin sürdürülebilirliği konusundaki fikir ve düşüncelerine yönelik kararlılığını içermektedir (Sternberg, 1986). Her ilişkide varlık gösterebilen bu üç bileşeni içeren rollerin sevgi ve bağlılık üzerinde etkisinin önemli olduğunu belirtmektedir.

Gelişim dönemi olarak “Beliren yetişkinlik dönemi” olarak adlandırılan bu dönemde bireylerin romantik ilişkileri ile ilgili deneyim kazandıkları ve gelecekle ilgili kararlarını yönlendiren dönemdir (Arnett 2000). Araştırmalara bakıldığında, beliren yetişkinlerin partnerleriyle olan ilişkilerinde güvensizlik, partnerlerinden sevgi ve saygı görememe, ilişkide birbirleriyle paylaşımlarının az olması ve partnerlerin birbirlerine karşı dürüst olmaması, ön yargılı tutumları, akılcı olmayan inançları, paylaşılmayan ya da farkında olunmayan beklentiler sonucunda yaşanan tartışmalar gibi birtakım olumsuz durumlar yaşadıklarını göstermiştir (Gizir, 2005; Beştav, 2007; Atılgan, 2020). Beliren yetişkinlerin yakın ilişkilerinde yaşadıkları problemleri, gelişim görevlerini gerçekleştirmelerine engel olabilmekte ve aynı zamanda partnerleriyle yeterince bağlantı kuramayan bireylerin de daha yüzeysel ilişkilere yönelerek kendilerini ilişkiden uzaklaştırma ve izole bir şekilde ilişkiyi sürdürmelerine neden olabilmektedir (Erikson, 1968).

İnsanlar, kendileri dışında bir kişi ile kurduğu bağlardan beslenerek geliştiği için, ilişkiler yaşamın vazgeçilmezidir. Sağlıklı bir insandan söz edilebilmesi için Erikson (1968)’a göre, bireyin gelişim dönemlerindeki belli krizlerin çözülebilmesi gerekmektedir. Bu krizlerden bir tanesi beliren yetişkinlik döneminde yaşanan “Yakınlığa karşı

yalıtılmışlık” krizidir. Bu krizin sağlıklı atlatılması, bir insanın hayatını birlikte geçireceği kişiyi seçme kararını içerdiği için oldukça önemlidir. Birey bu döneme kadar ki yaşantılarıyla birlikte geliştirdiği benliğini ve oluşturmuş olduğu kimliğini, diğerleri ile etkileşime girerek ilişki kurmakta isteklidir. Duygularını, bir başkasıyla paylaşma ihtiyacı içerisinde. Bir diğer ifadeyle birey artık bu dönemde yakınlık kurmaya hazırdır. Ancak 18-30 yaş arası bireyleri kapsayan bu dönem oldukça geniş bir kesime hitap etmektedir (Ercan, 2008).

Beliren yetişkinlik döneminde bireyler kimlik arayışını sonlandırdıktan sonra yakınlık kurma ihtiyacı hissetmeye başlar (Erikson,1986). Böylece izole olmaktan, yalıtılmışlıktan ve benlik yitimi karmaşasından korunarak diğerleriyle yakın, tutkulu ve derin ilişkiler kurmaya başlarlar. Beliren yetişkinlikte ekonomik bağımsızlık kurma yaşantısını gerçekleştirme ile romantik ilişki kurma ihtiyaçları bir aradadır. Bu nedenle bu süreçte karşı cinsle yakın ilişkiler kurma ve partner olma, romantik ilişki sürecinde olma, eş seçimi gibi yaşantılar kişi için önemli hale gelmiştir. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerle yapılan çalışmalar göstermektedir ki bu dönemde kurulan romantik ilişkilerde ortaya çıkabilecek sorunların ileriki yaşantılarında, evlilik döneminde ortaya çıkabilecek bazı sorunları beraberinde getirmektedir (Braithwaite vd., 2010).

Gelişimin hayat boyu devam eden bir öğrenme süreci olmakla birlikte, belirli dönemlerde bireylerin başarması gereken görevler bulunmaktadır (Havighurst, 1972). 19-29 yaş aralığındaki bireyler beliren yetişkinlik döneminde yer almaktadır (Arnett,2000; Atak ve Çok, 2010). Beliren yetişkinlik dönemindeki birey eş seçimini yaparak yakın ilişki içerisinde deneyim edinir, yuva kurar. Mesleğine de başlamasıyla birlikte toplumsal ilişkiler kurar (Çok, 1976). Birey ilk yetişkinlik döneminde anne ve babasından ayrılarak kendi başına yaşamaya başlar. Bunun devamında sorumlulukları artar ve ailesinden bağımsız yaşamayı öğrenir. Yaşam görevlerini yerine getirmeye başlar bir iş ve evlilik yaşamıyla da yetişkin dünyasına katılır. Bu dönemde birey duygusal yakınlık ihtiyacını yakın arkadaşlık ilişkileri, iş arkadaşlığı, kardeş ilişkileri şeklindeki ilişkiler yoluyla giderebilse de duygusal gelişimi romantik ilişki ile yakından ilgilidir (Arnett, 2000).

Romantik ilişki, kişinin partneriyle karşılıklı anlayış ve anlaşılır bir iletişim temelinde kurulan duygusal bağlılıktır. İki kişinin birlikte ortak aktiviteler yapması, ortak paylaşımlarda bulunması ve birbirleriyle, duygularını ya da anılarını paylaşımlarını

içermektedir (Gottman, 1998; Sternberg, 1986). Romantik ilişki, partnerlerin birbirlerini gönüllü biçimde kabul ettiği bir ilişki biçimidir (Collins, 2003). Bu bağlamda romantik ilişki bireyin paylaşma ihtiyacını doğrudan gerçekleştirdiği bir yakın ilişki türü olmakla birlikte aynı zamanda kişilerin karşılıklı birbirlerini sevmeye ve bağlanma duygusal ihtiyaçlarının yer aldığı, ait olma gibi psikolojik ihtiyaçlarının giderildiği ilişki türüdür (Hindle, 1979). Romantik ilişki içerisinde partnerler, birbirlerinin çıkarlarını en az kendi çıkarları kadar önemsemektedirler (Erden ve İmamoğlu, 2009). Yakınlık kurarak ve yakınlık kurduğu kişilerle etkileşimde bulunarak bireyler planlarını, ideallerini ve gelecekle ilgili düşüncelerini paylaşırlar (Ercan ve Eryılmaz, 2011). Romantik ilişkiler, diğer yakın ilişkilerden farklı olarak cinsellik boyutunu içerir. Bu boyut geleceğe yönelik beklentiler oluşturmayı ve planlar yapmayı sağlar. Bu da romantik ilişkilerde yaşanan doyum ya da doyumsuzlukların daha yoğun bir biçimde sonuçlar doğurma ihtimalini arttırmaktadır (Özkan, 2016).

Snell, Schicke ve Arbeiter (2002) romantik ilişkinin çeşitli boyutları olduğunu ifade etmektedirler. Bu boyutlar şu şekilde ifade edilmiştir;

1. İlişkide Kendine Güven: Bireyin romantik ilişki içinde kendisini ve yeteneklerini pozitif yönde tanımlamasıdır.
2. İlişkiye Saplantı: Romantik ilişkide birey, kendinden çok ilişkisini hayatının merkezine koyarak sürekli ilişkileriyle meşgul olması ve tüm zamanını ilişkiye ayırması durumudur.
3. İçsel İlişki Kontrolü: Bireyin romantik ilişkisinin kendi bireysel özellik ve inançları ile şekillendiğine inanmasıdır.
4. Dışsal İlişki Kontrolü: Bireyin yaşadığı romantik ilişkide, ilişkinin kendi bireysel özellik ve inançları ile şekillenmediğine ve ilişkisi üzerinde kendisinin hiçbir kontrolü olmadığına inanıp şans ya da kader gibi dışsal faktörlerin etkili olduğunu savunmasıdır. İçsel ilişki kontrolünün tam tersidir.
5. İlişki Farkındalığı: İlişkide bireyin yaşamış olduğu duygusal veya bilişsel durumların farkında olabilmesidir.
6. İlişki Güdüsü: Romantik ilişkiye sahip olmak için kişinin istek ve arzu duymasıdır.
7. İlişki Kaygısı: Romantik ilişkinin bireyde kaygı duygularını ortaya çıkarmasını ifade etmektedir. Birey bir başkasıyla ilişki kurma sürecinde kaygılıdır.
8. İlişki Korkusu: Bireyin romantik ilişki kurmaktan korkması durumudur.

9. İlişki Girişkenliği: Bireyin romantik ilişki başlatma konusunda girişken ve aktif olmasıdır.

10. İlişki İzlenimi Ayarlama: Bireyin yaşadığı romantik ilişkiyle ilgili çevresindeki kişilerin görüşlerine önem vermesini ifade etmektedir.

11. İlişki Doyumu: Bireyin romantik ilişkisinden memnun olması durumudur.

2.1.1. Bağlanma Kuramı

Romantik ilişkileri açıklayabilecek teorilerden bir diğeri de bağlanmadır. İnsanoğlunun ilk kişiler arası ilişkileri doğumla birlikte başlamaktadır. İnsanın duygusal ilişki kurma ihtiyacı, bebek ile bebeğe bakım veren arasında, ilişki kurma, bebeğin bakım verene karşı göstermiş olduğu yakınlık davranışları ile gözlenmekte olan, stresli durumlarda belirginlik kazanan ve süreklilik gösteren duygusal bağı bağlanma kuramı çerçevesinde açıklamıştır (Bowlby, 1969). Bireyin yaşamın ilk yıllarında deneyimlemiş olduğu yaşantılar sayesinde kendisine ve dünyaya olan algıları şekillenmekte ve bu yaşantılar sonucunda oluşturacağı dünyasına yön vermektedir (Akdağ, 2011). Bağlanma kuramına göre bakıldığında gelişimin devamlılık gösterdiğini söylemek mümkündür dolayısıyla erken yaşta ebeveynleri ile yaşadığı ilişkinin, kişinin geleceğinde şekillendireceği yakın ilişkileri etkilediği söylenmektedir (Bartholomew ve Shaver, 1998). Bağlanma kuramı, kişilerin bir başkasıyla güçlü ve yakın duygusal bağlar kurma ihtiyacının nedenlerini de açıklamaktadır (Akbağ ve İmamoğlu, 2010). Bir diğer ifadeyle, iki birey arasındaki yakın duygusal bağ olan bağlanma, bireyin gelişim dönemlerinde kendisini güvende hissetmesini ve çevresine uyum sağlamasını kolaylaştırmaktadır (Bowlby, 1969). Bireyin sahip olduğu bağlanma stili ise, bireyin ilişkisinden alacağı doyumu, ilişki içerisindeki mutluluğunu ve refahını etkileyebilecektir (Karabacak, 2016; Soğancı, 2017; Uzun, 2017). Bağlanma stilleri, bağlanmanın niteliğini değerlendirebilmek için bebeğin tanımadığı bir çevrede bakım verenden ayrı kalma deneyiminde bağlanma sistemini açıklamaktır (Ainsworth, 1978). Bebeklerin yakınlık ve temas arayışları, bu temas yoluyla ne derecede kabul edildikleri ve rahatlama sağladıkları ile ilgili yaşantılarını inceleyerek; güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma olmak üzere üç ana bağlanma stili betimlenmiştir (Ainsworth, 1978).

Bağlanma kuramındaki bir diğer önemli kavram da "İçsel tasarım modelidir". Bu model insan hayatında yaşamının ilk aylarından itibaren oluşmaya başlayıp sonraki yıllarda da gelişimini devam ettirmektedir (Bartholomew ve Shaver, 1998). Bartholomew ve Horowitz (1991) kişilerin olumlu ve olumsuz yönde değerlendirmiş oldukları zihinsel modelleri doğrultusunda dört temel bağlanma stilinin ortaya çıkacağını ileri sürmüşlerdir. Güvenli bağlanma stili olumlu benlik algısı geliştirmenin sonucunda kişinin kendini sevmeye değer görmesiyle birlikte başkalarına karşı da güvenilir ve destekleyici yaşantılar geçirmesini içermektedir. Güvenli bağlanan kişiler sağlıklı yakın ilişkiler kurabilmektedir. Saplantılı bağlanma stili ise olumsuz benlik modeli ile olumlu benlik modelinin birleşimi olarak tanımlanmaktadır. Kişinin kendisini değersiz ve sevmeye layık olarak görmemesiyle birlikte başkalarına karşı olumlu değerlendirmelerini içermektedir. Korkulu bağlanma stili, kişinin kendini ve başkalarını olumsuz olarak tanımlarken, kayıtsız bağlanma stili ise kendine değer verme (yüksek özsaygı) başkalarına karşı olumsuz değerlendirmelere sahip olmak ile tanımlanmaktadır (Bartholomew, 1990). Bowlby'nin kuramına bakıldığında, her bireyin yaşamı ve ilişkileri algılayış biçimine göre kendisine ve yaşamındaki kişilere karşı oluşturduğu bazı bilişsel şemaları vardır. Bireyler diğerleriyle kurdukları ilişkilerde anılarına ve yaşadıkları deneyimlere bağlı olarak bu modele göre davranış geliştirirler. Bu bağlamda bakıldığında bireylerin hayatlarına giren insanlarla ilgili bilişsel ve duygusal beklentileri ilişkilerine yön vermektedir (Bartholomew ve Shaver, 1998).

2.1.2. Aşk Stilleri Kuramı

Aşk stilleri kuramı Lee (1974) tarafından geliştirilen bu kuram aşkın birden çok boyutunun olduğunu ve bu boyutların altı temel aşk stili altında toplanabileceği belirtmektedir (Atak ve Taştan, 2012). Boyutlara bakıldığında arkadaşça aşk, oyun gibi aşk ve tutkulu aşk birincil aşk stillerini; sahiplenici aşk, mantıklı aşk ve özgeci aşk ise ikincil aşk stillerini oluşturmaktadır. Birincil aşk stillerinin birleşimi ile ikincil aşk stilleri oluşmaktadır (Atak ve Taştan, 2012). Birincil aşk stillerinden olan arkadaşça aşk; kişiler arasında zaman geçtikçe gelişen, karşılıklı değer verme üzerine kurulu ve fiziksel etkileşime dayalı olmayan bir aşk türüdür. Oyun gibi aşk; kişilerin aşkı eğlence olarak gördüğü, diğer stillere oranla bağlanmanın görece daha az olduğu ve kısa süren aşk türüdür. Tutkulu aşk; kişiler için fiziksel çekiciliğin önemli olduğu ve çiftlerin birbirleri

için risk almaya meyilli olduğu aşk türüdür. Sahiplenici aşk; partnerler arasında kıskançlık ve güvensizlik gibi duygular yer alabilmekle birlikte partnerini kaybetme korkusunun olabildiği ve sorunlar olmasına rağmen ilişkiyi bitirememe gibi durumların olduğu aşk türüdür. Mantıklı aşk; romantik partnerin inanç sistemleri, ailesel özellikleri ve gelecek yaşam düşüncelerine önem verilen aşk türüdür. Özgeci aşk; romantik partnerin kusurlarının önemsenmediği ve bireyin kendi çıkarlarından ziyade partnerini düşündüğü aşk türüdür (Lee, 1988'den aktaran Atak ve Taştan, 2012). Romantik ilişkilerini oyun gibi aşk biçiminde yaşamakta olan bireylerin romantik ilişki sürelerine bakıldığında mantıklı aşk biçimine göre daha kısa sürdüğü söylenebilir (Richardson, Medvin ve Hommock, 1988).

2.1.3. Sternberg'in Aşk Üçgeni

Romantik ilişkiyi açıklayan bir başka teori ise Sternberg'in aşk üçgeni kuramıdır. Bu kuramda, romantik ilişkilerdeki yakınlık, tutku ve bağlanma unsurlarının değişik kombinasyonları, üçgen aşk kuramı tarafından tanımlanan sekiz farklı aşk türünü ifade etmektedir. Ancak bu üç bileşenin önem derecesine ilişkin net bir şey söylemenin mümkün olmayacağını belirtmek gerekmektedir. İlişkide aşk kavramı zamanla değişebilmekte ve kişilere göre anlamı farklılaşabilmektedir. Sternberg (1986) aşkın türlerini sekiz gruba ayırarak tanımlamıştır: Aşksızlık, yani aşkın ilişki içerisinde çok az yer aldığı hatta ilişkinin büyük çoğunluğunda aşk içermeyen sıradan ilişkiyi ve iletişimi, bireylerin birbirleriyle kurdukları etkileşimlerin azlığını ifade eder. Daha çok hoşlanma, samimiyet ve sıcaklık hislerini içerir. Çılgınca aşk, genellikle bireyler üzerinde ilk görüşte aşk olarak ifade edilebilmektedir. Partnerlerin birbirlerine karşı yoğun ve tutkulu bir ifadelerinin olduğu söylenmekle birlikte herhangi bir yakınlık ya da karar verme ve bağlı hissetme gibi bileşenleri içermez. Bundan dolayı kişinin idealleştirdiği kişiye aşık olduğu söylenebilir. Duygusuz aşk, herhangi bir yakınlık ve tutku olmadan sevgi ve bağlılığın gerçekleştiği ilişki türüdür. Bazen yıllar boyu devam eden bazen de duygusal ifadeleri ve kişilerin fiziksel çekim hissetmedikleri durgun ilişkilerde görülebilmektedir. Romantik aşk, kişilerin birbirlerine karşı fiziksel ve duygusal olarak çekim duydukları birbirlerine karşı bağlılık hissettikleri ilişki türüdür. Arkadaşça aşk, daha çok kişilerin birbirlerine karşı samimi duygular beslemeleri; karar verme ve bağlılık hissetme bileşenlerini içeren bir etkileşime sahiptir. Daha çok partnerler arasındaki tutkunun azaldığı ilişkilerde veya evliliklerde uzun süredir devam eden bir dostluğun olduğu ilişki türüdür. Aptalca aşk, yakınlık duygusu

geliştirmeden tutku, sevgi ve bağlılıkla birlikte yürütülen ilişki türüdür. Tanıştıktan kısa bir süre sonra ani bir karar ve tutkuyla evlilik kararının alındığı Hollywoodvari ilişkiler örnek verilebilir. Mükemmel aşk, yakınlık, tutku ve bağlanma olmak üzere üç bileşenin kombinasyonundan oluşmaktadır. Ancak üç bileşenden oluşması, uzun süreli sürdürülebileceğinin garantisini içermemektedir.

2.1.4. Romantik Yakınlık Kuramı

Kişilerin sosyal gelişimlerini ve fiziksel sağlıklarını etkileyen önemli bir unsur yakınlıktır (Moss ve Schwebel, 1993). Kişiler arasında yakınlık kurmak özellikle gelişim dönemlerinin başarılı bir şekilde atlatılmasında, yakın arkadaşlıkların kurulmasında, partner seçiminde ve dolayısıyla kişinin yapacağı partner seçimiyle birlikte mutlu bir evliliğin oluşturulmasına yönelik tamamlayıcı role sahiptir (Moss ve Schwebel, 1993). Moss ve Schwebel (1993), romantik ilişkide oldukça önemli olan romantik yakınlık kavramını beş etkenle açıklamışlardır. Bu etkenler; kişilerin ilişkilerinde kurmuş oldukları duygusal bağlılık, bilişsel yakınlık, fiziksel yakınlık ve karşılıklık olarak tanımlanmaktadır. Eğer bu beş etkenin tamamı kişilerin kurmuş oldukları ilişkide yer alırsa, o ilişkinin bireyler için ideal ilişki olduğu söylenebilir fakat bu etkenlere bakıldığında genelde aynı ilişki içinde yer aldığını söylemek mümkün değildir (Moss ve Schwebel, 1993). Moss ve Schwebel'in beş etkeni tanımladığı yakınlık kuramına bakıldığında, Sternberg'in üçgen aşk kuramında ele alınan aşkın üç bileşeni ile arasında bağlantı olduğu görülmektedir (Ataş ve Taştan, 2012). Bu iki teori arasında özellikle bilişsel ve duygusal yakınlık olarak ifade edilen kavramın Sternberg'in kuramındaki yakınlığa; fiziksel yakınlık ise tutkuya karşılık gelmektedir. (Ataş ve Taştan, 2012).

Bu kuramsal açıklamalara ek olarak alanyazına bakıldığında Prager (1995), yakınlığın iki alt boyutu olduğunu ifade etmektedir. Bunlar, yakınlık etkileşimleri ve yakın ilişkilerdir.

1. Yakınlık etkileşimleri: Bireylerin yakınlık etkileşimleri, yakınlık deneyimleri ve yakınlık davranışlarının birlikteliğinden oluşur. Yakınlık davranışları, bireylerin romantik ilişkilerinde sergilediği gözlenebilir davranışlardır. Prager (2000), bireylerin yakınlık deneyiminde etkileşimde olmanın, romantik partnerlerin ilişkileriyle ilgili düşüncelerinden

ve genel yargılarından daha etkili olduğunu ifade etmiştir. Yakın etkileşimde sözel ve sözel olmayan davranışlar bulunmaktadır.

2. Yakın ilişkiler: Yakın ilişkiler bireyin anne-babası ile ilişkisi, romantik ilişkisi ve arkadaşlık ilişkilerini kapsayan ilişkilerdir. İlişkinin niteliği, kişilerin diğerleriyle olan ilişkilerinde yakınlık kurmanın farklılık göstermesi ilişkilerde ayırt edici temel noktalardan biridir. Bunun yanı sıra yakın ilişkileri destekleyen, sevgi, güven ve bağlılık olmak üzere üç etmen bulunmaktadır (Prager, 1995).

Kişilerin partnerleriyle sağlıklı romantik ilişki kurması, yaşanan ilişkiden elde edilen doyum ile doğrudan ilişkili olduğu görülmektedir (Furman, 2002; Stackert ve Bursik, 2003; Beştav, 2007). Yakın ilişkilerin tümünde görüldüğü gibi romantik ilişkilerde de (1) bağlılık, sevmeye duygusu ve aşk, (2) kişilerin psikolojik ihtiyaçlarına karşılık bulması ve son olarak (3) partneriyle aralarında olan karşılıklı bağlılık olarak üç temel bileşen sayılabilir (Hindle, 1979). Partnerleriyle olan ilişkilerinde problemler yaşayan kişilerin kendileri, ilişkileri veya partnerleri ile ilgili gerçekçi olmayan inançları olduğuna yönelik araştırmalar vardır (Eidelson ve Epstein, 1982). Romantik ilişkide kişinin ilişkiye dair inançları; ilişkiye dair “gereklilik” düşünceleri ya da “-meli, -malı” ifadeleri ile kurulan varsayım ifadeleri, ilişkiden beklenti ve ilişkiye dair yaşananları algılama biçimleri bulunmaktadır (Sullivan ve Schwebel, 1995). Sağlıklı bir romantik ilişki içerisinde olmanın birey için yalnızca ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik olmadığı aynı zamanda fiziksel ve psikolojik iyi oluşlarını da önemli ölçüde desteklediği bilinmektedir (Proulx vd., 2007).

Romantik ilişkide, ilişkinin başlaması ya da başlatılması kritik bir aşamadır. Bir ilişki içerisinde olma isteği olan birey, bu aşamayı deneyimler ve sonucunda ilişkiyi ya geliştirerek devam ettirmek girişiminde bulunur ya da sonlandırmayı tercih eder (Sprecher, 2009). Romantik ilişkinin oluşabilmesi için kişiler kendileri için doğru insanla karşılaşma, şans, çaba, zamanlama gibi birçok etkenin de eş zamanda gerçekleşmesi gerekmektedir (Kaile ve Cavanuagh, 2015). İlişkinin başladığı ve geliştiği aşamaları birbirinden ayırmak güç olsa da ilişkinin başlaması, iki kişinin birbirlerinin farkında oldukları, birbirlerini fark ettikleri ya da birbirlerini çift olarak düşünmeye başladıkları zamana kadar olan süre olarak tanımlanır (Sprecher, 2009). İlişkilerin başlaması ve sonrasında gelişmesi için öncelikli

olan koşul kişilerin duygusal ve fiziksel olarak bir ilişkiye başlamaya hazır ve motive olmalarıdır. Romantik bir ilişki içerisinde olmak gelişimsel bir ihtiyaç olarak tanımlanmaktadır (Erikson, 1968).

2.2. Romantik İlişkide Beklentiler

Romantik ilişkiye başlarken bireylerin önceden geliştirmiş oldukları birtakım inançlarla birlikte karşılarındaki kişiye yönelik fikirleri doğrultusunda beklentileri mevcuttur (Beştav, 2007). Romantik ilişkilerle ilgili geliştirilen bu inançlar, bireylerin ilişki ile ilgili düşüncelerini, kendilerine göre ilişkiden beklentilerini ve o zamana kadar deneyimledikleri ilişki profillerini aynı zamanda bu deneyimlerinin sonucunda oluşan ve olayları algılayarak beklentilerine yönelik geliştirdikleri tutum ve davranışlarını ifade etmektedir (Sullivan ve Schwebel, 1995). Beklentilerin asıl kaynağı olarak görülen bireyin sahip olduğu romantik ilişki ile ilgili inançlarının oluşumuna dair alanyazına bakıldığında, bireyin bir ilişkinin nasıl olması gerektiğine dair varsayımlarından kaynaklandığı görülmektedir (Sarı ve Owen, 2015). Alanyazına bakıldığında romantik ilişkilerden beklentiler; kişilerin ilişkilerine dair inanç ya da beklentileri (Hazan ve Shaver, 1987; Sarı ve Owen, 2015), gereklilik olarak görülen ya da ilişkinin belli standartlara sahip olması şartını göz önünde bulunduran bazı gerçekçi olmayan düşünceleri ya da akılcı olmayan inançlar (DeBord, Romans ve Krieschok, 1996; Sharp ve Ganong, 2000) şeklinde ifade edilmektedir. Özetle romantik ilişki inançları, kişinin ilişkiye yönelik kendi belirlediği ve olmasını istediği, ideallerinden oluşan beklentileri olarak tanımlanmaktadır (Eidelson ve Epstein, 1982).

Romantik ilişki ile ilgili bireyin inanç ve düşünceleri yoğunlaştığında kişiler tarafından abartılı düşünceler geliştirildiğini (James, Hunsley ve Hemsworth, 2002) ve partnerlerin birbirlerini yargılamalarına yol açtığını (Metts ve Cupach, 1990), olumsuz ve yıkıcı eleştirilerde bulunarak birbirlerindeki olumsuz özelliklerine dair düşüncelerde oldukları (Medora, Larson, Hortaçsu ve Dave, 2002) dolayısıyla bunun sonucunda ilişkide hayal kırıklıkları ve çatışmalar yaşayarak ilişkilerinin bitmesine yol açabilmektedirler (Sarı ve Owen, 2015). Sonuç olarak kişilerin önce nasıl bir ilişki istediklerini bilmeleri ve sonrasında yaşamak istedikleri ilişkinin değişen beklentilerine yönelik olarak nasıl olması gerektiği ile ilgili farkında olmaları ve bu bağlamda beklentilerin temeli olan unsurların

bilincinde olmaları yaşayacakları ilişkinin sağlıklı olmasına neden olacaktır (Honeycutt ve Cantrill, 2001).

Romantik ilişkilerin temel noktası beklentilerdir ve bu durumda genel ve özel olmak üzere iki tür ilişki beklentisi bulunmaktadır (Jones ve Burdette, 1994). Kişiler genel beklentilerini partnerlerine açık bir şekilde ifade etmek zorunda değildirler. Özel beklentiler ise ilişkinin kendisindeki etkileşimlerden kaynaklanır ve sonuç olarak o ilişkiye özgüdür (Jones ve Burdette, 1994). Romantik ilişkide bireyler genellikle ilişkinin nasıl olacağı ve ilişki içerisinde olduğu partnerine nasıl davranması gerektiğine ilişkin bir modelle ilişkiye başlar (Jones ve Burdette, 1994). Dolayısıyla bireylerin, kendilerinin ve partnerlerinin nasıl davranacaklarına ilişkin beklentileri vardır. Burgoon (1993) iletişim kurmanın ve beklentileri açıklamak amacıyla beklentilere ilişkin araştırmalara öncülük etmiştir ve bu bağlamda beklentileri, beklenen davranışın kalıcı bir modeli olarak ifade etmiştir.

İlişkide beklentilerin tanımına bakıldığında davranışın tutarlılığı veya öngörülebilirliği anlamına gelmektedir. Kurallar gibi beklentiler de kişiye bilgi verebilir ve ilişkiyi değerlendirmesine yardımcı olabilir (Rubin, Kim vd., 1990). Romantik ilişkiye başlarken ilk aşamada kişilerin yaşadıkları ya da gelecekte yaşamak istedikleri ilişkiye dair beklentilerinin farkında olmaları, partnerleriyle ilgili beklenti ve inançlarının net olması, ilişkilerinde yaşayabilecekleri problemleri önceden belirlemelerine ve hatta çözerek problemin önüne geçebilmeye yardımcı olabilmektedir (Sharp ve Ganong, 2020). Başlangıçta bir ilişkiyi geliştirirken partnerlerin bu ilişkideki beklentilerine yönelik geliştirecekleri farkındalık problemini önlemek için beklentilerini tanımlamaları ve ifade etmeleri önemli olabilmektedir. İlişkide problemlerle başa çıkma ve kişinin ilişki içerisinde nasıl bir tavır sergileyeceği konusunda beklentileri kişilere rehber olmaktadır (West, 2006). Özellikle de bireylerin geçmişte deneyimledikleri bir romantik ilişki yaşantısı olmadığı durumda kişiye yarar sağladığı söylenmektedir (West, 2006).

Romantik ilişki sürecindeki beklentiler romantik ilişkilerin temel bir parçasıdır (Rubin vd., 1990). Bu bağlamda bakıldığında ilişkide beklentilerin varlığını araştırmanın anlamlı olduğu söylenmiştir. "Beklentiler" ve "Beklenti ihlalleri" üzerine yapılan araştırmaların temel noktasının iletişim olduğu söylenmektedir (Burgoon ve Hale, 1988). Bu nedenle hem psikoloji hem de iletişimle birlikte açıklanan beklentiler hakkında ilgili

alanyazın incelendiğinde, romantik ilişkide kuralların ve beklentilerin biçimi, işlevi ve bunların romantik ilişkilerimizi düzenlemek ve geliştirmek için nasıl çalıştıklarını anlamak daha kapsamlı bir görüş sağlamalıdır (Rubin vd., 1990).

Romantik ilişkilerde partnerlerin zaman içerisinde ilişkisel senaryolar olarak tanımlanan ve ilişkide kimin ne yaptığıyla ilgili ya da iletişimsel çatışmaların nasıl ortaya çıktığı gibi kişilerin hayatlarını özetleyen çeşitli senaryolar geliştirdikleri görülmüştür (Fitness ve Fletcher, 1993). Zaman içinde tekrarlanan etkileşimler yoluyla romantik ilişkide partnerler, bir çift olarak kendileri için daha etkili ve tatmin edici etkileşim yolları geliştirmektedirler (Jones ve Burdette, 1994). Uyum sağlama, birbirini daha iyi tanıma, tartışarak anlaşma yoluyla ve bir ilişkinin nasıl gelişip işlediğine dair inançları temele alındığında çiftler, daha geniş bir ilişki kültürü içinde kendi kural ve beklentilerini veya ilişki standartlarını geliştirmektedir (West, 2006). Romantik ilişkideki partnerler etkileşimle birlikte ilişkilerindeki bireysel doğayı karakterize eden ve güçlendiren, etkileşimde bulunduğu, iletişim kurduğu ve ilişkilerindeki olayları yorumladığı tüm benzersiz yolları yansıtmaktadır (Montgomery, 1994). Montgomery'e (1994) göre romantik ilişkide sözel etkileşimde bulunarak partnerlerin birbirleriyle duygularını ve kendileriyle ilgili bilgileri paylaşmasının her iki tarafın beklentilerini dile getirmesi, romantik ilişkide memnuniyet ve yakınlık oluşturmaktadır. Tekrarlanan etkileşimler sayesinde partnerler; incinmiş duygular, tartışmalar veya sessizlikler yoluyla ilişkilerinin sorunsuz ilerlemesinde ve bu ilerlemenin ilişkilerinde hangi standartların işlevsellik sağlayacağını keşfedebilirler (West, 2006).

Partnerlerin birbirlerine açıklama yaparak veya birbirleriyle tartışmalarına neden olacak bazı tartışma tehditlerinden “tabu” olarak nitelendirilen konuları konuşmaları ilişkide önemli olmaktadır (Baxter ve Wilmot, 1984). Belirli davranışların veya ilişkiyle ilgili tabuların konuşmaya dahil edilmesi veya hariç tutulması ilişkinin kalitesini etkileyecektir. Bu bağlamda ilişki standartlarına bağlılık, ilişkideki her iki bireyin de daha mutlu olmasını ve ilişkiden aldıkları doyumun artmasını sağlayacaktır (Montgomery, 1994). Finkel, Rusbult, Kumashiro ve Hannon (2002) da partnerlerin birbirlerine karşı belirli davranışların gerçekleştirilmesi veya gerçekleştirilmemesi konusunda karara vararak, ilişkide kuralların ve beklentilerin varlığını desteklediğinden bahsetmiştir. Buradan yola çıkarak, anlaşma, doğası gereği bir düzeyde kabul veya tartışma anlamına

gelir. Böyle bir tartışmanın ya da anlaşmanın gerçekleşebilmesi için söz konusu beklentilerin açık bir şekilde ortaya konması gerekmektedir.

Kişinin ilişkiye bağlılığı ne kadar fazlaysa, o ilişkiden beklentilerinin de o kadar fazla olduğu ve partnerlerin birbirlerine olan bağlılıklarının beklenti düzeyleri ile ilgili olduğu söylenmektedir (Sabatelli ve Pearce, 1986). Bağlılık düzeyi yüksek ilişki içerisinde bulunan bireyler, yüksek bağlılığın bir sonucu olarak zaman içinde beklenti düzeylerini yükseltebilirler veya bireyler yüksek beklentilerle bir ilişkiye girip, beklentileri aşan durumlar sonucunda yüksek düzeyde bağlılık elde edebilirler. İlişkide beklentilere sahip olmak kişiler için önemlidir. Çünkü partnerlerin ilişkide ne kadar iyi durumda olup olmadıklarını değerlendirmenin bir yolu beklentileri gözden geçirmektir (Sabatelli ve Pearce, 1986). Ancak ilişkide iyi durumda olunmadığı anlaşıldığında yaşanan herhangi bir dengesizliği gidererek ve dengeyi yeniden kurarak ilişkinin devam etmesi sağlanabilmektedir. Sosyal değişim kişinin beklentilerini aşan durumların önemini ve beklentileri karşılamamanın veya aşmanın güven ve bağlılık gibi diğer ilişkiyel değişkenler üzerindeki etkilerini vurgulamaktadır (Sabatelli ve Pearce, 1986). Romantik partnerlerin yalnızca popüler kültürde ve akademik alanyazında yaygın olarak görülen sadakatsizlik veya aldatma gibi konularda değil, çeşitli konularda da kuralları ve beklentileri vardır (Sabatelli ve Pearce, 1986).

2.3. İlişki Doyumu

İlişki doyumu bireylerin ilişkiye yönelik kendi içsel değerlendirmelerini içermektedir. Alanyazında bu kavram ile ilgili farklı tanımlar olduğu görülmektedir. Rusbult'a (1983) göre kişinin ilişkiye yönelik olumlu duygularının ve partnerlerin birbirlerine karşı olan çekimin değerlendirilmesi ilişki doyumunu ifade etmektedir. Bir diğer tanıma bakıldığında, ilişki doyumu, bireylerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları olumlu ya da olumsuz deneyimleri ifade etmektedir (Hendrick, 1988). Sabatelli (1988) ise kişinin ilişkiye dair beklentileri ile partnerlerinin ilişkideki davranış ve tutumlarına yöneliktir. Aynı zamanda ilişki doyumu, romantik ilişkilerde mutluluk düzeylerini ve ilişki niteliklerini tanımlamak için de kullanılmaktadır (Hendrick ve Hendrick, 2006). Başka bir ifade ile ilişki doyumu, bireyin romantik ilişkilerine ilişkin bilişsel ve duygusal değerlendirmelerinin bir sonucudur (Fletcher ve diğerleri, 2000). Romantik ilişkide bireylerin elde ettiği doyumun psikolojik sağlık açısından da önemli olduğu

düşünülmektedir (Fincham ve Beach, 1999). İlişki doyumu, romantik ilişkilerde ilişki kalitesini belirleyen önemli bir değişkendir (Eken, 2019).

İlişki kurmak, ilişkiden doyum elde edebilmek insan yaşamının her döneminde önemlidir fakat özellikle beliren yetişkinlik döneminde bireyler için romantik ilişki başlatmanın ve bu ilişkiden doyum sağlamanın ayrıca önemi olduğu düşünülmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde, bireylerden beklenen bazı görevler vardır. Bunlar; bireylerin eş seçiminde bulunma, eşle birlikte bir yaşam kurma gibi gelişim görevleridir (Havighurst, 1956). Kişinin yaşadığı ilişkiden doyum alabilmesi ve buna yönelik bir romantik ilişki içerisinde bulunması, kişinin psikolojik iyi oluşu, kuracağı sağlıklı yakın ilişkilerin gelecekteki yaşantılarına sağlam bir temel olmasını sağlamaktadır (Erikson, 1968). Bu dönemde Erikson'a göre yakınlığa karşı yalıtılmışlık yaşamak ve bu gelişim görevinin üstesinden sağlıklı bir şekilde gelinmesi gerekmektedir (Feiring, 1996).

İlişkide sağlam temellerin atılabilmesi için bireylerin romantik ilişkilerinden elde ettikleri doyum düzeyinin yüksek olması gereklidir ki, kendilerini birer birey ve çift olarak sağlıklı hissedebilsinler. Bireyin partneriyle birlikte geçirdiği kaliteli vakitlere dayanan mutluluk ve tatmin duygularının derecesini ifade eden romantik ilişki doyumu, partnere karşı hissedilen olumlu duyguların kişilerarası bağlamda değerlendirmesidir (Rusbult, 1983). İlişki doyumuyla birlikte ele alınması gereken önemli bir değişken de beklentilerdir. İlişki doyumu, kişinin ilişkiye dair beklentileriyle partnerinin kendisine yönelik davranışları arasındaki ilişki şeklinde açıklanmıştır (Sabatelli, 1988). Romantik ilişkide partnerler arasındaki ilişkinin sağlıklı ilerlemesi için ilişkiden alınan doyum oldukça önemlidir; fakat kişilerarası ilişkilerin hiç sorun yaşanmadan ilerlediğini düşünmek de doğru bir ifade değildir (Eken, 2019). Yakın ilişkiler kapsamında ele alınan romantik ilişkiler içerisinde partnerler arasında herhangi bir nedenden dolayı anlaşmazlıklar ve çatışmalar ortaya çıkabilir. Tüm bunlar partnerlerin ilişkiden aldığı doyuma yönelik olumsuz etkide bulunabildiği gibi aynı zamanda çatışmalar sağlıklı yönetildiğinde olumlu sonuçlar da doğurabilmektedir (Çırakoğlu ve Tezer, 2010).

İlişki doyumunun alanyazında, akılcı veya rasyonel olmayan inançlar (Epstein ve Eidelson, 1981; Metts ve Cupach, 1990; Sarı, 2008; Stackert ve Bursik, 2003; Beştav, 2007; Saraç, Hamamcı ve Güçray, 2015; Sullivan ve Schwebel, 1995; Sarı ve Owen, 2016; Atılğan, 2020; Eken, 2021) bağlanma stilleri (Sümer, 2017; Soğancı, 2017; Shams vd.,

2019; Ögüt, 2022), duygu düzenleme (Karataş, 2019), narsistik kişilik eğilimi ve benlik saygısı (Doğaner, 2014), sosyal medya kullanımı (Gülkanat, 2021), mükemmeliyetçilik (Saticı, 2018), şemalar (Savaş, 2021) , romantik kıskançlık (Sümer ve Arıcak, 2018), sosyotelizm (Çizmecı, 2017; Shams vd., 2019; Çıkrıkçı vd., 2019), partner sosyotelizmi (Yam, 2023) depresyon (Roberts ve David, 2016; Wang vd., 2017) gibi değişkenlerle ele alındığı görülmektedir.

2.4. Sosyotelizm (Phubbing) ve Partner Sosyotelizmi

Phubbing kavramı, phone (telefon) ve görmezden gelmek (snubbing) kelimelerinin birleştirilmesiyle oluşturulan bir kavramdır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Haigh, 2021; Pathak, 2013). Türk kültürüne ve alanyazına “sosyotelizm” (Karadağ vd., 2015) olarak kazandırılan kavram; “*Kişinin dikkatini ve ilgisini birlikte olduğu kişiye vermek yerine o bireyi görmezden gelerek dikkatini telefonuna yönlendirmesi (Cambridge Dictionary, 2021)*” olarak tanımlanmaktadır (Karadağ, 2015). Kavramın tanımı öncelikle sosyotelizm (phubbing) olarak yapılmıştır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Zaman içinde sosyotelizm kavramı özelleştirilerek ayrıştırılmıştır. Bunlar; ebeveyn sosyotelizmi, yönetici sosyotelizmi ve partner sosyotelizmidir. Ebeveyn sosyotelizmi, ebeveynlerin çocuklarıyla birlikte vakit geçirmek yerine ilgi ve dikkatlerini cep telefonlarına yönlendirmeleriyle ilişkilendirilmiş ve cep telefonunun kullanımı nedeniyle dikkati dağılan ebeveynlerin göstermiş olduğu davranış olarak tanımlanmıştır (Bai vd., 2020). Yönetici sosyotelizmi, işveren ve çalışanın birbirleriyle kurdukları iletişim sırasında, işverenin dikkatini cep telefonuna yöneltmesi halinde ortaya çıkan bir durum olarak tanımlanmıştır (Roberts ve David, 2020). Bireylerin bu davranışları alanyazında sosyotelizm (phubbing) kavramı ile açıklanmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Ulusal alanyazında ise Karadağ vd., (2015)’e göre sosyotelizmin 2 alt boyutu bulunmaktadır. Bu alt boyutlardan ilki telefon takıntısı; kişilerin sürekli telefona ihtiyaç duyma hali olarak tanımlanmaktadır (Karadağ vd., 2015). Gün içerisinde kişilerin telefona fazla vakit ayırmaları, dikkatlerinin bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde genellikle telefonda olması ve bu bağlamda iletişim kurdukları kişilere karşı dikkatlerini veremeyip odaklarının telefona bakmak olması şeklinde ifade edilmektedir (Karadağ vd., 2015). İkinci boyut olarak ise iletişim bozukluğu; yüz yüze iletişim esnasında kişilerin birbirleriyle kurdukları iletişimin istemli veya istemsizce telefon kullanımı nedeniyle bozulmasını ve bunun sonucunda da

kişilerin kurdukları iletişimde, iletişimin kalitesinin bozulmasını ifade etmektedir (Karadağ vd., 2015).

Kişinin ilgisini karşısındaki kişiye yönlendirmek yerine telefonu ile ilgilenmesi ve karşıdaki kişinin görmezden gelinmesi davranışı olan sosyotelizmin, yakın romantik ilişkilerde olan biçimi ise partner sosyotelizmi olarak tanımlanmaktadır (Roberts ve David, 2016). Günümüzde akıllı telefon kullanımıyla birlikte oldukça yaygın hale gelen sosyotelizm davranışı romantik ilişkilerde bazı sorunları da beraberinde getirebilmektedir. Özellikle kişilerin partnerlerine göstermiş oldukları sosyotelizm davranışındaki artış bu sorunların başında gelmektedir (Parmaksız, 2022).

Romantik ilişkide partner sosyotelizmi davranışında sosyotelizme maruz kalan taraflardan birinin beklentisi karşılanmadığında ilişkilerini tehdit altında hissetmektedirler (Krasnova vd., 2016). Bu bağlamda bakıldığında sosyotelist davranışlar sosyotelizme maruz kalan kişiyi olumsuz bir şekilde etkileyebilmekle birlikte kişinin kendisini ilişkide önemsiz ve değersiz hissetmesine neden olabilmektedir (Parmaksız, 2022). Partnerlerden özellikle sosyotelizme maruz kalan kişide öfke patlamaları, kıskançlık, pişmanlık gibi duyguların yaşanmasına sebebiyet verebilmektedir (Parmaksız, 2022).

Partner sosyotelizmi davranışı gösteren bireyi yani sosyotelist olma durumunu Chotpitayasunondh ve Douglas (2018) dört alt boyutta sınıflandırmıştır. Bunlar; nomofobi, kişiler arası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve sorunun farkında olmak şeklinde sıralanabilir. Boyutlardan ilki olan nomofobi, kişinin telefondan uzakta olma veya ayrı kalma kaygısını olarak tanımlanabilir. Bir diğer boyut olan kişiler arası çatışma, yüz yüze iletişimde kişilerin telefon kullanımı neticesinde iletişimin sekteye uğramasını ve dolayısıyla kişiler arasında çatışmaların ortaya çıkışını ifade etmektedir. Üçüncü boyut olan kendini yalnızlaştırma; kişinin kendi çevresinden uzaklaşabilmesi için telefon kullanımıyla birlikte stresten arınıp rahatlamasını ifade etmektedir. Son olarak sorunun farkında olma boyutunda ise; kişinin çevresine sosyotelist davranışı sergiledikten sonra bu davranışı sergileyip sergilemediğinin farkında olması durumu ifade etmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018). Bu bağlamda araştırmalara bakıldığında ilişki doyumunda ve kişilerin ilişkideki temel psikolojik ihtiyaçları bağlamında sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizmin aracı rolünün bireylerin ilişkideki psikolojik ihtiyaçlarının partnerleri tarafından karşılanması ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkisinde;

kişilerin eğlence ihtiyacı gibi eğlenmeye ayrılan zamanlar dışındaki ihtiyaçları için sosyotelizmin aracı rolü olduğu görülmektedir (Karaman, 2023). İlişki doyumunu yordayan değişken olarak sosyotelizm davranışının; ilişki doyumunu aracı olarak yordayan bir diğer değişkenin sosyal medya bağımlılığı olduğu söylenebilir (Karaman, 2023).

Araştırmalara bakıldığında alanyazında; partner sosyotelizmi davranışının romantik ilişki yaşayan çiftlerin ilişkilerindeki iletişimlerinin zarar gördüğü ve partnerleri tarafından yeterli ilgiyi göremedikleri hissine kapıldıklarını bu durumun da kişiler üzerinde kıskançlık, şüphe ve güvensizlik gibi duygulara yol açarak ilişki doyumunda azalma meydana geldiği bulunmuştur (Çizmeci, 2017). Partnerlerin yüz yüze gerçekleştirdikleri sohbet sırasında birbirlerine karşı ilgi göstermek yerine, sıklıkla gözün telefona kayması ve telefonu kontrol etme arzusu karşı taraftaki kişinin kendisini önemsemediği ya da aralarında gerçekleşen sohbe gerektiği kadar önem verilmediği şeklinde bir algıya yol açtığı bulunmuştur (Nazir ve Pişkin, 2016). Akıllı telefonu kullanmanın kişiler arasında bazı şeyleri yanlış duyma ya da yanlış algılama riskiyle karşı karşıya kalması kişilere bir tartışma ortamı sunabilir. Sonuç olarak kişiler kendilerini garip hissedebilir ve konuşmadaki kaliteyi daha az bulabilir (Humphreys, 2005). Alanyazında bireylerin en çok partnerlerine ve yakın arkadaşlarına sosyotelizm davranışı göstermeleri beklenmektedir. Sosyotelizmin kişilerarası iletişim üzerinde olumsuz etkileri olduğu ve dolayısıyla bireylerin ilişkilerinde sorun yaşamalarına neden olabileceği söylenmektedir (Krasnova vd., 2016). Sosyotelizm kavramının bireylerde yüz yüze iletişime olumsuz etkileri ortaya çıkınca, bazı araştırmacılar sosyotelizm davranışlarının romantik ilişki yaşayan bireyler üzerinde de olumsuz etkileri olacağını varsaymışlardır (Roberts ve David, 2016; Abeele, 2020; Yıldırım ve Ünal, 2020).

2.4.1. Beklenti İhlali Kuramı

Alanyazında çeşitli teorilerle sosyotelizm davranışı açıklanmaktadır. Bunlardan en yaygın olanı beklentilerin her zaman normlara dayalı olmadığını ifade eden beklenti ihlali kuramıdır. Beklenti ihlali kuramında beklenti kavramı, günlük hayatta kişiler arasında kurulan ilişkide kişinin diğer insanlarla kurmuş olduğu iletişimden bazı anlamlar çıkarmaları, bir kişiyle ya da durumla ilgili olan tutarlı davranış kalıpları olarak tanımlanmaktadır (Burgoon, 1993). Karşılıklı iletişimde kişilerin beklentilerinin karşılanmadığı durumlarda beklenti ihlali ile karşılaşmaktadır. Bu bağlamda beklenti

ihlali kuramında kişinin beklentilerine yönelik davranışları bilişsel süreçlerle anlamlandırmaları gündeme getirilmiştir (Burgoon ve Jones, 1976). İletişim kuran bireyler, iletişim kurdukları konu bağlamında ve ilişkinin özellikleri ele alındığında önce bilişsel süreçlerden geçirilerek kişilerarası iletişimde kabul gören davranış kalıpları oluşturulmaktadır. Bu kalıplar çerçevesinde kişiler bazı beklentilere sahip olmaktadırlar (Burgoon ve Hale, 1988). Kişilerin birbirleriyle kurmuş oldukları ilişkilerde, iletişimde beklentilerin göz ardı edilmiş olması ya da karşılarındaki kişinin beklentilerine uygun olmayan davranışlarda bulunması beklenti ihlali kuramını gündeme getirmektedir (Afifi ve Metts, 1998).

Afifi ve Metts (1998), beklenti ihlali yaşamakta olan kişilerin bu durumu yorumlamalarında üç odak sorusu yönelmiştir:

- 1.Karşınızdaki kişi hangi düzeyde olumlu ya da olumsuz davranış sergiledi ve bu davranış sizin beklentinizi ne oranda aşmaktadır?
- 2.Beklenti ihlali beklediğiniz davranıştan ne derece sapmaktadır?
- 3.Bu ihlalin ilişkideki etkisi nedir?

Burgoon ve Hale (1988) ise beklenti ihlalleri kuramında, beklenti ihlalinin oluşumunda kişilerin birbirleriyle olan yakınlıkları ve sözel olmayan iletişimlerini ele almışlardır. İletişim ve ilişkinin özellikleri birlikte incelenerek ilişkideki kişilerarası iletişimde bilişsel süreç içerisinde oluşan ve yerleşmiş olan davranış kalıpları ortaya çıkarılmaktadır (Burgoon ve Hale, 1988). Bu bağlamda sosyotelizmle ilgili olarak beklenti ihlali kuramında karşılıklı iletişim içerisinde olan partnerlerin birbirlerine karşı göz teması kurmak, etkin dinlemek, geribildirim vermek ya da almak gibi bazı beklentilerinin olduğu fakat sosyotelist olan bireyin karşısındaki kişiyi sosyotelizme maruz bırakması sonucu beklenti ihlalinin gerçekleştiği söylenebilir (Ballı, 2020). Bu durumda sosyotelizme maruz kalan kişinin beklentileri gerçekleşmemekte, anlaşılmadığını hissetmekte, partnerinden olumlu geri bildirimler alamadığında küçük görüldüğünü düşünmekte ve karşısındaki kişi tarafından değer görmediğini düşünerek incinmektedir (Ballı, 2020).

2.4.2. Sosyal Öğrenme Teorisi

Sosyotelizm kavramı günümüzün oldukça yaygın ve olağan bir davranışı olarak yorumlanmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Sosyotelizmin bir türü olan

partner sosyotelizminde kişilerin ilişkilerine yönelik yapılan araştırma sonuçlarında birçok bireyin sosyotelizm davranışı sergilediği ve aynı zamanda bu davranışa maruz kaldığı söylenmektedir. Bu durumun sebeplerinden biri kişilerin yetişmiş oldukları çevre ve ailede sosyotelizm davranışı sergileyen bir aile üyesinin olması etkili olabilmektedir (Xie vd., 2019). Günümüz teknolojisinde oldukça yaygın olan cep telefonunun sosyotelizm davranışının sergilenmesinde sosyal öğrenme teorisi bu durumun bazı temel noktalarına değinerek açıklamaya çalışmıştır. Bu bağlamda sosyotelizm davranışını açıklayan kuramlardan sosyal öğrenme kuramı ele alınacaktır.

Sosyal öğrenme teorisi çocukların taklit yoluyla öğrenmeler gerçekleştirdiği ve öğrenmede aile bireylerini ya da çevrelerini taklit etmenin ilk basamak olduğunu belirtmektedir (Bandura, 1971). Çocuğun davranışının doğru ya da yanlış olmasından ziyade daha çok anne-baba ya da bakım gördüğü kişiden gözlemlediği davranışları sergilemesi sonucu yaşanmaktadır. Bu durumda günümüz teknolojisi ele alındığında, internet ve sosyal medya bağımlılığı, telefonla uzun süre ilgili olma durumları evlilik çatışması ve ebeveynlerin kişiler arası iletişimlerinin yoğunluğuna maruz kalan çocuk ya da ergenlerin bu çatışmalara şahit olabilmektedir. Çatışmalara maruz kalan çocuk ve ergenler, bu çatışmalara düşük oranda şahit olan çocuk ve ergenlere oranla daha fazla internet kullanma davranışı sergiledikleri ifade edilmektedir (Yang ve Zhu, 2016).

2.4.3. Newcomb ABX modeli

Heider (1946)'in denge kuramı ile bağdaştırılarak iletişim için yeni bir model sunulmuştur (Newcomb, 1953). Bu modele göre; ilişkide dengenin ve iletişimin kurulabilmesi için iletişim halinde olan iki insanın (A ve B kişisi) iletişimlerini devam ettirebilmeleri için nesne (X) ile ilgili fikir birliğine varmaları gerekmektedir. Modelde en temel ilişkinin bir kişinin herhangi bir konu veya olay hakkında başka bir kişiye fikrini iletmesi olarak belirtilmektedir. Burada iletişim halinde olan iki kişinin de konu veya olayla ilgili fikirleri ortak olmadığında denge kurulamamaktadır. Dengenin gerçekleşebilmesi için iletişim halinde olan kişilerden birinin konu ya da olayla ilgili fikrini değiştirmesi gerekmektedir.

Partner sosyotelizmini davranışını bu model bağlamında açıklamak mümkündür. İletişim kuran iki kişi (A ve B), nesne (X) ise yüz yüze iletişimde kişilerin akıllı telefon

kullanıyor olmanın normal olduğu ile ilgili bir fikir olduğu varsayıldığında; A ve B kişisi yüz yüze iletişimleri sırasında cep telefonu kullanmanın olağan bir durum olduğunu ve herhangi bir probleme neden olmayacağını düşünüyor ve bu durumu kabul ediyorlarsa bu iki kişi ortak bir fikre sahip olduklarından dolayı aralarında denge kurulmuş ve sağlıklı iletişim devam ediyor demektir. Farklı bir durum olarak A ve B kişisi akıllı telefon kullanımının yüz yüze iletişimde normal olmadığını düşünüyor ve bu fikirde ortak karara varılıyorsa yine aralarında bir dengenin olduğunu ve iletişimin bozulmamakla birlikte sağlıklı olarak devam edeceği söylenmektedir. Akıllı telefon kullanımının yüz yüze iletişimde A kişisi normal olarak görüp B kişisi normal görmüyorsa, yani bu konu üzerinde kişilerin ortak bir fikirleri yoksa denge bozulmakta ve iletişim sağlıklı bir şekilde devam etmemektedir. Bu durumda kişiler arasında sosyotelizm davranışı ortaya çıkmakta ve sosyotelizm davranışına maruz kalan kişi kendisinin ihmal edildiğini düşünmektedir (Ballı, 2020).

2.5. İlgili Araştırmalar

Bu kısımda araştırmalar, romantik ilişkisi olan ve beliren yetişkinlik dönemini içinde bulunduran yaş gruplarıyla ilgili olan çalışmaları kapsayacak şekilde incelenmiştir.

2.5.1. İlişki Doyumu ile İlgili Araştırmalar

Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında; ilişki doyumuna yönelik yapılan araştırmalarda özellikle akılcı olmayan inançların ve kişilerin ilişkiye yönelik bakış açılarının ilişkiye olan etkisi araştırılmış araştırma sonucunda bireylerin yaşamış oldukları romantik ilişkileri ile ilgili bir değerlendirmede bulunduklarında bu değerlendirme ne kadar olumlu olursa ilişkilerinden elde etmiş oldukları doyumun da o doğrultuda artmış olduğu bulunmuştur (Hamamcı vd., 2015).

Saraç, Hamamcı ve Güçray (2015)’ın 299 üniversite öğrencisiyle yapmış olduğu çalışmada demografik değişkenler olarak kişilerin yaşı, cinsiyeti, eğitim durumları ve verilerin toplandığı esnadaki ilişki durumları, ilişki süreleri gibi değişkenlerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları ve ilişki algısının ilişki doyumunu yordamadaki rolünü incelemişlerdir. Araştırmadan elde edilen bulgularda sosyo-demografik

değişkenlerden sadece ilişki durumunun doyuma dair ilişkisi anlamlı bulunmuştur. Araştırmada beklenmedik bir bulgu olarak nitelendirilen bulgu ise aşırı beklentiler alt boyutu olmuştur. Bu bağlamda bireylerin aşırı beklentiler alt boyutundan almış oldukları puanlar artış gösterdikçe ilişki doyumunun benzer bir şekilde arttığı görülmüştür. Araştırmanın bir diğer önemli bir bulgu ise Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin alt boyutları olan “sosyal zaman kullanımı”, “zihin okuma” ve “fiziksel yakınlık” alt boyutlarının İlişki İstikrarı Ölçeği “İlişki doyumu” boyutunun anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Özetle alt boyutların ilişki doyumuna anlamlı bir katkısı bulunmamış ve partnerlerin ilişki içerisindeyken ilişkileri hakkındaki değerlendirmeleri olumlu yönde olduğunda ilişkiden elde ettikleri doyumunda yüksek olduğu bulunmuştur.

Soğancı (2017) toplamda 200 birey ile çalışmış, çalışmasının örneklemini oluşturan 100 kadın ve 100 erkek ile yürütmüştür. Kadın ve erkek sayılarının eşit olması sonuçların yorumlanmasına yönelik önemli katkılar sağlamıştır. Yapılan araştırma kadın ve erkeklerin bağlanma stillerinin, ilişki doyumu üzerindeki ilişkisini anlamak yönünde bir amaç ortaya koymuştur. Bulgulara bakıldığında ise; katılımcıların ilişki doyumu puanlarının ortalamanın üzerinde olduğu görülmüş ve ilişki doyumu ile ilişkili olan değişkenlerden bağlanma stillerine bakıldığında ilişki doyumu katılımcılar arasında en çok güvenli bağlanma stiline sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle ilişkiden yüksek doyum elde eden katılımcıların partnerlerine güvenli bağlandıkları ve ilişki kalitesinin bu bağlamda yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmada romantik ilişki doyumuyla, bağlanma stillerinin kaygı ve kaçınma boyutları ile ilişkisine bakılmış ve bu bağlamda kaygının zayıf negatif yönde de olsa anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. İlişki doyumu ile bireylerin kaçınma davranışları arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu bulgular sonucunda bireylerin romantik ilişkileri esnasında yaşamış oldukları kaygının ve ilişkideki kaçınma davranışlarının ilişki doyumu ile dolaylı yoldan olsa da anlamlı olarak ilişkisinin olması bireylerin ilişkilerinden elde ettikleri doyum üzerinde önemli bir etkisinin olduğunun göstergesidir.

Karataş (2019)'ın 18 yaş ve üzerinde olan toplamda 254 gönüllü ile çalışmıştır. Araştırmada kendisini yakın ilişkilerden romantik ilişki içinde tanımlayan bireylerin ilişki doyumu ile duygu düzenleme ve kişiler arası tarzların ilişkisini incelenmesi amaçlanmıştır. Bu çalışmada bireylerin kişiler arası ilişkilerinde kullanmış oldukları olumsuz ifadelerde artış gösterdikçe sahip olunan romantik ilişki doyumunda azalma görülmekte, bireylerin

kişiler arası tarzlar puanı ve duygu düzenleme güçlüğü puanlarında azalma oldukça romantik ilişki doyumunun artmakta olduğu bulunmuştur. Araştırmaya katılan bireylerin duygu düzenleme ölçeğinden ve kişiler arası iletişim tarzları ölçeğinden almış oldukları puanlar arttıkça ilişki doyumu puanlarının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın sonucu olarak hissettiklerinin farkında olan ve bunu tanımlayabilen bireyler, duygularını olumsuz olarak ifade ettiklerinde bile iş yaşantılarını ve ilişkilerini sürdürmeye devam edebilmekte ayrıca bu duygularını kolaylıkla kontrol altına alabilmekte ve böylece ilişkiden doyum elde edebilmektedirler. İlişkilerinde fazlasıyla öfkeli ve baskın tarzlarda olan bireylerin ilişkiden aldıkları doyumun düşük olduğu sonucu elde edilmiştir.

Gülkanat (2021), 438 katılımcıdan; 338 kadın, 100 erkek bireyden oluşan örneklem üzerinde yürütmüş olduğu çalışmasında sosyal medya kullanımının beliren yetişkinlerin ilişki doyumunu etkileyen aldatma niyetini nasıl öngördüğünü araştırmıştır. Bulgular, katılımcıların ilişki durumu, cinsiyeti ve kullandıkları sosyal medya platformlarının sayısı ile pandemi dönemindeki sosyal medya kullanım sürelerinin aldatma niyeti üzerinde farklılık gösterdiğini göstermiştir. Ancak, katılımcıların yaş ve eğitim seviyelerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ayrıca, ilişki doyumunun düşük olması, ilişkiye olan bağlılığı azaltmakta olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Öğüt (2022), 18-40 yaş aralığındaki genç yetişkinlerin bağlanma stilleri ile kişiler arası duygu düzenlemesi arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin ilişki doyumu üzerindeki etkilerini incelemeyi hedeflemiştir. Araştırmada veri toplanan katılımcıların 380'i kadın, 143'ü erkektir. Elde edilen bulgular doğrultusunda ilişki doyumu ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında kadın ve erkek arasında bir fark bulunamamıştır. Yine eğitim düzeylerine göre ilişki doyumlarına bakıldığında anlamlı bir fark görülmemiştir. İlişki türü ile ilişki doyumu arasındaki ilişki incelendiğinde, anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Partneri olan bireyler arasında, birlikte yaşayıp yaşamamalarına bakılmaksızın, ilişkisini romantik ilişki olarak tanımlamayan bireylere kıyasla ilişki doyumunun daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Atılgan (2020), 261 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirdiği çalışmasında üniversite eğitimine devam etmekte olan öğrencilerin akılcı olmayan inançları, nesne ilişkileri ve ilişki doyumu arasındaki ilişkini araştırmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve nesne

ilişkileri boyutlarının ilişki doyumuyla ilişkisinde cinsiyet, gelir düzeyi, romantik ilişki deneyimleri ve ilişki türlerine yönelik demografi değişkenlere bakılmış ve anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Cinsiyet özelinde bakıldığında erkek katılımcıların romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğindeki sosyal zaman kullanımı ve fiziksel yakınlık alt boyutlarıyla işlevsel olmayan nesne ilişkileri ve gerçeği değerlendirme düzeylerinde farklılık görülürken kadınların erkeklere göre ilişki doyumu düzeyleri ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarda aşırı beklentiler, farklı düşünmek ve zihin okuma alt boyutlarında daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Çalık (2023) yürütmüş olduğu araştırma en az 12 aydır romantik bir ilişki içinde olan 23-45 yaş aralığındaki 415 kadın katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinin önemli yordayıcıları olarak empati, ilişki istikrarı, cinsel yaşamın kalitesi, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık kurmanın ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulgularında psikolojik iyi oluş ile ilişki doyumu arasında ve empati, bağlanım boyutu, romantik ilişkilerde yakınlık ve cinsel yaşam kalitesi puanlarına bakıldığında yakınlık ve cinsel yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmada katılımcıların empati puanları ile tutkulu aşk, psikolojik iyi oluş, ilişki yatırımı ve bağlanım puanları arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki görülmüştür.

2.5.2. Romantik İlişkiler, Romantik İlişkide Beklentiler ve İlişki Doyumu İlgili Araştırmalar

West (2006)'ın yapmış olduğu çalışma dört ayrı bölümden oluşmaktadır. Nicel yöntemlerle yapmış olduğu bir çalışmada 16 kategoriye 106 kişi ile çalışmış ve ilişki standartlarının bir uyum ölçüsüyle ve kişinin kendini sınırlamasıyla ilişkili olup olmadığını araştırmıştır. İlişkinin duygusal yönleriyle ilgili kurallar ve beklentiler önemli olarak görülmüştür. 45 çift ile çalıştığı başka bir çalışmada ise bir önceki anlatılan çalışmanın sonuçlarını değerlendirmeyi ve aynı zamanda partnerlerin yanıtlarında fikir birliği olup olmadığını araştırmayı amaçlamıştır. Güven, doyum ve bağlılık gibi ilişki değişkenleriyle ilişki standartlarının ve beklentilerinin ilişkili olup olmadığı araştırılmıştır. Sonuç olarak ilişkinin günlük işleyişine ilişkin kurallar ve beklentiler ilişki için önemli olduğu görülmüştür.

Beştav (2007), romantik ilişkilerden elde edilen doyuma yönelik yapılan katkıya dair araştırmasında ele aldığı sosyo-demografik değişkenler (cinsiyet, bireylerin doğdukları ve büyüyüp yerleştikleri yer) ile bağlanma stilleri ve rasyonel olmayan ilişki inançlarını incelemiştir. 322 kadın ve 264 erkek toplamda 586 rneklemeye ulaşmış ve bu örneklemenin tamamını niversite öğrencileri oluşturmaktadır. Bulgulara bakıldığında farklı yerleşim yerlerinde büyüyen katılımcıların ilişki doyumu puanları arasında cinsiyetin ve doğup büyüdükleri yerleşim birimlerine bağlı olarak romantik ilişkiden alınan doyumun farklılık göstermediği görülmüştür. Yine katılımcıların cinsiyetleri ve doğup büyüdükleri yerleşim birimleri dikkate alındığında, rasyonel olmayan ilişki inançları ve aşka ilişkin tutumlar bağlamında farklı yerleşim yerlerinde yaşayan katılımcıların bağlanma stillerinin ve aşka ilişkin tutumlarının farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Eryılmaz ve Ercan (2010), beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin romantik yakınlığı başlatma ve başa çıkma arasındaki ilişkiyi araştırmış, 110 kadın ve 106 erkek toplam 216 beliren yetişkin araştırmanın rneklemeni oluşturmuştur. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, bireylerin sosyal destek arama ihtiyaçlarının romantik yakınlığı başlatmaya yönelik anlamlı bir ilişkisi olduğu ve romantik ilişki geçmişlerine bakıldığında deneyimin arttıka bireylerin işlevsel yöntemlerle başa çıkma durumlarında artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda problem odaklı başa çıkma durumuna bakıldığında ise yine romantik yakınlığı başlatma ile anlamlı bir ilişkisi bulunmaktadır. Romantik yakınlığı başlatmak da romantik ilişkinin içerisinde bir süreç olarak görülmektedir. Yakınlığı başlatmaya ilişkin bireylerin belli başlı kullanmış oldukları bazı belirleyici faktörler olduğu görülmektedir. Bu faktörler beliren yetişkinlik dönemi bağlamında ele alındığında şu şekilde sıralanmaktadır: Bireyin kendilik algısı, kendine yönelik bilgileri, davranışsal yakınlık ve kurgulanan romantik szelleştirme olarak ifade edilmektedir (Eryılmaz, Ercan, 2010).

Kkarıslan (2011), 957 lisans öğrencisiyle gerçekleştirilen çalışmada, öğrencilerin şu anda veya gelecekteki romantik ilişkilerine yönelik inançlarının, cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ve ilişki yaşama durumu gibi değişkenlere göre nasıl farklılaştığı araştırılmıştır. Bu çalışmada 559 kadın ve 398 erkek ğrenci yer almıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda niversiteye devam etmekte olan öğrencilerin romantik ilişkilere dair inançlarına ve sosyo-demografik değişkenlerden cinsiyet, eğitim düzeyi, romantik ilişki durumuna göre farklılık göstermekte olduğu bulunmuştur. Erkek

katılımcıların kadın katılımcılara oranla romantik ilişkilere dair inançlarına bakıldığında “aşk bir yol bulur” ve “ilk görüşte aşk” inançlarına daha fazla sahip oldukları bulunmuştur. Sınıf düzeylerine bakıldığında ise birinci ve ikinci sınıfa devam etmekte olan öğrencilerin “ilk ve tek eş ile idealleştirme” inançlarının dördüncü sınıfa devam etmekte olan öğrencilere göre daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Bu bağlamda bakıldığında araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf düzeylerine göre inançlarında farklılıklar bulunmaktadır.

Karabacak ve Çiftçi (2016)’nin 744 lisans öğrencisiyle yaptığı çalışmada öğrencilerin evliliğe karşı tutumları ile romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiyi inlemiştir. Araştırmanın sonucunda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden elde edilen puanların aşırı beklentiler, cinsiyet farklılıkları, sosyal zaman kullanımı, farklı düşünmek ve zihin okuma alt boyutlarının evlilik tutumunu anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmış ancak araştırmanın bir diğer bulgusu olarak fiziksel yakınlık alt boyutunun evlilik tutumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmüştür. Araştırmanın önemli bir bulgusu olarak, öğrencilerin cinsiyet farklılıkları alt boyutundan almış oldukları puanda artış görüldükçe evliliğe yönelik tutumlarında negatif olarak azaldığı bulunmuştur. Romantik ilişkiye sahip olan bireylerin evliliğe dair durumlarının romantik ilişkisi olmayan bireylere göre daha olumlu olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ulaşılan bu bulgudan yola çıkılarak aslında romantik ilişkisi olan bireylerin evliliğe daha pozitif baktıkları söylenebilir. Yine bu bulgudan yola çıkarak romantik ilişkisi devam eden bireylerde geleceğe dair beklentilerde bulunma ve evliliğe dair hazırlık gerçekleştirmeye yönelik davranış ve tutumlarda bulundukları söylenebilir. Bu durumun katılımcıların romantik ilişki tecrübesi arttıkça evliliğe dair olumlu bir bakış açısı oluşturmalarına bilişsel, duyuşsal ve davranışsal açıdan hazırlık yapmalarına olanak sağlamış olabilmektedir.

Şimşek (2018), çalışmasında bireylerin romantik ilişkilerini incelemiş ve önemli bir değişken olan romantik ilişkideki inançların eş seçimi yönünde etkisini ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu bağlamda araştırmanın örneklemini olarak 593 üniversitede eğitimi görmeye devam eden öğrenciden toplamış oldukları verilere ilişkin bulgulara bakıldığında bireylerin eş seçimine yönelik gerçekleştirmiş oldukları tutumun romantizm ve romantik ilişkilerindeki inançlarıyla arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bireylerin öncelikle geçmişten getirmiş oldukları deneyimlerine ve ilişki inançlarına yönelik seçimi yapabilmekte, partnerlerle ilişki yaşamakta ve buna yönelik eş

seçmekte oldukları görülmektedir. Araştırmanın cinsiyet değişkeninin ele alındığı başka bir bulgusunda ise cinsiyet değişkeninin romantizm ve partnerle birlikte yaşama, ilişkide çaba göstermeme gibi boyutlarında farklılaştığı görülmektedir. Bu bağlamda araştırmadan elde edilen önemli bir bulgu da bireylerin eş seçmeye yönelik davranışları ile kaygı ve kaçınma boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda araştırmanın bir diğer bulgusu olarak eş seçimini gerçekleştirirken bireylerin romantik ilişkiye dair inançları doğrultusunda romantizmin önemli bir etken olduğunu söylemek mümkündür.

Varol (2019), çalışmasında erken ebeveyn kaybı yaşayan ve İstanbul'daki bir devlet üniversitesinde öğrenci olan 423, 64'ü erken kayıp yaşamış, genç yetişkinlerin bağlanma örüntülerini ve işlevsel olmayan romantik inançlarını ebeveyn kaybı yaşamayan bireylerle karşılaştırmalı olarak incelemiştir. Çalışmada iki grup arasında bağlanma örüntüleri açısından anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Her iki grupta da en yaygın bağlanma biçimlerinin kayıtsız ve saplantılı bağlanma olduğu görülmüştür. Bağlanma örüntüsü ile işlevsel olmayan romantik ilişki inançları arasındaki ilişkiye bakıldığında erken ebeveyn kaybı yaşayan bireylerde kayıtsız bağlanma örüntüsü puanları, işlevsel olmayan romantik ilişki inançları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu yönündedir.

Çeler (2021), genç yetişkinlerin romantik ilişki inançlarında otomatik düşüncelerin, beden algısı ve duygularını ifade etme eğilimlerinin rolünü belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın örneklemi 433 lisans öğrencisinden oluşmaktadır. Çalışmanın bulgularında genç yetişkinlerin romantik inançlar ölçeği alt boyutlarından “aşk bir yolunu bulur” eğilimlerini bir ilişkisinin olması pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Genç yetişkinlerin bu bulguya göre romantik ilişkide “aşk bir yolunu bulur” inancını arttırdığı görülmektedir. Araştırmadaki başka bir sonuca bakıldığında genç yetişkinlerin romantik inançlar ölçeği alt boyutundan “ilk ve tek” eğilimlerini cinsiyetin (kadın olma) negatif yönde anlamlı düzeyde sonucuna ulaşılırken, genç yetişkinlerin romantik ilişki inançları ölçeğinin “idealleştirme” alt boyutunun otomatik düşünceler alt boyutu olan “yakınlık ve izolasyon” ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Özetle genç yetişkinlerin kadın olması romantik ilişkide ilk ve tek inancını azalttığı söylenebilir. Sonuç olarak otuz yaşın altındaki partnerlerin birbirlerinin bedenlerinde beğenmedikleri noktaları ifade ederek değiştirmeye yönelik davranışlarının yoğunlukta olduğu ve bu durumun evlilik uyumunu, cinsel doyumu ya da partnerlerin ilişki doyumunu da etkilediği belirtilmektedir. Romantik ilişkilerde partnerlere yönelik olan

mükemmeliyet isteği ve bedeni düzeltme ve değiştirme eğilimini arttırmaktadır (Özteke, 2015).

Savaş (2021), çalışmasında ilişki doyumunu, romantik ilişki inançlarını erken dönem uyumsuz şemalar kapsamında incelemiştir. Çalışmanın örneklemi 313 kadın, 144 erkek olmak üzere toplam 457 kişiden oluşmaktadır. Bu kişilerin 210'u sevgili, 38'i nişanlı, 209'u ise evlidir. Demografik özelliklere göre araştırma bulguları incelendiğinde katılımcıların ilişki inançları ve cinsiyetleri arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Erkek katılımcıların işlevsel olmayan inançlarına bakıldığında işlevsel romantik ilişki inançları arasında gösterilen bazı maddelere verilen cevapların anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Bu maddelere bakıldığında “her şeyi birlikte yapmalıyız, birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız ve birbirimizi değiştirebilmeliyiz” gibi inançların kadın katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Fakat birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız ve birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz inançlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir. İlişki inançları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında “birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ve “romantik idealizm” inançlarının anlamlı düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Partnerlerin birbirlerine karşı dürüst olması ve romantik ilişkiyi koruyabildiklerine olan inançlarının ilişki doyumunu arttırdığı görülmektedir.

Topçu (2023), çalışmasında beliren yetişkinlik dönemindeki, 18-25 yaş aralığındaki 270 kadın, 40 erkek olmak üzere toplamda 310 bireyden oluşmaktadır. Araştırmada katılımcıların ilişkilerde akılcı olmayan (işlevsel olmayan) inançlar arasındaki ilişkide partnerlerin birbirlerine olan karşılıklı bağımlılığın alt boyutlarının (duyguları bastırma, kendini feda etme ve kişilerarası kontrol) aracı rolünü incelemiştir. Çalışmanın bulgularına göre bireylerin romantik ilişki inançlarının alt boyutlarından olan “birbirimizi değiştirebilmeliyiz” boyutu için yapılan aracılık analizine göre “benliğin ayrımlaşması” ve romantik ilişki inançlarının alt boyutu olan “birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutu arasındaki ilişkide karşılıklı bağımlılığın duyguları bastırma, kendini feda etme ve kişilerarası kontrol alt boyutlarının tam aracı rolünün olduğunu göstermiştir. Bu bulguya göre, beliren yetişkinlerde benliğin ayrımlaşması arttıkça duyguları bastırma, kendini feda etme ve kişilerarası kontrol eğiliminin azalmasının romantik ilişkiye dair “birbirimizi değiştirebilmeliyiz” şeklinde düşünmenin azalmasına yol açacağı söylenebilmektedir.

Eken (2019), romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya İstanbul ilindeki 18-40 yaş aralığında ve romantik ilişki içerisinde bulunan 268 kadın, 104 erkek olmak üzere toplamda 372 birey katılmıştır. Araştırmada, ilişki durumu, ilişkinin süresi ve yaş gibi sosyo-demografik değişkenler ile ilişki doyumu arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Ayrıca, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü ve düşük seviyede bir ilişki belirlenmiştir. Araştırmanın bulguları doğrultusunda cinsiyet değişkeni ele alındığında cinsiyetten kaynaklanan biyolojik ve duygusal farklılıklara yönelik inançların, partnerlerin iletişimlerini olumsuz yönde etkileyebildiği ve bu bağlamda ilişkilerinde partnerleriyle sorun yaşamalarına sebep olabilmektedir. Sonuç olarak, bireylerin cinsiyet farklılıklarına yönelik inancı doğrultusunda romantik ilişki doyumlarında azalma görülmüş olabilir. (Eken, 2021). Aşırı beklentiler boyutunda bireylerin ihtiyaç duydukları her an partnerlerinin yanında olmak ve partnerleriyle birlikteyken çoğunlukla kendilerini mutlu hissetmelerine yönelik ifadeler yer almaktadır. Araştırmanın sonucu doğrultusunda bu farklılığın sebebinin kültürel etmenler olabileceği kanısı ile açıklanmıştır. Türk kültürünün genelde toplumcu bir kültür olarak değerlendirilmesi ve bu doğrultuda Türkiye’de yaşayan genç yetişkinlerin yaşamış oldukları ilişkiye dair beklentilerinin fazla olması bir bağamda karşılıklı olarak birbirlerine olan bağlılığı pekiştirdiği söylenebilmektedir (Eken, 2021). Araştırmanın farklı bir bulgusu olarak; fiziksel yakınlığın ilişki doyumu düşük seviyede ve negatif yönlü bir ilişkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda araştırmaya katılan bireylerin ilişkilerinde partnerleriyle olan fiziksel yakınlıkları azaldığında ilişki doyumu puanlarında artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.5.3. Sosyotelizm ve Partner Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar

Partner sosyotelizmi ölçeğinin Türk kültürüne uyarlamasını yapmak ve partner sosyotelizminin yetişkin bağlanma stillerine yönelik araştırılması, algılanan romantik ilişki kalitesiyle partner sosyotelizmi arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan çalışma Çoban ve arkadaşları (2021) tarafından gerçekleştirilmiştir. İlk amaç doğrultusunda gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini İstanbul ilinde öğrenci olan 18-25 yaş aralığında 134’ü kadın, 57’si erkek olmak üzere toplam 191 öğrenciden oluşturmaktadır. İkinci amaç

doğrultusunda yapılan çalışmanın örneklemini ise Türkiye'deki çeşitli üniversitelerde eğitimine devam eden ve romantik ilişkisi bulunan 18-25 yaş aralığında 50 gönüllü çift oluşturmaktadır. Araştırmanın ikinci amacı doğrultusunda bulgulara bakıldığında sorulan araştırma sorusu partner sosyotelizminin partnerlerde algılanan romantik ilişki kalitesi puanları bakımından bir farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular elde edilmiş ve elde edilen bulgular incelendiğinde, sosyotelizm ölçeğinden alınan puanlar ile algılanan romantik ilişki kalitesi puanları arasında herhangi bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

Tecdelioğlu (2021), 355 kadın, 143 erkek olmak üzere toplamda 478 katılımcı ile yürütmüş olduğu çalışmada yakın ilişki içerisinde olan (flört/ sevgili/ sözlü/ nişanlı/ evli) bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu ve duygusal yalnızlıkları arasındaki ilişkinin açıklanmasında algıladıkları partner sosyotelizminin aracı rolünü incelemiştir. Yapılan çalışmada, gelişmeleri kaçırma korkusu ile partner sosyotelizminin arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Yani bu bulgudan yola çıkarak, bireylerin gelişmeleri kaçırma korkuları artarken algıladıkları partner sosyotelizm düzeylerinde de artış yaşadıkları görülmektedir. Algılanan partner sosyotelizm davranışı sonucunda birey duymuş olduğu rahatsızlıkla başa çıkabilmek için internetle, akıllı telefonu veya sosyal medya ile daha fazla ilgilenebilir ve bu durum daha sık internet ve sosyal medya kullanımına hatta problemlili internet kullanımına dönüşebilir.

Wang ve arkadaşları (2017) yapmış olduğu çalışmada 243 evli yetişkinle çalışmıştır. Bu yetişkinlerden 156'sı kadın 87'si erkektir. Çalışmaya katılan kişilerden 192 kentte yaşamını sürdürürken 51 kişi de daha kırsal kesimde yaşamaktadır. Partner sosyotelizmi davranışlarına maruz kalmış olan bireylerde ilişki doyumunun azaldığını belirtmişlerdir. Sonuç olarak partner sosyotelizminin ilişki doyumunu zayıflatabilen ve ilişki doyumu yoluyla depresyon riskini artırabilen önemli bir faktör olduğunu görülmüştür. Bu doğrultuda araştırmadan elde edilen sonuca bakıldığında, bireylerin partner sosyotelizmi ile karşı karşıya kaldıklarında ilişkiden aldıkları doyumda azalma meydana gelme olasılıkları daha yüksektir ve bu da evli yetişkinlerde depresyonun artmasına katkıda bulunabilir. Buna benzer alanyazında benzer çalışmalar bulunmaktadır (örn; Roberts ve David, 2016; Çizmeci, 2017; Abeele vd., 2017; Krasnova vd., 2016).

Coyne vd., (2011) yaptıkları çalışmada örneklem heteroseksüel bir ilişki içinde olan, ciddi ve sürekli bir flört ilişkisi içinde, nişanlı, evli ya da eşinden ayrılmış, ayrıldıktan

sonra yeniden evlenmiş şu anda ciddi bir ilişki içerisinde olan toplamda 1039 bireyden oluşmaktadır. Çalışma grubundaki çoğu kişinin partnerleriyle iletişim kurmak için sık sık cep telefonlarına baktıklarını söylemişlerdir. Aynı zamanda telefon kullanmalarının en yaygın nedeninin sevgiyi ifade etmek olduğunu ifade etmişlerdir. Araştırma sonucunda bireyler akıllı telefonlarını en çok partnerleriyle mesajlaş yoluyla bağlantı kurmak için kullandıklarını söylemişlerdir. Aşırı telefon kullanımının nedenlerinden bazıları bireylerin partnerlerine karşı sevgilerini iletmek, çatışma yaşadıkları konular üzerinde konuşmak ve partnerlerini incitmek için mesajlaşma gibi bireylerin ilişkilerindeki olumlu ve olumsuz iletişim görüşleriyle ilişkili bulunmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, Türkiye’de 18-29 yaş aralığında ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin ilişki doyumu, romantik ilişkilerden beklentilerine dair farkındalık düzeyleri ve partner sosyotelizmi arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamaktadır. Çalışma ilişkiisel araştırma modeli ile yürütülmüştür. İlişkisel araştırmalar; bir araştırmada bireylerin ilişkilerini bireysel ve sosyal ilişkiler bağlamınca incelemek, davranışlarını tanımlamak gibi süreçleri anlamlandırabilmeyi amaçlamaktadır (Cohen vd., 2000). İlişkisel araştırma modeline göre, değişkenler arasındaki ilişkiyi açıklamak ve yordayıcı olarak belirlenen değişken hakkında öngörüye de katkı sağlamaktadır. İlişkisel araştırma modelinde bulgular neden-sonuç ilişkisi olarak yorumlanmamaktadır (Creswell, 2008). Araştırmanın yordanan değişkeni (bağımlı değişken) ilişki doyumuyken, yordayan değişkenleri (bağımsız değişkenler) romantik ilişki beklentileri, partner sosyotelizmi ve cinsiyet, yaş, ilişki süresi, ilk romantik partner deneyimi, çalışma durumu, günlük akıllı telefon kullanma sıklığı gibi bazı demografik değişkenlerdir.

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmada değişkenler arasında olan ilişkinin güvenilir bir şekilde ele alınabilmesi ve ilişki kurulabilmesi için uygun örneklem sayısına ihtiyaç vardır (Büyüköztürk, 2002). Uygun örnekleme yönteminin amacı, araştırmanın problem sorusu hakkında daha fazla bilgi içerebilecek durumlara yönelik seçim yapmaktır (Büyüköztürk vd., 2012). Kolay ulaşılabilir örneklemede çalışma, yakın olan ve erişilmesi kolay olan örneklemin seçimi şeklinde gerçekleşmektedir (Büyüköztürk vd., 2014). Bu doğrultuda 18-29 yaş aralığındaki araştırmaya katılıma gönüllü olan kişilerin katılımı sağlanmıştır. Katılımcıların demografik özellikleri (yaş, cinsiyet, çalışma durumu, ilişki süresi) kapsamlı şekilde ele alınmak amaçlandığından bu araştırma kapsamında, çalışma grubunun oluşturulması için uygun örnekleme yönteminin kullanılması uygun görülmüştür.

Araştırmanın evreni, 18-29 yaş aralığındaki Türkiye’deki farklı demografik özelliklere sahip, çalışmaya katıldıkları sırada halihazırda romantik ilişki içerisinde olan, akıllı telefon kullanan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın analizi uygun örnekleme yoluyla belirlenen bir örneklem üzerinden yapılmıştır. Uygun örnekleme yöntemiyle seçilen toplamda 276 birey, 200’ü (%72.5) kadın ve 76’sı (%27.5) erkek araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Grubun yaş ortalaması 24’tür (SS= 3.6). Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1.’de sunulmuştur.

Tablo 3.1.

Katılımcıların Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	200	%72.5
	Erkek	76	%27.5
Yaş	18-24 yaş	136	%49.3
	25-29 yaş	140	%50.7
Eğitim düzeyi	Lise mezunu	17	%6.2
	Üniversite Öğrencisi	106	%38.4
	Üniversite Mezunu	112	%40.6
	Lisansüstü	41	%14.9
Çalışma durumu	Evet	124	%44.9
	Hayır	152	%55.1
İlk romantik partner deneyimi	Evet	102	%37.0
	Hayır	174	%63.0
İlişki süresi	1 aydan az	14	%5.1
	1-6 ay	72	%26.1
	7-12 ay	37	%13.4
	13-24 ay	49	%17.8

	25-36 ay	35	%12.7
	37 ay ve fazlası	69	%25.0
Günlük akıllı telefon kullanımı	1 saatten az	4	%1.4
	1-3 saat	127	%46.0
	4-6 saat	118	%42.8
	7-9 saat	23	%8.3
	10 saat ve üzeri	4	%1.4

Tablo 3.1. incelendiğinde çalışma grubunun %72.5'ini kadınlar oluştururken %27.5'ini erkekler oluşturmaktadır. Yaşları 18 ve 24 olan katılımcılar çalışmanın %49.3'ünü, yaşları 25 ve 29 aralığında olan katılımcılar ise %50.7'sini oluşturmuştur. Katılımcıların yaş ortalaması 24 olarak bulunmuştur. Eğitim düzeylerine bakıldığında katılımcıların %6.2'si lise mezunu, %38.4'ü üniversite öğrencisi, %40.6'sı üniversite mezunu ve %14.9'u lisansüstü okumaktadır. Katılımcıların %55.1'i herhangi bir işte çalışmadığını belirtirken, %44.9'u çalışıyor olduklarını belirtmiştir. İlk romantik partner deneyimi olan katılımcılar araştırmanın %37'sini oluştururken, romantik partner deneyimi ilk olmayan katılımcıların oranı %63'tür. İlişki süresinin 1 aydan az olduğunu belirten %5.1, 1-6 ay aralığında olduğunu belirten %26.1, 7-12 ay aralığında olduğunu belirten %13.4, 13-24 ay aralığında olduğunu belirten %17.8, 25-36 ay aralığında olduğunu belirten %12.7, 37 ay ve daha fazla süredir ilişkilerinin devam ettiğini belirten %25 katılımcı vardır. Günlük akıllı telefon kullanımına 1 saatten az olarak yanıt veren %1.4, 1-3 saat aralığında olarak yanıt veren %46.0, 4-6 saat aralığında olarak yanıt veren %42.8, 7-9 saat aralığında olarak yanıt veren %8.3, 10 saat ve üzeri olarak yanıt veren %1.4 katılımcı bulunmaktadır.

Katılımcıların akıllı telefon kullanım sürelerinin değişken olarak alınmış olduğu bu araştırmada, belirli uygulamaları gün içerisinde hangi sıklıkta kullandıklarına dair sayısal veriler Tablo 3.1.2.'de sunulmuştur.

Tablo 3.1.2

Katılımcıların Uygulamaları Kullanma Sıklıkları

Değişken	Kategori	n	%
Twitter (X)	Hiçbir zaman	95	%34.4
	Nadiren	70	%25.4
	Bazen	48	%17.4
	Sık	49	%17.8
	Çok sık	14	%5.1
Facebook	Hiçbir zaman	197	%71.4
	Nadiren	60	%21.7
	Bazen	13	%4.7
	Sık	4	%1.4
	Çok sık	2	%0.7
TikTok	Hiçbir zaman	186	%67.4
	Nadiren	34	%12.3
	Bazen	20	%7.2
	Sık	30	%10.9
	Çok sık	6	%2.2
Instagram	Hiçbir zaman	11	%4
	Nadiren	13	%4.7
	Bazen	62	%22.5
	Sık	131	%47.5
	Çok sık	59	%21.4
Snapchat	Hiçbir zaman	161	%58.3
	Nadiren	43	%15.6
	Bazen	43	%15.6
	Sık	25	%9.1
	Çok sık	4	%1.4
Whatsapp		1	
	Hiçbir zaman	3	%0.4
	Nadiren	48	%1.1
	Bazen	123	%17.4
	Sık	101	%44.6
	Çok sık		%36.6

Telegram	Hiçbir zaman	146	%52.9
	Nadiren	80	%29.0
	Bazen	41	%14.9
	Sık	5	%1.8
	Çok sık	4	%1.4
Youtube	Hiçbir zaman	4	%1.4
	Nadiren	36	%13
	Bazen	80	%29.0
	Sık	106	%38.4
	Çok sık	50	%18.1

Katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda Tablo 3.1.2. incelendiğinde; en sık kullanılan uygulamaların Whatsapp, Instagram ve Youtube olduğu, en az kullanılan uygulamaların ise Facebook, Snapchat, Telegram, LinkedIn ve TikTok olduğu görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada dört ayrı veri toplama aracı kullanılmıştır. Öncelikle katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim ve çalışma durumları gibi demografik bilgilerini içerek demografik bilgi formu, ardından katılımcıların romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeylerini, partner sosyotelizmi düzeylerini ve ilişki doyumu düzeylerini belirlemek üzere geliştirilen ve Türk kültürüne uyarlaması yapılmış ölçme araçları kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Bu formda katılımcıların, cinsiyet, yaş, sosyoekonomik düzey, ikamet ettikleri şehir, ilişki süresi, romantik ilişki durumları, eğitim düzeyleri, telefon kullanım süreleri ve telefonda en sık kullandıkları uygulama ile ilgili bilgi almak amacıyla yaklaşık 18 sorudan oluşan demografik bilgi formu kullanılmıştır.

3.3.2. Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği

Alakuş (2020) tarafından geliştirilen ölçek bireyin romantik ilişkilerden beklentilere yönelik farkındalıklarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek toplamda 30 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlara bakıldığında; fiziksel beklentiler, güven beklentisi, ilişki kalite beklentisi, kendini kontrol beklentisi ve kültürel beklentiler olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, bireylerin romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalıklarının yüksek olduğunu, düşük puan alınması, bireylerin romantik ilişkilerden beklentilerine dair farkındalıklarının düşük olduğunu belirtmektedir. Ölçeğe ait maddelerin madde yüklerine bakıldığında .54 ile .81 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik kat sayısı toplam ölçek maddeleri için .90'dır ve alt boyutların iç güvenirlik kat sayıları ise yeterli düzeydedir. Alt boyutların iç güvenirlik katsayıları Tablo 3.'te gösterilmiştir (Alakuş, 2020). RİBFÖ ile alt boyutları arasındaki korelasyon kat sayısı da yeterli düzeydedir. Ölçeğin toplam puanı ile ilişkisinin yüksek düzeyde olması RİBFÖ'nün hem genel puanına yönelik hem de alt faktörlerine yönelik yorum yapılabileceği anlamına gelmektedir.

Tablo 2.3.2.

Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği Güvenirlik Sonuçları

Faktörler	Madde Sayıları	Güvenirlik katsayıları (α)
RİBFÖ Ölçek Geneli	30	.90
Güven Beklentisi	8	.89
İlişki Kalite Beklentisi	7	.83
Kültürel Beklentiler	6	.82
Kendini Kontrol Beklentisi	5	.80
Fiziksel Beklentiler	4	.65

Bu çalışmada ise Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği'nin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Bu doğrultuda Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği'nin katılımcıların ilişki doyumu ile ilişkisini belirlemeye yönelik kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

3.3.3. İlişki Doyumu Ölçeği

Hendrick (1988) tarafından geliştirilen İlişki Doyumu Ölçeği (Relationship Assesment Scale) kullanılmıştır (Hendrick, 1988). Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır. Yedi basamaklı likert tipi bir ölçektir. Ölçekteki 4. ve 7. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, katılımcının ilişki doyumunun yüksek olduğuna, düşük puanlar ilişkiden alınan doyumun düşük olduğuna işaret etmektedir. İlişki Doyumu Ölçeği Curun (2001) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ölçeğin orijinaline uygun olarak, Türkçe formunun tek faktörlü bir yapısı bulunmaktadır ve iç tutarlık katsayısı .86 olarak bulunmuştur.

Bu çalışmada İlişki Doyumu Ölçeği'nin bu araştırmaya ait örneklem grubundaki iç tutarlılık katsayısını belirlemek amacıyla uygulanan istatistiksel analiz sonucunda Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Bu veriler ışığında, İlişki Doyumu Ölçeği'nin katılımcıların ilişki doyumu ile ilişkisini belirlemeye yönelik kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

3.3.4. Partner Sosyotelizmi Ölçeği

Orijinal ölçek, Roberts ve David (2016) tarafından, partner sosyotelizmine maruz kalmayı ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu orijinal çalışma, partner ilişkisi olan bireylere uygulanmıştır. Ölçek toplam dokuz maddeden oluşmaktadır ve herhangi bir alt boyutu bulunmamaktadır. Bu maddeler romantik ilişki içerisindeki partnerlerin sosyotelize maruz kalma düzeylerini içermektedir. Her bir madde beşli likert tipi şeklinde derecelendirilmektedir. Katılımcıların ölçekten alacakları toplam puanın hesaplanması ölçekteki maddelere verilen yanıtların toplanmasıyla elde edilmektedir. Katılımcıların ölçekten alacakları en yüksek puan 45 iken en düşük puan 9'dur. Böylece ölçekten alınan en yüksek puan, partner sosyotelizmine yüksek düzeyde maruz kalmanın göstergesi sayılmaktadır. Orijinal çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı.93'tür. Ölçeğin birinci çalışma kapsamında yapılan Topal, Güngör, Çoban, Kırmızıyaka ve Şendil (2021) tarafından Türk kültürüne uyarlama çalışması sonucunda dokuz maddelik orijinal ölçek altı maddeye indirilmiş ve güvenirlik katsayısı .85 olarak Cronbach alfa katsayısı .89 olarak bulunmuştur.

Bu çalışmada Partner Sosyotelizmi Ölçeği'nin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Bu doğrultuda Partner Sosyotelizmi Ölçeği'nin katılımcıların ilişki doyumu ile ilişkisini belirlemeye yönelik kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri toplanmadan önce yürütülebilmesi ve ölçeklerin uygulanabilmesi için Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan etik kurul onayı alınmıştır (bkz. Ek-7) ve ölçek sahiplerinden ölçek kullanım onayları (bkz. Ek-6) alınmıştır. Veriler katılımcıların araştırmaya gönüllü katıldıklarını ve bilgilerinin gizli kalacağı bilgisinin belirtildiği bilgilendirme yazısı ile anket formunun sosyal ağlar aracılığıyla iletilmesi sonucunda Google Anketler üzerinden çevrimiçi olarak toplanmıştır. Instagram, WhatsApp ve e-posta aracılığıyla paylaşımlarda ve duyuruda bulunarak kişilere ulaşılmıştır. Anketi cevaplandırma süreci yaklaşık 10-15 dakika aralığındadır. Çevrimiçi platformlarda paylaşılan anket formu 22 Kasım 2023- 17 Ocak 2024 tarihleri arasında tamamlanmıştır.

3.5. Sınırlılıklar

1. Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Partner Sosyotelizmi Ölçeği, İlişki Doyumu Ölçeği ve Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Araştırmanın çalışma grubu 2023 yılı verilerini kapsamaktadır.
3. Veriler çevrimiçi platformlarda toplanmıştır.

3.6. Veri Analizi ve Yorumlanması

Araştırmada 18-29 yaş aralığındaki beliren yetişkinlerin ilişki doyumu, romantik ilişkilerden beklentilerine dair farkındalık düzeyleri ve partner sosyotelizminin ilişkisini ortaya koymak amacıyla betimsel istatistikler ve ilişkisel analiz yöntemleri kullanılmıştır. Katılımcıların Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği ve Partner

Sosyotelizmi Ölçeği'nden aldıkları puanların İlişki Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanları anlamlı bir düzeyde yordayıp yordamadığı aşamalı regresyon analizi kullanılarak test edilmiştir. Verilerin istatistiksel analizi IBM SPSS Statistics 27.0.1 paket programı kullanılarak yapılmış ve tüm araştırma soruları en az .05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

Veriler aykırı değerler açısından değerlendirilerek her bir ölçeğin veri seti z standart puanına dönüştürülmüş ve +3 ile -3 değerleri dışında kalan 3 veri aykırı değer olarak kabul edilerek veri setinden çıkarılmıştır. Bu incelemenin ardından, çok değişkenli uç değerler Mahalanobis uzaklıkları ile ele alınmıştır. Mahalanobis uzaklıkları değerlerine bakıldığında $p = .001$ kritik değerinden küçük değerin bulunmamasından dolayı çok değişkenli uç değer olmadığı kararlaştırılmıştır (Çokluk vd., 2021). Ölçeklerden alınan toplam puanların basıklık ve çarpıklık katsayılarının incelenmesi yapılmıştır. George ve Mallery (2010) çarpıklık-basıklık değerlerinin ± 2.0 aralığında olmasının normal dağılım için kabul edilebilir sınırlar olduğunu ifade etmektedir. Standart bir normal dağılımda çarpıklık ile basıklık değerleri sıfır olmaktadır ancak bu iki değerin -2 ve +2 aralığında yer alması durumunda, dağılım normalden fazla sapma göstermemektedir şeklinde bir yorumda bulunmak mümkündür. Tüm bu değerlerin +2 ile -2 aralığında yer alıyor olmasından (George ve Mallery, 2010) verilerin normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmış ve analizlerde parametrik tekniklerden yararlanılmıştır. Örneklem hakkında bilgi vermek ve romantik ilişkisi bulunan beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri, partner sosyotelizmi ve ilişki doyumu düzeylerini belirlemek üzere betimsel istatistikler (aritmetik ortalama, standart sapma, frekans, yüzde vb.) hesaplanmıştır. Hataların histogramı incelendiğinde ise hataların normal dağılımdan küçük miktarda saptığı görülmektedir. Hataların normal dağılması varsayımının tam olarak sağlanamaması sebebiyle araştırmadan elde edilen bulgular bu doğrultuda yorumlanmıştır. Analize dahil edilen değişkenler çoklu bağlantılılık kapsamında ele alınmıştır. Değişkenlere dair şişme oranları (VIF) son modelde 1.052, 1.030 ve 1.037 olarak hesaplanmıştır. Tolerans değerleri ise 0.95, 0.97 ve 0.97 arasındadır. Sonuçlar ele alındığında değişkenler arasında çoklu bağlantılılık problemi bulunmadığı görülmektedir (Çokluk vd., 2021). Varsayımların kontrolü doğrultusunda veri setinin çoklu doğrusal regresyon analizine uygun olduğu görülmüştür.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizleri sonucunda elde edilen bulgular ele alınmıştır. Öncelikli olarak araştırmanın değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler sunulmuş sonrasında ise katılımcıların Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık ve Partner Sosyotelizmi Ölçeği'nden aldıkları puanlar ile demografik bilgilere ait sorulara verdikleri cevapların İlişki Doyumu Ölçeği'nden aldıkları puanları yordama gücünün belirlenebilmesi amacıyla çoklu regresyon analizinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Değişkenlere İlişkin Betimsel Bulgular

İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerde Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri ve Partner Sosyotelizmi Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler Tablo 4.1.'de yer almaktadır.

Tablo 4.1.

Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek Puanı	<i>n</i>	<i>Min.</i>	<i>Mak.</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS.</i>	<i>Basıklık</i>	<i>Çarpıklık</i>
RİBDFÖ	276	80.00	150.00	129.53	9.809	1.70	-.69
PSÖ	276	6.00	30.00	13.32	5.7	.64	.97
İDÖ	276	19.00	44.00	34.30	4.06	1.79	-.91

RİBDFÖ: Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği, PSÖ: Partner Sosyotelizmi Ölçeği, İDÖ: İlişki Doyum Ölçeği

Tablo 4.1.'de görüldüğü üzere katılımcıların Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği'nden aldığı puanlar 80.00 ve 150.00 arasında değişmektedir. Puan

ortalamaları 129.34 (SS= 9.809) olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında; basıklık değeri 1.70, çarpıklık değeri ise -.69 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği'nden aldıkları puana bakıldığında katılımcıların yüksek farkındalık düzeyine sahip oldukları söylenebilir. Partner Sosyotelizmi Ölçeği'nden alınan puanlar 6.00 ve 30.00 aralığında değişmektedir Puanların ortalaması 13.32 (SS= 5.7) olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında; basıklık değeri .97, çarpıklık değeri ise .64 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların partner sosyotelizmine maruz kalma düzeylerinin ortalama puana yakın olduğu söylenebilir. İlişki Doyumu Ölçeği'nden alınan puanlar 19.00 ve 44.00 aralığında değişmektedir. Puanların ortalaması 34.30 (SS= 4.06) olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında; basıklık değeri 1.79, çarpıklık değeri ise -.91 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların ilişki doyumu puan ortalamalarına bakıldığında ilişki doyumunun yüksek düzeyde olduğu söylenebilir.

4.2. İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri ve Partner Sosyotelizmi Arasındaki İlişkiler

İlişki doyumu, romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyi ve partner sosyotelizmi arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analizin sonuçları Tablo 4.2.'de yer almaktadır.

Tablo 4.2.

Değişkenler Arası Korelasyon Değerleri

Ölçek Puanı	İDÖ	PSÖ	RİBDFÖ
İDÖ	-	-.166*	.094
PSÖ	-.166	-	-.118*
RİBDFÖ	.094*	-.118*	-

Not: * $p < .05$ ve İDÖ: İlişki Doyum Ölçeği, PSÖ: Partner Sosyotelizmi Ölçeği, RİBDFÖ: Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği.

Tablo 4.2. incelendiğinde ilişki doyumu ve partner sosyotelizmi arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = -.16, p < .05$). İlişki doyumu ve romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri arasında ise düşük düzeyde pozitif yönlü ve anlamlı ($r = .09, p < .05$) bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Partner sosyotelizmi puanları ve romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyi puanları arasında düşük düzeyde negatif yönlü ve anlamlı ($r = .12, p < .05$) bir ilişki olduğu görülmektedir (Cohen, 1988). İlişki doyumu ölçeğinden alınan puan arttıkça romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyi puanının anlamlı bir şekilde arttığını söylemek mümkündür. Partner sosyotelizmi puanı arttığında ilişki doyumu ve romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık ölçeğinden alınan puanın anlamlı bir şekilde azaldığı söylenebilir. Romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık ölçeği puanları arttığında ilişki doyum ölçeğinden alınan puanlar anlamlı bir şekilde artarken, partner sosyotelizminden alınan puanın anlamlı bir şekilde azaldığını söylemek mümkündür.

4.3. İlişki Doyumunun Yordayıcısı Olarak Partner Sosyotelizmi ve Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri ve Demografik Değişkenler

Araştırmanın amacına yönelik, beliren yetişkinlerin ilişki doyum düzeylerinin romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri, partner sosyotelizm düzeyleri ve ilgili demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, çalışma durumu, eğitim düzeyi, akıllı telefon kullanım süresi, ilişki süresi ve ilk romantik partner deneyimi) açısından yordanma gücünün belirlenmesine yönelik aşamalı regresyon analizi yapılmıştır. Bulguları Tablo 4.3.'te yer almaktadır.

Tablo 4.3.

İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Yordayıcı	B	SH _B	β	t	p	R ²	ΔR^2	Dz. ΔR^2	F
1	Sabit	31.700	.587		54.043	<.001				
	İlişki Süresi	.679	.141	.279	4.806	<.001	.078	.078	.075	23.100
2	Sabit	33.463	.737		45.420	<.001				
	İlişki Süresi	.754	.139	.310	5.411	<.001				

3	Partner Sosyotelizmi Sabit	-1.154	.041	-.218	-3.803	<.001	.125	.047	.118	14.462
	İlişki Süresi	.688	.140	.283	4.923	<.001				
	Partner Sosyotelizmi İlk	-.143	.040	-.203	-3.561	<.001				
	Romantik Partner Deneyimi	-1.281	.475	-.154	-2.697	.007	.147	.023	.138	7.272

Gerçekleştirilen aşamalı regresyon analizi sonucunda cinsiyet, yaş, çalışma durumu, günlük akıllı telefon kullanımı ve romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyinin ilişki doyumu anlamlı düzeyde yordamadığı ($p > .05$) için değişkenler aşamalı regresyon analizinde yer almamıştır. Tablo 4.3. incelendiğinde; ilişki süresi, partner sosyotelizmi ve ilk romantik partner deneyimi değişkenlerinin analizde yer aldığı görülmüştür. Aşamalı regresyon analizi 3 aşamada tamamlanmıştır. İlk aşamada açıklanan varyansı en yüksek olan (%8) ilişki süresi analizde yer almıştır [$F_{(1,274)}=23.100$; $p < .05$]. İlişki süresi ile ilişki doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. İkinci aşamada modele partner sosyotelizmi değişkeni eklenmiştir. Partner sosyotelizmi değişkeni, açıklanan varyansa yaklaşık %5’lik katkı sunarak açıklanan varyansın %13’e yükselmesini sağlamıştır [$F_{(2,273)}= 14.462$; $p < .05$]. Partner sosyotelizmi ve ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üçüncü aşamada ise son olarak modele ilk romantik partner deneyimi değişkeni eklenmiş ve yaklaşık olarak %2’lik açıklanan varyans katkısı ile toplam açıklanan varyans %15’e yükselmiştir [$F_{(3,272)}= 7.272$; $p < .05$]. İlk romantik partner deneyimi ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Standardize edilmiş β katsayıları incelendiğinde ilişki süresindeki 1 birimlik artışın ilişki doyumu puanında .279 birim artış sağladığı; partner sosyotelizmi puanındaki 1 birimlik artışın ilişki doyumu puanında -.218 birim azalışa sebep olduğu, ilk romantik partner deneyimindeki 1 birimlik artışın ilişki doyumu puanında -.154 birim azalışa sebep olduğu görülmektedir.

Analiz sonuçlarına bakıldığında cinsiyet, yaş, çalışma durumu, günlük akıllı telefon kullanım süresi ve romantik ilişkilerde beklentilere dair farkındalık düzeyleri kontrol edildiğinde ilişki süresi, partner sosyotelizmi ve ilk romantik partner deneyimi durumunun ilişki doyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu ve ilişki doyumundaki varyansın %15’ini

açıkladığı görülmüştür. Araştırmada ilişki doyumunu açıklamada en yüksek olan değişkenin ilişki süresi olduğu görülmüştür. Bir sonraki bölümde araştırma bulguları yorumlanmıştır. Bulguların yorumlanması, yordama gücü anlamlı bulunmayan değişkenlerden başlayarak sonrasında sırasıyla yordama gücü en yüksek değişkenden başlayıp anlamlı ilişkisi bulunan değişkenlerle devam etmiştir.

4.4. Bulguların Tartışılması

4.4.1. Cinsiyet, Yaş, Çalışma Durumu ve Günlük Akıllı Telefon Kullanımı ve Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyleri Değişkenlerine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

İlişki doyumu kavramı ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırmaların birçoğunda cinsiyet değişkeninin yer aldığı görülmektedir. Bu araştırmada da cinsiyet değişkenine yer verilmiştir. Katılımcı grubundaki cinsiyet dağılımına bakıldığında, kadın katılımcıların sayısının erkek katılımcıların sayısına oranla daha fazla olduğu görülmektedir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda kadın ve erkeklerin ilişki doyumu puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Alanyazında, cinsiyet ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında tutarlı bir sonuç olmadığını söylemek mümkündür. Bazı araştırmalar cinsiyetin ilişki doyumunu yordayan önemli bir değişken olduğunu belirtirken (Ayyıldız, 2023; Fowers, 1991; Sakallı ve Uğurlu, 2003; Sarı, 2008;), bazı araştırma sonuçlarına bakıldığında ise mevcut araştırmanın bulgularına benzer olarak bireylerin ilişki doyumunda cinsiyete göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Beştav, 2007; Curun, 2006; Doğaner, 2014; Günay, 2007; Gürcan, 2015; Hamamcı, 2005; Hendrick ve Hendrick, 2006; Karataş, 2019; Soğancı, 2017; Satıcı, 2018; Yüceol, 2016; Yılmaz, 2020). Araştırmanın bulgusuna benzer bir şekilde Saraç, Hamamcı ve Güçray (2015), yapmış oldukları araştırmada ilişki doyumunun cinsiyet ile ilişkisine bakmış ve anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Alanyazına bakıldığında ise cinsiyetin ilişki doyumunu yordayan önemli bir değişken olduğunu ifade eden çalışmalar olduğu kadar cinsiyetin ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığını ifade eden çalışmalarda çoğunluktadır.

Yine bu araştırmada katılımcıların yaşlarına göre ilişki doyumları arasındaki ilişkiye bakıldığında mevcut araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda ilişki

doyumunun yaş ile ilişkisine bakıldığında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Alanyazında yaşa göre ilişki doyumunun ilişkisini inceleyen pek çok çalışma bulunmaktadır. Bu araştırmalara bakıldığında sonuçların cinsiyette olduğu gibi yine çok tutarlı olmadığı görülmektedir. Mevcut araştırma sonuçlarına göre örnekleme katılımcıların yaş aralıklarının birbirine yakın olmasıyla birlikte aynı dönem özelliklerini gösteriyor olmaları, yaş ile ilişki doyumu arasında bir ilişkinin bulunamamasını açıklayabileceği düşünülmektedir. Alanyazında incelenen ve yaş ile ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki bulunmayan araştırmalarla benzerlik gösterirken (Çürükvelioğlu, 2012; Güçray, Hamamcı ve Saraç, 2015; Ulutaş, 2018; Soğancı, 2017; Ökten, 2016), alanyazında tam tersi sonuçlara ulaşan araştırmalar da bulunmaktadır (Atıcı ve Özbiçer, 2018). Saraç, Hamamcı ve Güçray (2015), araştırmalarında yaş ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra Atıcı ve Özbiçer (2018) bireylerin yaşları ilerledikçe romantik ilişki doyumundan daha yüksek puanlar aldıklarını ve dolayısıyla yaş arttıkça ilişki doyumunun da arttığını ve bu bağlamda yaş ve romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Yaş ve cinsiyete benzer olarak çalışma durumuna göre ilişki doyumu arasında da anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Katılımcılar arasında öğrenci popülasyonu çoğunlukta olduğundan dolayı herhangi bir işte çalışıyor olmamaları bu sonuca ulaşmadaki temel nedenlerden biri olduğu düşünülmekle birlikte herhangi bir işte çalışan bireylerinde çalışma durumunun ilişki doyumu ile anlamlı bir ilişkisinin bulunmaması yine katılımcıların eğitim düzeyleri ve farkındalık düzeyleri ile açıklanabilir. Alanyazına bakıldığında çalışma durumunun bireylerin ilişki doyum düzeyleri ile ilişkili olmadığı bulgusuyla örtüşen araştırma da mevcuttur (örn. Karataş, 2019).

Mevcut araştırma bulgularına bakıldığında akıllı telefon kullanım süresi ile ilişki doyumunun anlamlı bir ilişkisi yoktur. Bu durum katılımcıların ilişki içerisinde telefon kullanımına eşit bir şekilde yer veriyor olabilmeleriyle açıklanabilir. Yani partnerlerden birisi, birlikte vakit geçirdikleri esnada akıllı cep telefonu ile ilgileniyorsa bir diğeri de aynı oranda telefon kullanabilmekte ve bu durum karşılıklı belirleyicilik olarak açıklanabilmektedir. Bir diğer neden ise, kişiler ilişkilerinde telefonu iletişim aracı olarak kullanıp ilişkilerinde herhangi bir probleme yol açan bir unsur olarak görmüyor olabilirler. Uzun süreli telefon kullanımı bireylerin sosyal ilişkilerinde birtakım problemlere yol açabilmektedir (Ganjayeva, 2019; Kurt, 2019). İlgili değişkenle alakalı alanyazın incelendiğinde akıllı telefon kullanım süresi ile ilgili çalışmaların sosyal medya kullanımı

kapsamında bakıldığında sosyal medya bağımlılığına yönelik çalışmalarda ele alındığı görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde bağımlılığın; bireyin yaşam ve ilişkiden elde ettikleri doyumlarında, yakın ilişkilerinde bağların zayıflaması gibi bazı olumsuz yaşantılara sebep olduğu görülmektedir (Çam ve İşbulan, 2012; Kuss ve Griffiths, 2011). Bu nedenle sosyal medyanın aşırı kullanımı bireylerin sosyal medyaya karşı bağımlı davranışlar sergilemesine ve özellikle sosyal çevrelerinde, sosyal ilişkilerini olumsuz etkilediği söylenebilir.

Romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri ölçek puan ortalamalarına bakıldığında katılımcıların oldukça yüksek ortalama puana sahip oldukları görülmektedir ($\bar{x}$ =129.34). Farkındalık düzeylerinin yüksek olması katılımcıların eğitim düzeyleri ile açıklanabilir. Demografik değişkenler verilirken ele alındığı üzere; araştırmaya katılan bireylerin yaklaşık %38.4'ü üniversite öğrencisiyken, %40.6'sı üniversite mezunu ve yaklaşık %15'i ise lisansüstü mezunudur. Romantik ilişkilerde beklentilerle çalışan farklı bir çalışmada (Eken, 2019) “Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği”nin aşırı beklentiler alt boyutuna bakıldığında ilişki doyumu ile arasında mevcut araştırmanın bulgularıyla benzer olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Alanyazına bakıldığında bu sonuçtan farklı bir sonuç olarak, üniversite eğitimine devam etmekte olan öğrencilerle yapılan farklı iki çalışmanın bulgularına bakıldığında; aşırı beklentiler boyutunun ilişki doyumunu pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi olduğu yönünde bulgulara ulaşılmıştır (Sarı, 2008; Saraç, 2013). Aşırı beklentiler boyutunda, kişinin partnerine ihtiyacı olduğu her an yanında olabilmesi ve kendisini partneriyle birlikteyken daima mutlu hissetmesine yönelik ifadeler mevcuttur. Bu ifadelere eş değer olarak görülebilecek mevcut araştırmanın ölçeğinde “Romantik ilişki kurduğum/kuracağım kişinin yanında kendimi rahat hissetmek isterim”, “Romantik ilişkinin uzun ömürlü olabilmesi için koşulsuz sevgi olmalıdır” gibi ifadeler yer almaktadır. Buradan yola çıkarak beklentilerin romantik ilişkideki önemini yordamak mümkündür. Bu çalışmaya benzer olarak hislerinin farkında olan ve bunu ifade edebilen bireyler, duygularını olumsuz olarak ifade ettiklerinde bile ilişkilerini sürdürmeye devam edebilmekte ayrıca bu duygularını sağlıklı bir şekilde yönetebilmekte ve böylece ilişkiden doyum elde edebildikleri yorumu yapılabilmektedir (Karataş, 2019). Araştırma bulgularındaki farklılığın sebeplerine baktığımızda bunun temel sebebinin kültürel farklılıklar olabileceği yönünde açıklamalar mevcuttur (Eken, 2019). Türk kültürü, toplumcu bir kültür olarak değerlendirilmekte ve bu bağlamda kişinin ilişkisine yönelik

beklentilerinin yüksek olması, partnere olan güveni ve bağlılığı pekiştiriyor olabileceği düşünülmektedir. Yine bu bağlamda katılımcıların, ilişkilerinin gidişatı ile ilgili beklentilerinin, güven, aidiyet ve bağlılık duygularını artırırken daha sağlıklı ilişkiler kuruyor olmalarından kaynaklanacağı düşünülmektedir.

4.1.2. İlişki Süresine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Mevcut araştırmada ilişki süresi değişkeni, ilişki doyumunun birinci sırada yordamış ve ilişki doyumu ile aralarında anlamlı ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bulgusuna benzer bir şekilde Saraç, Hamamcı ve Güçray (2015) araştırmalarında ilişki doyumuyla ilişki süresi arasındaki ilişkide pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Yine araştırma bulgularına benzer olarak Budak (2011) ilişki süresinin ilişkiden elde edilen doyumu etkilediği bulgusuna ulaşmıştır. Ogolsky ve Bowers (2013) yaptıkları çalışmada, ilişkiyi sürdürme durumu ile ilişki doyumunun, kişilerin karşılıklı birbirlerini kontrol etme değişkeni ve ilişki süreleri arasındaki ilişkiye bakmış oldukları meta-analiz çalışması gerçekleştirerek ilişkileri incelemiştir. Meta-analiz kapsamında yapılan araştırmaya toplamda 35 özgün çalışma (n=12.273) dâhil edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, kişilerin yaşadıkları ilişkiyi devam ettirme davranışlarının tümüne bakıldığında, romantik ilişkideki doyumun pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Şahin (2015) gerçekleştirdiği çalışmada ilişki doyumunu yordayan ilişki süresi değişkeninin, araştırmadan elde edilen mevcut bulguyla paralel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Eken (2019) ise araştırmaya katılan bireylerin ilişki doyumu düzeylerinde ilişki sürelerine bağlı olarak artış olduğunu ve yaklaşık 2-5 yıl aralığında romantik ilişki içerisinde olan bireylerin romantik ilişki süresi bir yıl veya altında olan bireylere oranla daha yüksek ilişki doyumu puanı aldıklarını belirtmiştir. Yılmaz (2020), romantik ilişki doyumunu yordayan en yüksek değişkenin romantik ilişkideki ilişki süreleri en uzun olan grup olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Yine mevcut araştırmanın bulgularıyla paralellik gösterecek şekilde, Budak (2011) ve Özbiçer (2013) tarafından gerçekleştirilen ve üniversite eğitimlerine devam etmekte olan öğrencilerle yürütülen çalışmada ilişki doyumunu yordayan önemli bir değişkenin ilişki süresi olduğu tespit edilmiştir. Alanyazından elde edilen bulguların mevcut bulguyu destekler nitelikte olduğu söylenebilmektedir.

İlişki süresini ve ilişkideki deneyimi açıklayacak önemli bir bağlam olarak kişinin ilişkiye harcadığı zaman ve kendisi için bir yatırım olarak görmesi olarak açıklanabilir. Buradan yola çıkarak, yatırım modeline bakıldığında, kişinin ilişki içerisinde partnerine ve ilişkiye yönelik vermiş olduğu emek ve ilişkiyi bitirdiğinde kaybedeceğini düşündüğü şeyler olarak ifade edilmektedir (Rusbult, 1983). Kişilerin hayatında aslında yatırım denilen kavramın somut veya soyut sebeplere dayandığı söylenebilir. Kişinin romantik ilişkide partnerine karşı emeği ve bu bağlamda ilişkiye ayırdığı yatırım ne kadar çoksa ilişkiyi sürdürme ve ilişki için emek vermeye devam etme davranışı o kadar yüksek olmaktadır. Bireylerin ilişkiden elde etmiş oldukları doyum, geçmiş tecrübelerine ve ilişkiye verdikleri emeğin miktarına göre, ilişkiyi devam ettirme davranışlarıyla paralellik göstermektedir. Uzun süreli bir ilişki sürdürmekte olan bireylerde, birbirlerine karşılıklı olarak iyilik yapma, anlayışlı olma gibi davranışları artarken partnerlerin ilişkide karşılıklı olarak birbirlerine yönelik beklentileri azalır. Bireyin partnerine ve ilişkiye yönelik beklentilerini tanımlaması, inançlarının farkında olması, ilişkinin süresi arttıkça verdiği emeğin ve yatırımın artması, ilişkideki doyumunu arttırması yönünde açıklanabilir. Tüm bunlara paralel ilişki süresine göre ilişki doyumunun anlamlı olmadığı bazı çalışmalar da mevcuttur (Hudson, 2008; Küçük, 2015; Soğancı, 2017; Çürükvelioğlu, 2012; Ayyıldız, 2023).

4.1.3. İlk Romantik Partner Olma Deneyimine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Mevcut araştırmada ilk romantik partner olma deneyimi ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Romantik ilişkilerde beliren yetişkinlerin sahip olmak istedikleri ilişkide geleceğe yönelik yapılan keşiflerin ileriki yıllarda nasıl bir evlilik yaşantısına sahip olmak istedikleri ve nasıl biriyle evlenmek istediklerine yönelik yaşantılar yoluyla ilişki deneyimi kazanmış oldukları bir dönem olmasından kaynaklı olarak, ilişki deneyiminin ilişki doyumunu yordamada önemli bir değişken olduğunu söylemek mümkündür (Arnett, 2004; Fincham ve Cui, 2011). Kişilerin deneyimlerinin artmasıyla birlikte ilişkilerinden elde edecekleri doyumun artacağı söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde mevcut araştırmanın bulgularına yönelik araştırmalar bulunmuştur (örn. Atılğan, 2020). Atılğan (2020) çalışmasındaki bulgularda herhangi bir ilişki deneyimi olmayan katılımcıların ilişki doyumu puanları hali hazırda bir ilişkisi olan ya da önceden

bir romantik ilişki yaşantısı bulunan katılımcılara oranla anlamlı düzeyde daha düşük olduğunu bulmuştur. Kişilerin yaşadıkları her ilişki deneyimi hali hazırda içinde bulundukları romantik ilişkiye veya gelecekte olmasını istedikleri ilişkinin doyum düzeyinin yüksek olmasına, olumlu ilişki yaşantıları gerçekleştirmelerine ve ilişkiye dair beklentilerinin farkında oldukları ve bu farkındalık doğrultusunda doğru bir partner seçiminde bulunmaları kişiler için işlevsel niteliktedir (Uçar, 2018). Bireylerin geçmişte yaşamış oldukları ilişki deneyimleri, kendileri için yıpratıcı bir etki olmasından tüm yönleriyle birlikte kabul edilen ve bu deneyimlerle hayatını şekillendirerek ya da kendisine yönelik farkındalık kazanarak yoluna devam ettiği bir süreç olarak açıklanabilir. Bu bağlamda romantik ilişki deneyiminin kişinin nasıl bir ilişki tarzına sahip olduğunu fark etmesi, beklentilerine yönelik bir ilişki edinmesi ve bu bağlamda ilişkiden elde edeceği doyumla bağlantılı olduğu söylenebilir.

4.1.4. Partner Sosyotelizmine Göre İlişki Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Mevcut araştırmada partner sosyotelizmi değişkeni ile ilişki doyumunu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgudan yola çıkılarak katılımcıların partner sosyotelizmi düzeyleri arttıkça ilişki doyumunu düzeylerinin azaldığı söylenebilir. Partner sosyotelizminin partnerler arasındaki iletişimi ve dolayısıyla ilişkiyi olumsuz etkilemesi muhtemel bir sonuçtur. Bu durumda partner sosyotelizmi puanları arttığında ilişki doyumunun azalması beklenen bir durumdur. Mevcut araştırmanın bulgusuna benzer çalışmalar alanyazında mevcuttur (örn. Çizmeci, 2017; Wang, 2017; Yam, 2021; Yam, 2023; Özbilir, 2023). Partner sosyotelizmine uğrayan bireylerde kendini önemsiz ve değersiz hissetme ve partnerinin kendisiyle yeteri kadar ilgilenmediğini düşünmesi ilişkiden aldığı doyumunu azaltabilmektedir. Partnerine sosyotelizm davranışını kasıtlı bir şekilde ya da istemsizce uygulayan bireyin de ilişkiden kopuş yaşaması nedeniyle ilişkiden aldığı doyumunun azalması mümkün olabilir. Bireyler yakın ilişki içerisinde oldukları kişiyle birlikte geçirdikleri zamanlarda iletişimden uzaklaşarak akıllı telefonlarıyla zaman geçirdiklerinde partnerlerini rahatsız eden bir davranış sergilemiş olurlar. Partner sosyotelizminin partnerler arasında bazı problemleri ortaya çıkardığı, çatışmalara yol açtığı ve ilişkilerindeki doyumunu azaltarak yaşamış oldukları ilişkiye zarar verdiğini ortaya koyan araştırmalar mevcut araştırmanın bulgularını doğrular niteliktedir (örn. Nazir ve Pişkin,

2016; Roberts ve David, 2016). Partner sosyotelizmi ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında partner sosyotelizmine uğrayan kişilerin kendilerini dışlanmış hissettikleri ve bu nedenle ilişkiden aldıkları doyumun azaldığı görülmektedir (Beukeboom ve Pollmann 2021).

Tüm bu bağlamlar içerisinde partner sosyotelizmini dijital ve teknolojik çağdan bağımsız ele almak oldukça güçtür. Son beş yıldır artan teknolojik yenilikler ve dünya genelinde ekran süresinin hayatımızda diğer aktivitelere oranla artış göstermesi, genel anlamda dünya ile ilişkilenebilirliği değişen insanoğluna ilişkin kanıtlar sunmaktadır. Evrimsel olarak baş parmak yapısının dahi değiştiğinin iddia edildiği araştırma bulgularının olduğu bu düzlemde, bu teknolojik hızın ve dönüşümün kişilerarası ilişkilere, bireyler arası etkileşimlere ve iletişimlere; bunun bir diğer yakası olan yakın ve romantik ilişkilere ve bu ilişkilerin nasıl deneyimleneceğine dair yansımalarının olmaması olanaksız. Bu minvalde giderek artan alanyazın da bu dijital devrimin ayak seslerinin yakın ilişkilerin doğasında da köklü değişikliklere giden değişimler yaratmaya başladığı yönünde. Partner sosyotelizmi de bu dijital çağın sonuçlarından biri olarak düşünülebilir. Bu bağlamda bireylerin artan ekran sürelerinin, ilişkilerine ayırmaktan imtina ettikleri zamanlara dönüşebildiğini ve bunun ilişkilerdeki doyum ve kalite için hem kısa hem de uzun vadede tehdit olabileceğini söylemek mümkündür. Bauman'ın (2017) da belirttiği üzere dijital çağ aşk ve flört ilişkilerini bunca seçenek ve dikkat dağıtıcı unsur ve uyarıcı ile adeta bir oyuna dönüştürebilmektedir. Bu oyuna döndüğüne inanılan yapı ise bireylerin tek bir anda, bir ilişkide, bir duyguda kalma sürekliliklerine hasar vererek, aşkın doğasının yavaşlamasına ve sıvılaşmasına sebep olduğunu ileri sürerek bunu modern dünyanın bir semptomu olan “sıvı aşk” veya “yavaş aşk” semptomu ile açıklamaktadır (Bauman,2017).

Özetle bireyin neye ne kadar ve ne amaçla zaman ayırdığına dikkat etmesi ve kendini durdurma güdüsünün çalındığı bu çağda hangi uyarıcıların elinden hür iradesini alabildiği noktasında farkında olması gerekmektedir. Bu dinamiklerin ilişki bozucu tarafa geçmeden, ilişkilere fayda sağlar boyutta ve kolaylık sağlayıcı, iletişim sürdürücü olarak kalmasını sağlamak yine bireyin kendi elindedir. Bu bağlamda neye, ne kadar, nasıl ve ne amaçla süre ayırdığına dikkat eden beliren yetişkinler, kendilerini ve ilişkilerini de bu minvalde koruyan kollayan yetişkinler olabileceklerdir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç

18-29 yaş aralığındaki beliren yetişkinlerin partner sosyotelizmi, romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri ve ilişki doyumu ilişkisi incelendiğinde çalışmamızda aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmaya katılan beliren yetişkinlerin;

- %49.3'ünün 18-24 yaş aralığında, %50.7'sinin ise 25-29 yaş aralığında olduğu; %72.5'inin kadın, %27.5'inin erkek olduğu,
- %6.2'sinin lise mezunu, %38.4'ünün üniversite öğrencisi olduğu, %40.6'sının üniversite mezunu, %14.9'unun ise lisansüstü eğitimi aldığı,
- %44.9 kişinin araştırmaya katıldığı esnada bir işte çalışırken %55.1'inin herhangi bir işte çalışmadığını belirttiği,
- İlişki sürelerinin 1 aydan az olduğunu ifade eden %5.1, 1-6 ay aralığında olduğunu ifade eden %26.1, 7-12 ay aralığında olduğunu ifade eden %13.4, 13-24 ay aralığında olduğunu ifade eden %17.8, 25-36 ay aralığında olduğunu ifade eden %12.7, 37 ay ve daha fazla süredir ilişkilerinin devam ettiğini ifade eden %25.0 kişi olduğu,
- Tamamının akıllı telefon ve gün içerisinde 1 saatten az kullanan %1.4, 1-3 saat aralığında kullanan %46.2, 4-6 saat aralığında kullanan %42.6, 7-9 saat aralığında kullanan %8.3, 10 saat ve üzerinde kullandığını ifade eden ise %1.4 olduğu,
- Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Düzeyi Ölçeği'nden alınan puan ortalamalarının yüksek düzeyde ($\bar{x}=129.53$) olduğu, Partner Sosyotelizmi Ölçeği'nden alınan puan ortalamalarının orta düzeyde ($\bar{x}=13.32$) olduğu, İlişki Doyumu Ölçeği'nden alınan puan ortalamalarının orta düzeyde ($\bar{x}=34.30$) olduğu,
- Romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeyleri, yaş, cinsiyet, akıllı telefon kullanım süresi ve çalışma durumları ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı,
- Partner sosyotelizmi ve ilk romantik partner olma deneyiminin ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken; ilişki süresinin ilişki doyumu ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisinin olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

5.2 Öneriler

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda araştırmacılara, uygulayıcılara ve politika yapıcılara yönelik olmak üzere üç başlık altında öneride bulunulmuştur.

5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Alanyazında ilişki doyumuna yönelik partner sosyotelizmi ve romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık düzeylerini birlikte inceleyen mevcut araştırma haricinde herhangi bir araştırma bulunmamaktadır. Bu sebeple ilişki doyumunun yordayıcısı olarak partner sosyotelizminin farklı yaş gruplarıyla çalışılmasına oldukça ihtiyaç vardır. Özellikle günümüzde romantik ilişki başlatmaya yönelik girişimlerin yoğun olduğu ve sosyal medya kullanımının yoğun bir şekilde yaşandığı ergenlik döneminde, lise grubunu ele alarak yeni bir araştırma yapmak alanyazındaki boşluğun doldurulmasına yönelik büyük bir katkı sağlayacaktır.
2. Araştırmada katılımcıların büyük bir çoğunluğunun kadınlardan oluşmasından kaynaklı cinsiyet değişkeni açısından eşit bir dağılım elde edilememiştir. Mevcut araştırmanın değişkenleri dahilinde yapılacak bir çalışmanın cinsiyet açısından eşit bir dağılımda olması daha sağlıklı bir yorum yapabilmeye olanak sağlayacak ve bulguların genellenebilirliğini arttıracaktır.
3. Araştırma bulgularına yönelik olarak, ilişki doyumunu ilk sırada yordayan ilişki süresi değişkeninin, ikinci sırada yordayan partner sosyotelizmi değişkeninin ve üçüncü sırada yordayan ilk romantik partner deneyimi değişkenlerinin farklı yaş gruplarıyla çalışıldığı bir çalışma yapılabilir.
4. Bu çalışma nicel yöntemle yapılmış bir araştırmadır. İlgili değişkenlerin nitel ya da karma desenli çalışmalarla birlikte yürütülmesi farklı ve özgün sonuçlar doğurabilir. Bireylerin romantik ilişkilerden beklentilerine dair farkındalıkları ve partner sosyotelizmi davranışları nitel çalışmalarla ölçüldüğünde ilişki doyumuna yönelik ayrıntılı bilgiler sunabilir.
5. Çalışmada yalnızca romantik ilişkisi olan bireylerle çalışılmış ve veriler bireysel olarak toplanmıştır. Evli çiftlerden ikili olarak veri toplayarak farklı bir çalışma yapılması alanyazına oldukça katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1. Partner sosyotelizmiyle ilişki doyumunun ilişkili olduğu bulgusu doğrultusunda sosyotelizmini arttıran faktörler, ilişkideki beklentiler, akıllı telefonun hayatımızdaki yeri ve ilişkilere yansımaları ile ilgili çeşitli psikoeğitim programları düzenlenebilir. Ruh sağlığı çalışanları (örneğin; psikolog ve psikolojik danışmanlar) öğrencilere, öğretmenlere ve hatta velilere seminerler düzenleyebilir. Üniversite öğrencileriyle grup çalışmaları düzenlenebilir.
2. Partner sosyotelizmi davranışının günümüz teknolojisi ve akıllı telefon kullanımı göz önüne alındığında hayatımızdaki etkilerine dair, kavramın tanınması, bilinmesi ve önlenmesi için eğitici çalışmalar, bireylerin farkındalığı için çeşitli etkinlikler ve araştırmalar yapılabilir. Özellikle ilişki doyumuna ve romantik ilişkilerde beklentilerle ilgili alanyazında çok fazla çalışmalara rastlanamaması bu konuda farkı araştırmalarla birlikte bir psikoeğitim programının hazırlanması oldukça gerekli görülmektedir.

5.2.3. Politika Yapıcılara Öneriler

Günümüz teknolojisiyle birlikte hayatın her yerinde yer alan akıllı telefonların ilişkilerde, evliliklerde, ailelerde ve dolayısıyla ailelerini rol model alan çocuklarda etkilerinin tartışmasız olumsuz sonuçlar doğuracağı gerçeği hafife alınmayacak bir durumdur. Bu bağlamda ilgili mercilerin ailelerle çalışması, ayrıca psikolojik danışmanlık hizmetlerinin artırılmasının bu olumsuz sonuçlar doğmadan önlenmesi yönünde önemli bir adım olacaktır.

KAYNAKLAR

- Afifi, W. A., ve Metts, S. (1998). Characteristics and consequences of expectation violations in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 365-392. <https://doi.org/10.1177/0265407598153004>
- Akbaba, T. P., ve Erol, D., (2018). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ile Mutluluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences*, 1(1), 32-44. <https://doi.org/10.35452/calles.4>
- Akbulut, N. (2022). *Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutumlarının ebeveyn kabul red algıları, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarına göre yordanması* [Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Alakuş, E. (2020). *Romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık ölçeğinin geliştirilmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Al-Saggaf, Y., ve MacCulloch, R. (2019). Phubbing and social relationships: Results from an Australian sample. *Journal of Relationships Research*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.1017/jrr.2019.9>.
- Al-Saggaf, Y., ve O'Donnell, S. B. (2019). The role of state boredom, state of fear of missing out and state loneliness in state phubbing. In The 30th Australasian Conference on Information Systems: ACIS 2019 (pp. 214-221). https://www.researchgate.net/publication/337996877_The_Role_of_State_Boredom_State_of_Fear_of_Missing_Out_and_State_Loneliness_in_State_Phubbing
- Al-Saggaf, Y., MacCulloch, R., ve Wiener, K. (2019). Trait boredom is a predictor of phubbing frequency. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 4(3), 245-252. <https://doi.org/10.1007/s41347-018-0080-4>
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., Pallesen, S. (2012). Development of a facebook addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2): 501-517. https://www.researchgate.net/publication/225185226_Development_of_a_Facebook_Addiction_Scale

- Arnett JJ., (2000). Emerging adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties. (55), 469-480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Arnett JJ., (2004). Emerging Adulthood. New Jersey, Prentice-Hall.
- Asıcı, E. ve İkiz, F.E. (2015). Mutluluğa giden bir yol: Bilişsel esneklik. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (35), 191-211. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/181530>
- Atak, H., ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50. https://www.researchgate.net/publication/277020937_Atak_H_Cok_F_2010_A_new_period_in_human_life_Emerging_adulthood_Journal_of_Childhood_and_Adolescence_Mental_Health_171_39-50.
- Atılğan, I. (2020). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkiler ile ilgili akılcı olmayan inançlarının nesne ilişkileri-gerçeği değerlendirme boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Aydemir, Ö. (2016). *Gazi Üniversitesi öğrencilerinde cep telefonu problemleri kullanımı ile akıllı telefon ve internet bağımlılığının değerlendirilmesi* [Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Aydın, B. ve Kavuncu, A. N. (1991). Farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki lise öğrencilerinde cinsiyet rollerinin araştırılması. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (2), 23–39. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200071>
- Ayyıldız, E., (2023). *Romantik ilişkisi olan bireylerde çocukluk dönemi bağlanma stilleri ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Topkapı Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Baccman, C., Folkesson, P. ve Norlander, A. (1999). Expectations of romantic relationships: a comparison between homosexual and heterosexual men with regard to baxter's criteria. *Social Behavior and Personality*, 27 (4), 363-374. <https://doi.org/10.2224/sbp.1999.27.4.363>
- Bauman, Z. (2017). *Akışkan Aşk*. (I. Ergüden, Çev.) Alfa Yayınları.

- Bai, Q., Bai, S., Dan, Q., Lei, L. ve Wang, P. (2020). Mother phubbing and adolescent academic burnout: The mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism. *Personality and Individual Differences*, 155, 109622. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109622>
- Ballı, Ş. N. (2020). *Üniversite öğrencilerinde sosyotelizmin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Baltacıoğlu, S. (2016). *Genç yetişkinlerin bağlanma stillerinin, yakın ilişkilerindeki psikolojik eğilimlerinin ve ilişki inançlarının incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi] [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Bartholomew, K. (1990). “Avoidance of intimacy: An attachment perspective”, *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, ss. 147-178. <http://www.sciencedirect.com>
- Baxter, L.A., ve Wilmot, W.M. (1984). “Secret tests”: Social strategies for acquiring information about the state of the relationship. *Human Communication Research*, 11, 171-201. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1984.tb00044.x>
- Bayhan, P., ve Işıtan, A. G. S., (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 33-44. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/198091>
- Beştav, F. G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Beukeboom, C. J. ve Pollmann, M. (2021). Partner phubbing: why using your phone during interactions with your partner can be detrimental for your relationship. *Computers in Human Behavior*, 124, 106932. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106932>
- Blachnio, A., ve Przepiorka, A. (2019). Be aware! If you start using Facebook problematically you will feel lonely: Phubbing, loneliness, self-esteem, and Facebook intrusion. A cross-sectional study. *Social Science Computer Review*, 37(2), 270–278. <https://doi.org/10.1177/0894439318754490>

- Braithwaite, S. R., Delevi, R. ve Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17(1), 1-
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>
- Bröning, S., ve Wartberg, L. (2022). Attached to your smartphone? A dyadi perspective on perceived partner phubbing and attachment in long-term couple relationships. *Computers in Human Behavior*, 126, 106996.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106996>
- Burgoon, J. K. ve Jones, S. B. (1976). Toward a theory of personal space expectations and their violations. *Human Communication Research*, 2(2), 131-146.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00706.x>
- Burgoon, J.K. (1993). Interpersonal expectations, expectancy violations, and emotional communication. *Journal of Language and Social Psychology*, 12 (1-2), 30-48.
https://www.researchgate.net/publication/247744084_Interpersonal_Expectations_Expectancy_Violations_and_Emotional_Communication
- Busby, D.M., Holman, T.B., ve Taniguchi, N.(2001). RELATE: Relationship evaluation of the individual, family, cultural, and couple contexts. *Family Relations*, 50, 308-316. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2001.00308.x>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi Yayıncılık. Ankara.
- Büyüköztürk, Y. (2002). Faktör Analizi: Temel Kavramlar ve Ölçek Geliştirmede Kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32 (32), 470-483.
<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/108451>
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi* [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusal.tez.merkezi.anasayfa.yok.gov.tr)
- Büyükşahin, A. ve Hovardaoğlu, S. (2004). Çiftlerin aşka ilişkin tutumlarının Lee'nin çok boyutlu aşk biçimleri kapsamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19(54), 59-72. [Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi \(dogus.edu.tr\)](http://dogus.edu.tr)
- Chotpitayasunondh, V. ve Douglas, K. M. (2018b). The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304-316.
<https://doi.org/10.1111/jasp.12506>

- Chotpitayasunondh, V., ve Douglas, K. M. (2016). How phubbing becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>.
- Cohen, L., (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Cohen, L., Manion L. ve Morrison K. (2000). *Research methods in education*.
- Collins, W. A., Welsh, D., P., ve Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationship. *Annual Reviews of Psychology*, 60, 631-652. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459>
- Collins, W., A. (2003). More and myth: the developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1- 24. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Coyne, S.M., Stockdale, L., Busby, D., Iverson, B., ve Grant, D.M. (2011). “I luv u:)!”: A descriptive study of the media use of individuals in romantic relationships. *Family Relations*, 60(2), 150-162. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00639.x>
- Creswell, J. (2008). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. New Jersey, Pearson: Merrill Prentice Hall. [\(PDF\) 2003 Creswell A Framework for Design | Nicol González - Academia.edu](#)
- Çalık, S. (2023). *Romantik ilişkileri olan kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinin yordayıcıları: Empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Cam, E. ve İşbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology (TOJET)*, 11 (3), 14-19. https://www.researchgate.net/publication/267556427_A_new_addiction_for_teacher_candidates_Social_networks
- Çaplı, O. (1992). *Evlenmeye hazır mısınız?* Bilgi Yayınevi.
- Çavdar, D. (2013). *Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları* [Yüksek Lisans Tez, Ankara Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)

- Çeler, Ö., (2021). *Genç yetişkinlerin romantik ilişki inançlarında otomatik düşüncelerin, beden algısının, duyguları ifade etme eğilimlerinin rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusal.tez.merkezi.gov.tr)
- Çengel, D. (2022). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde flört şiddetine yönelik tutum, bağlanma stili ve toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkide, öz-şefkatin aracı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusal.tez.merkezi.gov.tr)
- Çıkrıkçı, Ö., Griffiths, M. D., ve Erzen, E. (2019). Testing the mediating role of phubbing in the relationship between the big five personality traits and satisfaction with life. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-13. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Çırakoğlu, O.C., Tezer, E. (2010). Kontrol odağı ve eleştirel düşünmenin üniversite öğrencilerinin ilişki doyumsuzluklarına verdikleri tepkiler üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*.13(26), 29-41. https://www.researchgate.net/publication/268250342_Kontrol_Odagi_ve_Elestirel_Dusunmenin_Universite_Ogrencilerinin_Iliski_Doyumsuzluklarına_Verdikleri_Tepkiler_Uzerindeki_Yordayici_Rolu
- Çizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Phubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364-375. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>
- Çoban, H., Topal, K., Güngör, R., Kırmızıyaka, E., Şahintürk, S., Şendil, T. G. “Üniversite öğrencilerinde partner sosyotelizmi, bağlanma ve algılanan romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkilerin incelenmesi”. *Ulakbilge*, 58 (2021 Mart): s. 462–475. doi:10.7816/ulakbilge-09-58-09. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-09-58-09>
- Çürükvelioğlu, E. (2012). *Romantic relationship satisfaction in emerging adulthood: the role of self concept clarity and personal agency* [Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusal.tez.merkezi.gov.tr)
- Davies, M. F. (2006). Irrational beliefs and unconditional self-acceptance: Correlational evidence linking two key features of REBT. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 24(2), 113-124. <https://doi.org/10.1007/s10942-006-0027-0>

- DeBord, J., Romans, J. S. C. ve Krieschok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship-specific beliefs. *Journal of Psychology*, 130, 263-280. <https://doi.org/10.1080/00223980.1996.9915008>
- Doğaner, B. (2014). *Romantik ilişkileri olan üniversite öğrencilerinin narsistik kişilik eğilimi düzeylerine göre ilişki bağlanımı, ilişki doyumu ve benlik saygılarının incelenmesi: İstanbul ili örneği* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Dökmen, Z., Y. (2009). *Toplumsal Cinsiyet Sosyal Psikolojik Açıklamalar*. (Üçüncü Baskı): İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Efe, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin eş seçme eğilimleri* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Eken, Ö. (2019). *Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Elkind, D. (1970). Erik Erikson's eight ages of man. *New York Times Magazine*, 5, 25-27. https://azkurs.org/pars_docs/refs/21/20743/20743.pdf
- Epstein, N. ve Eidelson, R.J. (1981). Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals, and satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 9(4), 13- 22. <https://doi.org/10.1080/01926188108250420>
- Erdem, Ş., ve Kabasakal, Z. (2015). Psikolojik iyi olma ve yetişkin bağlanma boyutları. *Eğitim ve Öğretim Araştırma Dergisi*. 14(1), 82-90. [08.Erdem \(jret.org\)](#)
- Erikson, E. H. (1968). Identity: youth and crisis.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma: yakınlığa karşı yalıtılmışlık mı? *Turkish Psychological Counseling ve Guidance Journal*, 4(34), 119-125. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200018>
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ve algılanan kontrol. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 31 (2), 359-380. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/76988>
- Eryılmaz, A., ve Atak, H. (2009). Ready or not? Markers of starting romantic intimacy at emerging adulthood: Turkish experience. *International Journal of Social Science*, 4(1),31-38. https://www.researchgate.net/publication/242771094_Ready_or_Not_Markers_of

[Starting Romantic Intimacy at Emerging Adulthood The Turkish Experience](#)

- Esen, E., Soylu, Y., Siyez, D. M., ve Demirgürz, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *e-International Journal of Educational Research*, 8(1), 43-63. <https://www.e-ijer.com/tr/download/article-file/310185>
- Feiring, Candice. (1996). Concept of romance in 15-year-old adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, c. 64, s. 5: 215-223. Millet Kütüphanesinin veri tabanından erişilmiştir.
- Feldman, S. S., ve Gowen, L. K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 691-717. <https://doi.org/10.1023/A:1022857731497>
- Fincham, F. D. ve Cui, M. (2011). Romantic relationships in emerging adulthood. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511761935>
- Fincham, F. D., Rogge, R., ve Beach, S. R. H. (2006). Relationship satisfaction. In A. L. Vangelisti, D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 579–594). New York: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511606632.032>
- Finkel, E., Rusbult, C.E., Kumashiro, M., ve Hannon, P.A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 956-974. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.6.956>
- Fitness, J., ve Fletcher, G.J.O. (1993). Love, hate, anger, and jealousy in close relationship: A prototype and cognitive appraisal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 942-958. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.5.942>
- Fowers, B.J. (1991). His and her marriage: a multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles*, 24(3/4), 209-221. <https://doi.org/10.1007/BF00288892>
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 177-180. <https://doi.org/10.1111/1467-872100195>

- Geser, H. (2006). Is the cell phone undermining the social order? Understanding mobile technology from a sociological perspective. *Knowledge, Technology ve Policy*, 19(1), 8–18. <https://doi:10.1007/s12130-006-1010-x>
- Gizir, C. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 37-45. <https://doi.org/10.17860/efd.90506>
- Glasser, W. (1992). *Reality therapy*. New York: Brunner/ Mazel.
- Griffiths, M. D., ve Szabo, A. (2014). Is excessive online usage a function of medium or activity? An empirical pilot study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 74–77. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.016>
- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., ve Meringolo, P. (2019). An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, 11(1), 21. <https://doi.org/10.3390/fi11010021>.
- Guerrero, L. K., Andersen, P.A. ve Afifi, W. A. (2014). *Close encounters: Communication in relationships*. California, US: Sage Publications.
- Gülkanat, G., (2021). *Beliren yetişkinlerde ve genç yetişkinlerde sosyal medya kullanımının ve ilişki doyumunun aldatmaya yönelik niyeti yordaması* [Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi] [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Gürcan, T., (2015). *İlişkisel belirsizlik: ilişki doyumu, romantik ilişkilerde gelecek zaman yönelimi ve çatışma çözme tepkileri arasındaki ilişkiler* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Hamamcı, Z. ve Esen-Çoban, A. (2010). h *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 300–304. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.014>
- Hansson, R. O., Daleiden, E. L., ve Hayslip, B., Jr. (2004). Relational competence across the life span. In F. R. Lang ve K. L. Fingerman (Eds.), *Growing together: Personal relationships across the lifespan* (pp. 317–340). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511499852.013>
- Harvey, J. H. ve Omarzu, J. (1997). Minding the Close Relationship. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 224–240. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0103_3

- Havighurst, R. J. (1956). Research on the developmental-task concept. *The School Review*, 64(5), 215-223. <https://doi.org/10.1086/442319>
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 30 (4), 647-650. <https://doi.org/10.2307/349510>
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Hendrick, S. S., ve Hendrick, C. (2006). Measuring respect in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6), 881–899. <https://doi.org/10.1177/0265407506070471>
- Hinde, R.A. (1979). Toward understanding relationships, London: Academic Press.
- Humphreys, L. (2005). Cellphones in public: Social interactions in a wireless era. *New Media ve Society*, 7(6), 810–833. <https://doi.org/10.1177/1461444805058164>
- Jones, W., ve Burdette, M.P. (1994). Betrayal. In A.L. Weber ve J.H. Harvey, *Perspectives on close relationships*, 243-262. Boston: Allyn ve Bacon.
- Karabacak, A., ve Çiftçi, M. (2015). Üniversite öğrencilerinin evliliğe ilişkin tutumları ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 36(2), 25-43. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/407188>
- Karadağ, E., Tosuntaş, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B., Çulha, I., ve Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ. ve Babadağ, B. (2016). Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı: Sosyotelizm (phubbing). *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 3(2), 223–269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Karataş, Z. (2019). *Romantik ilişki doyumu ile duygu düzenleme güçlüğü ve kişiler arası tarz arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi)
- Kemaloğlu, S. (2021). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki duygusal istismar, kişiler arası bağımlılık ve romantik ilişki kalıp yargıları arasındaki ilişkilerin*

incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)

Khare, S. ve Qasim, S. H. (2019). Phubbing – A growing trend among youth. *Internatational Journal of Applied Social Science*, 6(4), 812-816. [https://www.researchgate.net/publication/333203843_Phubbing - A growing Trend among Youth](https://www.researchgate.net/publication/333203843_Phubbing_-_A_growing_Trend_among_Youth)

Krasnova, H., Abramova, O., Notter, I., ve Baumann, A. (2016). Why phubbing is toxic for your relationship: Understanding the role of smartphone jealousy among “Generation Y” users. *Research Papers*, 109. https://aisel.aisnet.org/ecis2016_rp/109

Kurt K., ve Demir, M. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik ve Affetme. *International Journal of Social And Humanities Sciences*, 6(1), 61-76. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/2549523>

Kurt, L. (2019). *Romantik İlişkisi Olan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımı ve Kişilik Özelliklerinin İlişki Doyumuna Etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi] [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)

Kuss, D. J., ve Griffiths, M. D. (2011). Addiction to social networks on the Internet: Aliterature review of empirical research. *International Journal of Environmental and Public Health*, 8, 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>

Küçükaaslan, M. (2011). *Mersin Üniversitesi Öğrencilerinin Romantik İlişkilere Yönelik İnançlarının Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Romantik İlişki Yaşama Durumu Değişkenlerine Göre İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)

Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., ve Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.047>

Manion, L., Cohen, L., Morrison, K. (2007). *Research methods in education*. Birleşik Krallık: Taylor ve Francis. https://www.researchgate.net/publication/44824604_Research_Methods_in_Education

- McDaniel, B. T., ve Coyne, S. M. (2016). Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- Metts, S. ve Cupach, W.R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17(1), 170-185. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1990.tb00230.x>
- Mikulincer, M. ve Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (ss. 143–165). The Guilford Press. https://www.researchgate.net/publication/281574631_The_relationship_between_adult_attachment_styles_and_emotional_and_cognitive_reactions_to_stressful_events
- Montgomery, B.M. (1994). Communication in close relationships. In A.L. Weber ve J.H. Harvey (Eds.), *Perspectives on close relationships* (ss. 67-87). Boston: Allyn and Bacon. [Perspectives on close relationships. \(apa.org\)](https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1994.tb00230.x)
- Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial intimacy and identity: From early adolescence to emerging adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 20(3), 346-374. <https://doi.org/10.1177/0743558404273118>
- Moss, B. F., ve Schwebel, A. I. (1993). Marriage and romantic relationships. *Family relations*, 42(1), 31-37. <https://doi.org/10.2307/584918>
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy. *Psychological Science*, 6 (1), 10-19. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Nazir, T., ve Pişkin, M. (2016). Phubbing: Technological invasion which connected the world but disconnected humans tehseen, *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 39-46. <https://doi.org/10.25215/0304.195>
- Ogolsky, B. G. ve Bowers, J. R. (2013). A meta-analytic review of relationship maintenance and its correlates. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 343–367. <https://doi.org/10.1177/0265407512463338>

- Öğüt, A., (2022). *Genç yetişkinlerde bağlanma stilleri ve kişiler arası duygu düzenleme ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Ökten, M. (2016). Modeling the relationship between romantic jealousy and relationship satisfaction: the mediator roles of rumination, co-rumination and self-compassion [Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Öngen, B., ve Aytaç, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. *Journal of Sociological Studies/Sosyoloji Konferansları*, (48). <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/101330>
- Özbiçer, S. M., ve Atıcı, M. (2018). University students' emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A quantitative study Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile romantik ilişki doyumları: Nicel bir 100 çalışma. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 265-279. <https://doi.org/10.14687/jhs.v15i1.5163>
- Özdemir, S. (2020). Yönetici sosyotelizmi (phubbing): Bir ölçek uyarlama çalışması. *Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(19), 134-145. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1025294>
- Özteke, H. İ. (2015). *Bağlanma, Eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar ve beden imgesi baş etme stratejilerinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordaması* [Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Parmaksız, İ., Romantik İlişkilerde Modern Engel: Partner Sosyotelizmi (Phubbing) Üzerine Bir Derleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(11), 59-76. <https://doi.org/10.31461/ybpd.1077277>
- Peplau, A. L., Hill, C. T ve Rubin, Z. (1993). Sex role attitudes in dating and marriage: A 15 year follow up of the Boston couples study. *Journal of Social Issues*, 49(3), 31-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1993.tb01167.x>
- Polat, D., (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)

- Prager, K. J. (2000). Intimacy in personal relationships. In C. Hendrick ve S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 229–242). Sage Publications, Inc.
<https://doi.org/10.4135/9781452220437.n17>
- Prager, K.J. (1995). *The psychology of intimacy*. The Guilford Press. [The Psychology of Intimacy - Karen J. Prager - Google Kitaplar](#)
- Proulx, C. M., Helms, H. M. ve Buehler, C. (2007). Marital quality and personel well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Przybylski, A. K., ve Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237–246. <https://doi.org/10.1177/0265407512453827>
- Q'sullivan, F. C. Cheng, M. M., Harris, M. H. ve BrooksGunn, J. (2007). I wanna hold your hand: The progression of social, romantic and sexual events in adolescent relationships. *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 39(2), 100-107.
<https://doi.org/10.1363/3910007>
- Raley, R. K. ve Sullivan, M. K. (2010). Social-contextual influences on adolescent romantic involvement: The constarnints of being a numerical minority. *Sociological Spectrum*, 30, 65–89. <https://doi.org/10.1080/02732170903346205>
- Randall, A.K., ve Bodenmann, G., (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*. 29(2), 105-115.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004>
- Regan, P. (2011) *Close relationships*. New York: Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203834749>
- Roberts, J. A. ve David, M. E. (2020). Boss phubbing, trust, job satisfaction and employee performance. *Personality and Individual Differences*, 155, 109702.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109702>
- Roberts, J. A., ve David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134-141.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>.

- Roisman, G. I., Masten, A. S., Coatsworth, J. D., ve Tellegen, A. (2004). Salient and emerging developmental tasks in the transition to adulthood. *Child Development*, 75(1), 123-133. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00658.x>
- Rubin, J.Z., Kim, S.H., ve Peretz, N.M. (1990). Expectancy effects and negotiation. *Journal of Social Issues*, 46 (2), 125-139. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1990.tb01926.x>
- Rusbult, C. E., ve Buunk, B. P. (1993). Commitment Processes in Close Relationships: An Interdependence Analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 175–204. <https://doi.org/10.1177/026540759301000202>
- Rusbult, Caryl E. (1983). “A longitudinal test of the investment model: the development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements”, *Journal Of Personality And Social Psychology*, Vol 45 Issue 1, 1983, pp. 101-117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.10>
- Sabatelli, R., N. (1988). Exploring relationship satisfaction: a social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations* 37(2), 217-222. <https://doi.org/10.2307/584323>
- Sabatelli, Ronald M., “Exploring relationship satisfaction: a social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice”, *Family Relations*, Vol 37 Issue 2, 1988, pp. 217-222. <https://doi.org/10.2307/584323>
- Santrock, J.W. (2019). Yaşam boyu gelişim (Çev., Yüksel, G.). Ankara: Nobel Akademi.
- Saraç, A. (2013). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordamada akılcı olmayan inançlar ve evlilik öncesi ilişki algılarının rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.yok.gov.tr)
- Saraç, A., Hamamcı, Z., ve Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 69-81. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200311>
- Sarı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiler* [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. [Microsoft Word - kapak.doc \(halileksi.net\)](http://halileksi.net)
- Sarı, T., ve Owen, F. K. (2015). The development of irrational romantic relationship beliefs inventory romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeği'nin

- geliştirilmesi. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 255-273.
<https://doi.org/10.14687/ijhs.v12i1.3068>
- Sarı, T., ve Owen, F. K. (2016). Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ve bağlanma boyutlarının ilişki doyumu üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 204-216.
<https://www.researchgate.net/publication/299811043> Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ve bağlanma boyutlarının ilişki doyumu üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi
- Satıcı, B. (2018). *Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumu arasında duygusal zeka ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi* [Doktora Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.tr/anasayfa)
- Savaş, S. (2021). *Romantik ilişki inançları ve romantik ilişki doyumunun erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.tr/anasayfa)
- Settersen, R. A., Jr. ve Ray, B. (2010). Not quite adults: why 20-somethings are choosing a slower path to adulthood, and why it's good for everyone. Random House.
- Shams, M., Iftikhar, U., Raja A. A. (2019). Impact of attachment styles on relationship satisfaction: mediating role of phubbing behavior. *IBT Journal of Business Studies*, 15(1), 161-169. <https://doi.org/10.46745/ilma.jbs.2019.15.01.13>
- Sharp, E. A. ve Ganong, L. H. (2020). Raising awareness about marital expectations: Are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? *Family Relations*, 49, 71-76.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2000.00071.x>
- Soğancı, D. (2017). Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.tr/anasayfa)
- Soni, R., Upadhyay, R., ve Jain, M. (2017). Prevalence of smart phone addiction, sleep quality and associated behaviour problems in adolescents. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 5(2), 515–519. <http://dx.doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20170142>
- Sprecher, S., (2009). Relationship initiation and formation on the Internet. *Marriage ve Family Review*, 45(6-8), 761-782. <https://doi.org/10.1080/01494920903224350>

- Stackert, R.A. ve Bursik, K. (2003). Why I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419- 1429. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00124-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1)
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Sullivan, B.F. ve Schwebel, A. I. (1995). Relationship belief and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *The Family Journal*, 3(4), 298-305. <https://doi.org/10.1177/1066480795034003>
- Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi] [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Sümer, S., ve Arıcak, T. (2018). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları*, 3(6), 6-13. https://www.researchgate.net/publication/330579190_Romantik_Iliskilerde_Baglanma_Stilleri_Romantik_Kiskanclik_ve_Iliski_Doyumu_Arasindaki_Iliskinin_Incelenmesi_An_Examination_of_The_Relation_Among_Attachment_Styles_Romantic_jealousy_And_Relationship_S
- Şahin, C. (2015). *20-40 yaş arası bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ve ilişki istikrarı arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Şimşek, Z., M. (2018). *Romantizm ve Eş Seçimi Tutumunun Romantik İlişki Yaşantıları ve Romantik İlişkilerindeki İnançlar Arasından İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Tarhan, N. (2015). *Duyguların psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2018). *Son sığınak aile*. Ankara: Nesil Yayıncılık
- Tecdelioğlu, G., E., (2021). *Yakın ilişkilerde gelişmeleri kaçırma korkusu ve duygusal yalnızlık arasındaki ilişkiyi açıklamada partner sosyotelizminin aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](http://ulusaltezmerkezi.gov.tr)
- Terzi, S. (2014). Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmalarına yol açan olaylar: Nitel bir çalışma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(2), 99-108. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/256142>

- Terzi, S., ve Özbay, Y. (2016). Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmaları ölçeğinin geliştirilmesi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(13). <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/367654>
- Thomas, T. T., Carnelley, K. B., ve Hart, C. M. (2022). Phubbing in romantic relationships and retaliation: A daily diary study. *Computers in Human Behavior*, 137, 107398. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>
- Topçu, E., (2023). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin romantik ilişki inançlarının karşılıklı bağımlılık ve benliğin ayrımlaşması bağlamında incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Uçar, S., (2018). *Beliren yetişkinlikte romantik ilişki deneyimleri* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Uğur, N. G. ve Koç, T. (2015). Time for digital detox: Misuse of mobile technology and phubbing. *Procedia- Social Behavioral Sciences*, 195,1022-1031. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.06.491>
- Ulutaş, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki doyumu ile kişilik özellikleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Vanden Abeele, M. (2020). The social consequences of phubbing: A framework and a research agenda. In R. Ling, G. Goggin, L. Fortunati, S. S. Lin, ve Y. Li (Eds.), *Handbook of mobile communications, culture, and information*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190864385.013.11>
- Varol, A. (2019). *Early parental loss: young adults'' attachment patterns, mourning, and dysfunctional romantic relationship beliefs* [Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/Anasayfa)
- Verma, S., Kumar, R. ve Yadav, S. K. (2019). The determinants of phubbing behaviour: A millenials perspective. *International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering*, 8(12S), 806-812. <https://doi.org/10.35940/ijitee.L1184.10812S19>
- Wang, X., ve Qiao, Y. (2022). Parental phubbing, self-esteem, and suicidal ideation among Chinese adolescents: a longitudinal mediational analysis. *Journal of youth and adolescence*, 51(11), 2248-2260. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01655-9>

- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., ve Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- We Are Social, (2024) Digital 2024 january global statshot report. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-turkey>
- West, A. E. (2006). Relational standards: rules and expectations in romantic relationships Doctoral dissertation, Australian Catholic University, Australia. [Relational standards: Rules and expectations in romantic relationships \(acu.edu.au\)](https://acu.edu.au/Relational-standards:Rules-and-expectations-in-romantic-relationships)
- Winstead, B. A., Derlega, J. V. ve Rose, S. (1997). *Gender and Close Relationships*. London: Sage Publications. [Gender and Close Relationships: An Introduction | VALERIAN DERLEGA and Barbara Winstead - Academia.edu](https://www.academia.edu/11111111/VALERIAN_DERLEGA_and_Barbara_Winstead_-_Academia.edu)
- Winstead, B. A., ve Derlega, V. J. (1993). Gender and close relationships: An introduction. *Journal of social issues*, 49(3), 152-156. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1993.tb01165.x>
- Yam, F. C., (2023). The relationship between partner phubbing and life satisfaction: the mediating role of relationship satisfaction and perceived romantic relationship quality. *Psychological Reports*, 126(1), 303-331. <https://doi.org/10.1177/00332941221144611>
- Yam, F. C., ve İlhan, T. (2020). Holistic technological addiction of modern age: Phubbing. *Current Approaches in Psychiatry*, 12(1), 1–15. <https://doi.org/10.18863/pgy.551299>
- Yam, F.C., (2021). Investigation on the perceived partner phubbing levels of individuals in terms of some variable [Oral Presentation]. International Symposium of Scientific Research and Innovative Studies, Bandırma Onyedi Eylül University (February, 22-25), Bandırma, Turkey. https://www.researchgate.net/publication/350451915_investigation_on_the_perceived_partner_phubbing_levels_of_individuals_in_terms_of_some_variables
- Yıldırım, Ozan ve Ünalın, Duygu (2020). Dijital yerlilerin sosyotelizm (phubbing) eğilimlerinin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi (e-gifder)*, 8 (1), 276-297. <https://doi.org/10.19145/e-gifder.644279>

- Yılmaz, B. (2020). *Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumunun yordayıcısı olarak benlik ayırışması, otantiklik ve depresyon* [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Yüceol Öcal, S. E. (2016). *Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumlar ile İlişki Doyumu ve Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Arasındaki İlişkiler* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi]. [Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa \(yok.gov.tr\)](#)
- Zeyneloğlu, S., ve Terzioğlu, F. (2011). Toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 40, 409-420
https://www.researchgate.net/publication/303768007_Toplumsal_Cinsiyet_Roller_i_Olceginin_Gelistirilmesi_ve_Psikometrik_Ozellikleri

EKLER

EK 1: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcılar, bu anket Romantik İlişki Beklentileri, Partner Sosyotelizmi ve İlişki Doyumu ile ilgili araştırma için bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Ankette bu amaçla hazırlanmış 18 soru bulunmaktadır. Lütfen her soruyu dikkatle okuyup size uygun olacak şekilde cevaplandırınız. Anket sorularına içinizden geldiği gibi ve doğru olarak cevap vermeniz bu araştırma için çok önemlidir. Duyarlılığınız için şimdiden teşekkür ederim.

1. Kaç Yaşındasınız?

.....

2. Cinsiyetiniz:

() Kadın

() Erkek

() Diğer

3. Şu anda yaşadığınız şehir:

4. Eğitim Durumunuz:

() Lise Mezunu

() Üniversite Öğrencisi

() Ön Lisans Mezunu

() Lisans Mezunu

() Yüksek Lisans Öğrencisi

() Yüksek Lisans Mezunu

() Doktora Öğrencisi

() Doktora Mezunu

5. Herhangi bir işte çalışıyor musunuz?

() Evet

() Hayır

6. Şu anda bir romantik ilişki yaşamakta mısınız?

() Evet

() Hayır

7. Şu anda bir romantik ilişki yaşıyorsanız, bu ilk romantik ilişkiniz mi?

() Evet

() Hayır

() Şu anda bir romantik ilişkim yok

8. Şu andaki romantik ilişkiniz ne kadar süredir devam etmektedir?

() 1 aydan az

() 1-6 ay

() 7-12 ay

() 13-24 ay

() 25-36 ay

() 37 ay ve fazlası

9. İlişkinize bağlılığınızı nasıl değerlendirirsiniz?

Hiç bağlı değilim	Bağlı değili m	Kısmen bağlıyım	Bağl ıyım	Oldukça bağlıyım
1	2	3	4	5

10. Ailenizin ekonomik durumunu hangi grupta değerlendirirsiniz?

- Düşük Gelirli ()
Alt- Orta Gelirli ()
Orta Gelirli ()
Üst- Orta Gelirli ()
Yüksek Gelirli ()

11. Barınma durumunuzu nasıl tanımlarsınız?

- () Arkadaşlarımla yaşıyorum
() Tek başıma yaşıyorum
() Romantik partnerimle yaşıyorum
() Yurtta kalıyorum
() Ailemle yaşıyorum
Diğer

12. Gün içerisinde akıllı telefonunuza ayırdığınız süre yaklaşık olarak ne kadardır?

- () 1 saatten az:
() 1-3 saat:
() 4-6 saat:
() 7-9 saat:
() 10 saat ve üzeri:

**13. Aşağıda yer alan seçenekleri akıllı telefon kullanımınıza göre (X) işaretleyiniz.
Lütfen uygulamaların hepsini kendinize en uygun olan şekilde işaretlemeye
özen gösteriniz.**

Uygulamalar	Sıklık Skalası				
	Çok sık	Sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
Twitter					
Facebook					
Tiktok					
Instagram					
Snapchat					
Whatsapp					
Telegram					
E-posta					
Spotify					
Youtube					
Zoom					
Skype					
Facetime					
I-message					
Çevrimiçi alışveriş uygulamaları					
ChatGPT					

**EK 2: ROMANTİK İLİŞKİLERDEN BEKLENTİLERE DAİR FARKINDALIK
ÖLÇEĞİ (RİBDFÖ)**

MADDELER	Hiç Katılmıyorum	Çok Az Katılıyorum	Orta Düzeyde Katılıyorum	Çoğunlukla Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Gelecekte kaygı yaşamamak için ilişki kurduğum/kuracağım kişinin güven kırıcı davranışlarda bulunmaması benim için önemlidir.					
2. Romantik ilişki kurduğum/kuracağım kişiye sevgimi çeşitli şekillerde (davranışlarımla, sözlerimle, jest ve mimiklerimle, vb.) göstermek isterim.					
3. Dini hassasiyetlerime uyan bir kişi ile yakın ilişki kurmak önceliğimdir.					
4. İlişki kurduğum/kuracağım kişinin fevri davranışlarda bulunmaması benim için önemlidir.					
5. Romantik bir ilişkide dış görünüş benim için önemlidir.					
16. Bana anlayış gösterebilecek bir insanla yakın ilişki kurmak isterim.					
20. İlişki kurabilmek için her iki tarafın da kendi fiziksel özelliklerine güvenebilmelerinin önemli olduğunu düşünüyorum.					
21. Romantik ilişki kurduğum/kuracağım kişinin yanında kendimi rahat hissetmek isterim.					
28. Gelecekte kaygı yaşamamak için ilişki kurduğum/kuracağım kişinin güven kırıcı davranışlarda bulunmaması benim için önemlidir.					

EK 3: İLİŞKİ DOYUMU ÖLÇEĞİ (İDÖ)

2)Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?	Hiç memnun değilim 1	2	3	4	5	6	Çok memnunum 7
7)İlişkinizde ne kadar problem var?	Hiç yok 1	2	3	4	5	6	Çok var 7

EK 4: PARTNER SOSYOTELİZMİ ÖLÇEĞİ (PSÖ)

Aşağıda partner sosyotelizmi ile ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Size e uygun seçeneği (X) işaretleyiniz. Lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.

SIRA	MADDELER	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
1	Birlikte geçirdiğimiz sıradan bir yemek saati boyunca, partnerim cep telefonunu çıkarır ve kontrol eder.					
2	Partnerim benimle birlikteyken telefonunu elinde tutar.					
5	Partnerim, birlikte dışarı çıktığımızda cep telefonunu kullanır.					
6	Eğer konuşmamız sırasında geçici bir sessizlik olursa, partnerim cep telefonunu kontrol eder.					

EK 5: KATILIMCI ONAM FORMU

Beliren Yetişkinlikte Romantik İlişkiler

Değerli Katılımcı,

"Beliren Yetişkinlerde Romantik İlişki Beklentileri, İlişki Doyumu ve Partner Sosyotelizmi" adlı bu araştırma Yağmur TEPEBAŞI tarafından Başkent Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı kapsamında yürütülmektedir. Araştırmada sizlerin romantik ilişki beklentileri ile ilgili farkındalık düzeylerinizin belirlenmesi ve ilgili değişkenlerin araştırılması amaçlanmaktadır. Katılımınız Türkiye'de yürütmüş olduğumuz bilimsel araştırma için değerli bir katkı olacaktır.

Araştırmada toplamda yanıtlamanız gereken 62 madde bulunmaktadır. Öngörülen süre yaklaşık 10-15 dakika arasındadır.

Araştırmaya katılmak için iki şart bulunmaktadır.

1. 18-29 yaş aralığında olmak.
2. Şu anda bir romantik ilişki içerisinde olmak.

Eğer bu şartlara uyuyorsanız soruları yanıtlamaya başlayabilirsiniz.

Lütfen her sayfanın üzerindeki yönergeyi dikkatlice okuyunuz ve hemen aşağısında yer alan soruları içtenlikle ve size en uygun olacak şekilde cevaplayınız.

Toplanan tüm veriler gizli ve anonim kalacaktır. Yanıtlayacağınız hiçbir cevap sizin kim olduğunuzu tanımlamayacaktır. Katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Size yöneltilen maddelerden herhangi bir rahatsızlık duymanız durumunda yarıda bırakabilir veya çalışmadan ayrılabilirsiniz.

Şimdiden çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederiz.

İletişim bilgileri:

Araştırmacı:

Adı- Soyadı: Yağmur TEPEBAŞI
e-posta adresi:

Tez Danışmanı:

Adı- Soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Pınar ÇAĞ

[Hesap değiştir](#)



Paylaşılmıyor

* Zorunlu soruyu belirtir

EK 6: ÖLÇEK KULLANIM ONAYLARI

Partner Sosyotelizmi Ölçeği Hakkında Gelen Kutusu x

19 May 2023 Cum 10:46 ☆ 😊 ↶ ⋮

Yağmur Tepebaşı ·
Alıcı: elifkirmizikaya ▼

Merhabalar Sayın Hocam.

Ben Yağmur, Başkent Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Sizlerden ölçeğinizi yüksek lisans tezimde kullanmak üzere izin almak için bu maili gönderiyorum. Yüksek lisans tezimde uyarlamasını yaptığınız 'Partner Sosyotelizmi Ölçeği'ni kullanmak için izin istiyorum. Eğer uygun görürseniz ölçek kullanımı hakkında bilgi vererseniz çok sevinirim. Şimdiden vakit ayırdığınız için teşekkür ediyorum.

Elif Kirmizikaya ·
Alıcı: ben ▼

20 May 2023 Cmt 00:11 ☆ 😊 ↶ ⋮

Merhaba,

Partner Sosyotelizmi Ölçeğini çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçeğin puanlamasını ekteki makalede bulabilirsiniz. İyi çalışmalar dilerim.

Yağmur Tepebaşı ·
Alıcı: elifkirmizikaya ▼

19 May 2023 Cum, 10:46 tarihinde şunu yazdı:

2 ek • Gmail tarafından tarandı

Partner Sosvoteli... ÜNİVERSİTE ÖĞR...

Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği Hakkında Gelen Kutusu x

19 May 2023 Cum 10:50 ☆ 😊 ↶ ⋮

Yağmur Tepebaşı ·
Alıcı: ersin.alakus ▼

Merhabalar Sayın Hocam.

Ben Yağmur, Başkent Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Sizlerden ölçeğinizi yüksek lisans tezimde kullanmak üzere izin almak için bu maili gönderiyorum. Yüksek lisans tezimde 2020 yılında geliştirdiğiniz 'Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği'ni kullanmak için izin istiyorum. Eğer uygun görürseniz ölçek kullanımı hakkında bilgi vererseniz çok sevinirim. Şimdiden vakit ayırdığınız için teşekkür ediyorum.

Ersin ALAKUŞ ·
Alıcı: ben ▼

1 Haz 2023 Per 09:11 ☆ 😊 ↶ ⋮

Merhabalar,

Ölçeğe ait bilgiler ekteki dosyada mevcuttur. İyi çalışmalar dilerim.

Gönderen: Yağmur Tepebaşı
Gönderildi: 19 Mayıs 2023 Cuma 10:50
Kime:
Konu: Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeği Hakkında

[İleti kısıtlıdır] [Tüm iletişimi görüntüle](#)

2 ek • Gmail tarafından tarandı

...



pınar çağ

Alici:1

2 Kas 2023 Per 14:22



Değerli Ferzan Hocam Merhaba,
İyi olmanızı umuyorum ve diliyorum. Yüksek lisans tez öğrencimin tez çalışması kapsamında İlişki Doyumu Ölçeği'nizi kullanmak istiyoruz. Öğrencim (Yağmur Tepebaşı) size Maltepe Üniversitesi e-posta adresinizden ulaşmaya çalıştı, ancak aktif kullandığınız e-posta adresinizden emin olmadığımız için buradan size yazmak istedim. Kullanıma onayınıza ihtiyaç duymaktayız. Bize _____ ya da _____ adresinden ulaşabilirsiniz.

Saygı ve sevgilerimle

Dr. Öğretim Üyesi Pinar Çağ
Başkent Üniversitesi
PDR Anabilim Dalı



Ferzan Curun

Alici: pınar, ben

2 Kas 2023 Per 16:12



Merhabalar,
Sonrım gözünden kaçmış.
Elbette kullanabilirsiniz. Ölçek ve ilgili bilgiler ekteki yüksek lisans tezimde.
İyi dileklerle

pınar çağ

? Kas 2023 Per, 14:22 tarihinde şunu yazdı:

Prof. Dr. Ferzan Curun
Maltepe Üniversitesi
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi
İngilizce Psikoloji Bölümü
Bölüm Başkanı

EK 7: ETİK KURUL İZNİ

Evrak Tarih ve Sayısı: 10.07.2023-247324



1993

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
Akademik Değerlendirme Koordinatörlüğü

Sayı :E-62310886-302.14.03-247324
Konu :Etik Kurul İzni (Yağmur Tepebaşı)

10.07.2023

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 14.06.2023 tarih ve 240386 sayılı yazımız.

Enstitümüz Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Yağmur Tepebaşı'nın, Dr. Öğretim Üyesi Pınar Çağ danışmanlığında yürütmeyi planladığı, "Genç Yetişkinlik Döneminde İlişki Doyumu, Romantik İlişki Beklentileri ve Partner Sosyotelizmi" adlı tez önerisi değerlendirilmiş ve bilgilerinize ekte sunulmuştur.

Prof. Dr. M. Abdülkadir VAROĞLU
Kurul Başkanı

Ek: Değerlendirme Raporu

Sayı : 17162298.600-175
Konu :Tez Önerisi

19 HAZİRAN 2023

İlgili Makama

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Yağmur Tepebaşı'nın, Dr. Öğretim Üyesi Pınar Çağ danışmanlığında yürütmeyi planladığı, "Genç Yetişkinlik Döneminde İlişki Doyumu, Romantik İlişki Beklentileri ve Partner Sosyotelizmi" adlı tez önerisi değerlendirilmiş ve yapılmasında bir sakınca olmadığı tespit edilmiştir.
Bilgilerinize saygılarımızla sunarız.

Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Alan Araştırma Kurulu

Ad, Soyad	Değerlendirme	İmza
Prof. Dr. M. Abdülkadir Varoğlu	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Gözen Güner Aktaş	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Sadegül Akbaba Altun	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Hasan Tahsin Fendoğlu	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Filiz Kalelioğlu	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Hidayet Hale Künuçen	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Özcan Yağcı	Olumlu/Olumsuz	