



T.C.

UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİĞİN, RASYONEL
OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ
DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE ARACI ROLÜ**

Burcu ÖZKAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Prof. Dr. Orhan AYDIN

ANKARA, 2016

**REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİĞİN, RASYONEL OLMAYAN
İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ
İLİŞKİLERDE ARACI ROLÜ**

Burcu ÖZKAN

Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2016

KABUL VE ONAY

Burecu ÖZKAN tarafından hazırlanan “Reddedilme Duyarlılığı ve İyimserliğin Rasyonel Olmayan İlişki İnançları ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki İlişkileri Aracı Rolü” başlıklı bu çalışma, **23 /09 /2016** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Danışman: Prof. Dr. Orhan AYDIN



Başkan: Doç. Dr. Ayda BÜYÜKŞAHİN SUNAL



Üye: Doç. Dr. Eda KARACAN

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY

Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

† Tezimin 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

23/09/2016

Burcu ÖZKAN

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın hazırlanmasında fikirleriyle beni yönlendiren bilgi ve tecrübeleriyle her zaman destek olan, birlikte çalışmaktan onur duyduğum değerli danışman hocam Prof. Dr. Orhan AYDIN'a teşekkürlerimi sunarım.

Lisans ve lisansüstü eğitimim boyunca uzman olma yolunda yaptıkları katkılarından dolayı Ankara Üniversitesi ve Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümü hocalarıma, akademik hedeflerimin şekillenmesinde ilham olan ve her ihtiyaç duyduğumda yardımını esirgemeyen Doç.Dr. Derya HASTA'ya teşekkürlerimi sunarım.

Eğitim hayatım boyunca edindiğim, her ihtiyaç duyduğumda bilgi ve motivasyonlarıyla yanımda oldukları için arkadaşlarım Arş.gör. Cantürk AKBEN ve Arş.gör. Özge ÜNAL ile meslektaşım Onur Murat Menteşe'ye, sahip olduğum için gurur duyduğum ideallerimi gerçekleştirirken maddi ve manevi her zaman arkamda olan canım aileme teşekkür ederim.

Burcu ÖZKAN

ÖZET

ÖZKAN, Burcu. Reddedilme Duyarlılığı Ve İyimserliğin, Rasyonel Olmayan İlişki İnançları İle Romantik İlişki Doymu Arasındaki İlişkilerde Aracı Rolü, Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2016

Bu araştırma rasyonel olmayan ilişki inançları alt boyutları ile ilişki doymu arasındaki ilişkide iyimserlik ve reddedilme duyarlılığının aracı rolünü incelemek amacıyla yürütülmüştür. Bunun yanı sıra yaş ve cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki alt boyutları, iyimserlik, reddedilme duyarlılığı ve ilişki doymu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülmüştür.

Araştırma Ankara ilinde yaşayan, yaşları 18 ile 35 arasında değişen, en az 8 ay süreli romantik ilişki yaşayan 82 kadın, 76 erkek olmak üzere toplam 158 katılımcı ile yürütülmüştür. Veri toplama araçları olarak bilgi formu, İlişki Doymu Ölçeği (Hendrick, 1998), İlişki İnançları Ölçeği (Eidelson ve Epstein, 1982), Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (Downey ve Feldman, 1996), ve Yaşam Yönelimi Testi'den (Scheier ve Carver, 1987) yararlanılmıştır. Katılımcıların veri toplama araçlarından aldıkları puanlar ile bilgi formuna verdikleri yanıtlar pearson korelasyonu ve çoklu regresyon kullanılarak analiz edilmiştir.

Korelasyon analizlerinin sonucunda rasyonel olmayan ilişki inançları alt boyutlarından “cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır” ve “eşler değişmez” puanları ile ilişki doymu puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğunu göstermektedir. Romantik ilişki doymu ile iyimserlik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. İyimserlik ile ilişki inançlarından “anlaşmazlık yıkıcıdır” ile “eşler değişmez” boyutları arasında negatif yönde; reddedilme duyarlılığı ile aynı boyutlar arasında pozitif yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “eşler değişmez” boyutları ile ilişki doymu arasında aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizinde yaş ve cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki inançları, ilişki doymu, iyimserlik ve reddedilme duyarlılığının yordama derecesini

bulmak için yapılan regresyon analizlerinde sadece “karşı cinsi anlamak zordur” rasyonel olmayan ilişki inancı ile anlamlı ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Romantik İlişki Doyumu, Rasyonel Olmayan İlişki İnançları, İyimserlik, Reddedilme Duyarlılığı



ABSTRACT

ÖZKAN, Burcu. The mediator role of optimism and the rejection sensitivity on irrational relationship beliefs and the romantic relationship satisfaction, Ufuk University, Institute of Social Sciences M. Sc. Thesis in Psychology, 2016

The main purpose of present study was to examine the mediating role of optimism and rejection sensitivity on relationship between irrational relationship beliefs and romantic relationship satisfaction. In addition to this, it aims to investigate the associations of relationship satisfaction, rejection sensitivity, optimism, irrational beliefs with age and gender.

Total 150 participants were composed of 82 women and 76 men from Ankara who have a relationship ranging from 18 to 35 years of age. Relationship Satisfaction Scale (Hendrick,1998), Relationship Belief Inventory (James, Hunsley ve Hemsworth,2002), Rejection Sensitivity Scale (Erözkan,2004), Life Orientation Test(Scheier and Carver) and a demographic information form used for a data collection and multiple regression analysis.

According to the results of correlation analysis, there is an inverse relationship between scores of subdimensions of irrational relationship beliefs which are “sexes are different in needs”, “spouses do not change”, and the scores of relationship satisfaction. Moreover, romantic relationship satisfaction and optimism are positively correlated. While the sub dimensions of irrational relationship beliefs which are “disagreement is destructive” and “spouses do not change” are negatively correlated with optimism, positive correlation is found between the subdimensions of irrational relationship beliefs and rejection sensitivity. Additionally, “rejection sensitivity” and “disagreement is destructive” have the mediator role on relationship satisfaction. To understand the relationship between age, gender and the dimensions of irrational relationship beliefs are measured and only in the subdimension of “difficulty understanding opposite sex” regression coefficient is statistically significant.

Keywords: Romantic relationship satisfaction, Irrational Relationship Beliefs, Optimism, Rejection Sensitivity

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar DİZİNİ	xi
ŞEKİLLER DİZİNİ	xii

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

1.1. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU	2
1.1.1. Romantik İlişki Doyumu Kuramları	3
1.2. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI.....	6
1.2.1. Rasyonel Olmayan İlişki İnançları ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler	9
1.3. REDDEDİLME DUYARLILIĞI	12
1.3.1. Reddedilme Duyarlılığı ve Romantik İlişki Doyumu.....	15
1.4. İYİMSERLİK	17
1.4.1. İyimserlik ve Romantik İlişki Doyumu	20
1.5. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU, RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİKTE YAŞ VE CİNSİYETE BAĞLI FARKLILIKLAR	22
1.5.1. Romantik İlişki Doyumunda Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları	23
1.5.2. Rasyonel Olmayan İlişki İnançlarında Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları	25
1.5.3. Reddedilme Duyarlılığında Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları	27
1.5.4. İyimserlikte Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları.....	28
1.6. ARAŞTIRMANIN AMACI	30

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. KATILIMCILAR	36
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	36
2.2.1. Bilgi Formu	36
2.2.2. İlişki İnançları Ölçeği	36
2.2.3. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği	37
2.2.4. Yaşam Yönelimi Testi	38
2.2.5. İlişki Doyumu Ölçeği	39
2.3. İŞLEM	39

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU, REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİK ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULAR	40
3.2. REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİĞİN RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULAR	42
3.2.1. Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	42
3.2.1.1. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnanıcı ile İlişki Doyumu Arasında Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	43
3.2.1.2. Eşler Değişmez İnanıcı ile İlişki Doyumu Arasında Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	45
3.2.2. İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	46
3.2.2.1. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnanıcı ile İlişki Doyumu Arasında İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	47
3.2.2.2. Eşler Değişmez İnanıcı ile İlişki Doyumu Arasında İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	49
3.3. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, REDDEDİLME DUYARLILIĞI, İYİMSERLİK VE İLİŞKİ DOYUMUNDA YAŞ VE CİNSİYET FARKLILIKLARINA İLİŞKİN BULGULAR	50

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI	52
4.2. REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİK İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ve RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERE DAİR BULGULARIN TARTIŞILMASI.....	55
4.3. REDDEDİLME DUYARLILIĞININ RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI.....	58
4.4. İYİMSERLİĞİN RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI	61
4.5. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU, RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİĞİN YORDANMASINDA YAŞ VE CİNSİYET FARKLILIKLARINA İLİŞKİN BULGULAR	62
4.5.1. Romantik İlişki Doyumunun Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması	63
4.5.1. Rasyonel Olmayan İlişki İnançlarının Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması	65
4.5.2. Reddedilme Duyarlılığının Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması	68
4.5.2. İyimserliğin Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması	69
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	71
KAYNAKÇA	73
EKLER.....	86
EK-1	86
EK-2	89

EK- 3	91
EK-4	93
EK -5	94
EK-6	95
EK-7	96
ÖZGEÇMİŞ	99



TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 3. 1. Katılımcıların Rasyonel Olmayan İlişki İnancı, Romantik İlişki Doyumu, Reddedilme Duyarlılığı ve İyimserlik Puanları arasındaki Korelasyonlar	40
Tablo 3. 2. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancının İlişki Doyumunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri	43
Tablo 3. 3. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	44
Tablo 3. 4. Eşler Değişmez İnancının İlişki Doyumunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri	45
Tablo 3. 5. Eşler Değişmez İnancı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	46
Tablo 3. 6. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancının İlişki Doyumunu ve İyimserliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri	47
Tablo 3. 7. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	48
Tablo 3. 8. Eşler Değişmez İnancının İlişki Doyumunu ve İyimserliğin Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri	49
Tablo 3. 9. Eşler Değişmez İnancı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	50
Tablo 3. 10. Kadın Ve Erkek Katılımcıların İlişki İnancı, Reddedilme Duyarlılığı, İyimserlik ve İlişki Doyumu Puanlarının Ortalama ve Standart Sapmalar	51
Tablo 3. 11. Yaş ve Cinsiyetin Karşı Cinsi Anlamak Zordur İnancını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	51

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 3. 1. Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı-reddedilme duyarlılığı ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları.....	44
Şekil 3. 2. Eşler değişmez inancı-reddedilme duyarlılığı ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları	46
Şekil 3. 3. Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı-iyimserlik ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları	49
Şekil 3. 4. Eşler değişmez inancı-iyimserlik ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları	50

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

İnsanoğlu doğası gereği yaşamını diğer insanlarla ilişki içerisinde sürdürür. Bu ilişkiler türleri, düzeyleri ve süreleri açısından farklılıklar gösterir. Bazı ilişkiler uzun sürme beklentisi olmaksızın kurulur. Bu ilişkiler karşılıklı bağımlılık içermeyen ve duygusal yönü ağır basmayan ilişkilerdir. Bazı ilişkiler ise önem verilen, karşılıklı bağımlılık içeren ve uzun süreli olması beklenen ilişkilerdir. Tutku, sevgi, ilgi, şefkat, gibi pozitif duyguların yanı sıra kıskançlık, öfke, umutsuzluk gibi olumsuz duyguların da yaşanmasına yol açabilen bu tür ilişkiler yakın ilişkiler olarak adlandırılır. Belirleyici özelliklerinin biri de karşılıklı kendini açma olan yakın ilişkiler, sürdürülebilmek için insanların zaman, çaba ve emek harcadıkları ilişkilerdir (Weiten, Dunn ve Hammer, 2014).

Yakın ilişkiler, başta ait olma ihtiyacı olmak üzere birçok psikolojik ihtiyaca cevap veriler. Bu nedenle, bu tür ilişkilerin sağlıklı bir biçimde yürümesi bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkileyebileceği, bu tür ilişkilerde yaşanan çatışma ve doyumsuzlukların ise ilişki içinde bulunan bireyler ve toplum açısından bir dizi olumsuz sonuç doğurabileceği gerek kuramsal gerekse görgül araştırma düzeyinde yaygın bir biçimde kabul edilen bir görüştür (Baumeister ve Leary, 1995). Bu da yakın ilişkileri açıklayan değişik kuramsal görüşlerin oluşturulmasına ve ilişki doyumunu ile ilgili olabilecek değişkenleri belirlemeye yönelik çok sayıda görgül araştırmanın yürütülmesine yol açmıştır (Feeney, 2002).

Yakın ilişkiler kapsamında düşünölen ilişki türlerinden birisi de romantik ilişkilerdir. Romantik ilişkiler, diğer yakın ilişkilerin belirleyici özelliklerini taşır ve cevap verdikleri tüm ihtiyaçların tatminine olanak tanır. Ancak, diğer yakın ilişkilerden farklı olarak romantik ilişkiler cinsellik boyutu olan bir tutku ile normal koşullarda diğer yakın ilişkilerde olduğundan daha fazla geleceğe yönelik beklentiler oluşturmayı ve planlar yapmayı içermektedir. Bu da romantik ilişkilerde yaşanan doyum ya da doyumsuzlukların daha yoğun bir biçimde yaşanan sonuçlar doğurma olasılığını

arttırmaktadır. Bu nedenle romantik ilişki doyumu hem akademik hem de uygulamacı psikologların ilgisini çeken bir konu olmuş ve romantik ilişkilerde doyum ile ilişkili olabilecek bireysel, sosyal ve kültürel değişkenleri belirlemeye yönelik çok sayıda araştırmaya yol açmıştır.

Romantik ilişki doyumu bağlamında üzerinde durulan bireysel değişkenlerden biri rasyonel olmayan ilişki inançlarıdır. Rasyonel olmayan ilişki inançlarının her türlü ilişkiyi negatif yönde etkileyebileceği öngörülmesine rağmen, bu tür inançlarla romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarda elde edilen sonuçların bu öngörüye tutarlı bir biçimde desteklediğini söylemek güçtür. Bu tutarsızlık, özellikle ilişki doyumuyla ilişkili bulunan inanç boyutlarında görülmektedir. Bunun olası nedenlerinden biri, rasyonel olmayan ilişki inançlarının ilişki doyumu üzerindeki etkisinin söz konusu inançlar dışındaki bazı bireysel değişkenler aracılığıyla gerçekleşmesi olabilir. Görgül ve kuramsal temelleri ilerleyen bölümlerde açıklanacak olan bu olasılıktan hareketle yürütülen bu araştırma, iyimserlik ve reddedilme duyarlılığının rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerde oynadıkları aracılık rolünün incelenmesi amacıyla yürütülmüştür. Bu temel amaca ek olarak romantik ilişki doyumu, rasyonel olmayan ilişki inançları, reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik açısından yaş ve cinsiyete bağlı farklılıklar da incelenmiştir.

1.1. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU

Romantik ilişki doyumunu açıklamak üzere önerilen tanımlar gözden geçirildiğinde, bu tanımların genel olarak kişilerarası ilişkilerde yaşanan doyum ya da doyumsuzluğu açıklamak üzere önerilen tanımlardan herhangi bir farklılık göstermediği ve aynı tanımların, başta evlilik doyumu olmak üzere her türlü yakın ilişkiyi açıklamak üzere kullanıldığı görülmektedir. Örneğin, Rusbalt ve Buunk (1993) ilişki doyumunu bireyin eşine ilişkin duygularının ne ölçüde pozitif olduğuna ve ilişkiyi ne ölçüde çekici bulduğuna ilişkin değerlendirmeleri olarak tanımlamaktadır. Rusbalt, Martz, Agnew (1998) ilişki doyumunun bir ilişkide yaşanan negatife karşı pozitif duygular olduğuna işaret etmekte ve bu duyguların eşinin bireyin en önemli ihtiyaçlarını karşılama derecesi tarafından etkilendiğini belirtmektedir. Dainton, Stafford ve Canary'e (1994) göre, ilişki

doyumunu “ilişkinin algılanan kalitesi açısından, bir bireyin eşine ve ilişkiye karşı tutumudur”. Bu tanımlar birlikte değerlendirildiğinde, farklı şekillerde ifade edilmelerine rağmen, ilişki doyumunun bir bireyin eşine ve ilişkisinin niteliğine ilişkin öznel duygu ve değerlendirmelerine işaret eden bir kavram olduğu konusunda görüş birliği içinde oldukları görülmektedir. Duygu ve değerlendirmelerin genel olarak olumlu olması, ilişki doyumunun bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Taylor, Peplau ve Sears, 2006).

1.1.1. Romantik İlişki Doyumu Kuramları

Romantik ilişki doyumunun açıklanmasında kullanılan kuramlar da, tanımlanmasında olduğu gibi, romantik ilişki doyumuna özel kuramlar olmayıp tüm insan ilişkilerini açıklamak üzere oluşturulmuş kuramlardır. Bu kuramlar genel olarak insanların bir ilişkiye çekici bulmalarına ve dolayısıyla bu ilişkiyi sürdürmeye istekli olmalarına yol açan temel koşulları belirlemeye çalışmaktadır. Yatırım kuramı dışındaki diğer kuramlarda ilişki doyumunu kavramı kullanılmamakta, ilişkinin çekici bulunmasına yol açan koşulların karşılanmasının ilişki doyumuna da yol açacağı varsayılmaktadır.

Romantik ilişki doyumuna uygulanan kişilerarası ilişki kuramlardan biri Thibaut ve Kelley'nin (1959) Sosyal Mübadele Kuramıdır. Daha sonra Kelly ve Thibaut (1978) tarafından Karşılıklı Bağımlılık Kuramı olarak da adlandırılan bu kurama göre, insanlar ilişkilerini en düşük bedelle en yüksek ödülü sağlayacak biçimde düzenlemek isterler. İlişkidен sağlanan ödül bedelden daha fazla olduğunda ilişkinin sonucunun pozitif olduğu düşünülür. Ancak, bir ilişkinin sonucunun pozitif olması bireyin ilişkisini tatmin edici bulması için yeterli değildir. İlişkinin tatmin edici bulunması ve ilişkinin sürdürülmesi için sonucun bir standardın üzerinde olması gerekir. Kuramda Karşılaştırma Düzeyi olarak adlandırılan bu standart değerlendirmeyi yapan bireyin geçmişte yaşadığı benzer ilişkilerin sonuçları ve benzer ilişki içinde olan diğer insanların sonuçlarıyla yapılan karşılaştırılmalara dayanarak oluşturulur. Karşılaştırma düzeyi bir kez oluştuktan sonra artık sabit kalan değişmez bir standart değildir. Bireylerin ihtiyaçlarında, isteklerinde, tutumlarında, sosyal konumlarında ve yaşantılarında meydana gelen değişimlere bağlı olarak değişebilir.

Sosyal Mübadele Kuramı'na göre insanlar mevcut ilişki seçenekleri arasında kendileri için sonucu en olumlu olanları seçerler. Bir ilişkinin en olumlu sonucu olan ilişki olup olmadığı diğer seçenekleri karşılaştırma düzeyi olarak adlandırılan standarda göre verilir. İnsanlar sonucu olumlu olan bir ilişkiyi tercih etmekle birlikte, sonucu daha olumlu olan bir ilişki seçeneğine sahip oldukları, bu ilişkiyi mevcut ilişkilerine tercih edeceklerdir. Diğer yandan, bir ilişkinin sonucu istendik ölçüde olumlu olmasa bile, daha iyi bir seçenek yoksa bu ilişkiyi sürdüreceklerdir.

Romantik ilişki doyumu Sosyal Mübadele Kuramı çerçevesinde analiz edildiğinde, ödüllerin bedellerden daha büyük ve karşılaştırma düzeyleri ile seçenekleri karşılaştırma düzeylerinin üzerinde olduğu durumlarda, romantik ilişki içindeki bireylerin ilişki doyumlarının yüksek olacağı söylenebilir.

Rusbult'ın (1980, 1983) Yatırım Modeli romantik ilişki doyumuna açıklayan bir diğer modeldir. Sosyal mübadele kuramının bir uzantısı olan bu modelde ilişki doyumu temel bir kavram olarak yer almaktadır. Modele göre, ilişki doyumu bireyin ödül-bedel dengesine ilişkin algıları ile karşılaştırma düzeyi tarafından belirlenir. Ödülün bedelden fazla ve aradaki farkının karşılaştırma düzeyinin üzerinde olması durumunda ilişki doyumu, bedelin ödülünden fazla olması ya da sonucun karşılaştırma düzeyinin altında bulunması durumunda ise ilişki doyumsuzluğu söz konusu olacaktır.

Yatırım modeline göre ilişki doyumu “bağlanım” olarak adlandırılan ilişkiyi sürdürmeye istekli olmanın derecesini belirler. Ancak, bağlanımın derecesini belirleyen sadece ilişki doyumu değildir. Bağlanımın derecesinin belirlenmesine “yatırım” ve “seçenekleri karşılaştırma düzeyi” de katkıda bulunur. Seçenekleri karşılaştırma düzeyinin bu modelde ifade ettiği anlam sosyal mübadele kuramında ifade edilen anlamıyla aynıdır. Yatırım kavramı ise bireyin ilişkiye yaptığı, ancak ilişki bittiği takdirde geri alınması mümkün olan her türlü katkıya işaret eder. Yatırım modelini test etmek amacıyla yürütülen araştırmalardan genellikle modeli destekler yönde bulgular elde edilmiştir. Örneğin, Le ve Agnew (2003) 52 araştırmayı kapsayan bir meta analiz çalışmasında, ilişkiye bağlanım derecesi ile ilişki doyumu ve yatırım arasında pozitif yönde ilişkili bulunduğunu, ilişkiye bağlanımın ise boşanma ya da ilişkiyi sonlandırmayı anlamlı düzeyde yordadığını gösteren bulgular elde etmiştir.

Hakçalık kuramına (Walster, Walster ve Berscheid, 1978) göre insanlarda bir yandan ilişkilerini kendileri açısından en olumlu sonucu doğuracak biçimde yapılandırma, diğer yandan da ilişkilerinde adil olma yönünde kuvvetli bireğilim vardır. Bu nedenle, insanlar ilişkilerinde hakça olmayan bir durum algıladıklarında, avantajlı olan taraf ister kendileri ister eşleri olsun bir rahatsızlık yaşarlar. Yatırım ve sonuç Hakçalık kuramının temel kavramlarıdır. Yatırım bireyin ilişkiye yaptığı her türlü maddi ya da manevi katkıya, sonuç ise ilişkiden sağladığı kazanca işaret eder. İnsanlar ilişkilerinden elde ettikleri sonucun yatırımlarıyla orantılı olmasını isterler. Ancak, sonucun yatırımıyla orantılı olması ilişkinin hakça olarak algılanması için yeterli değildir. İlişkinin hakça olarak algılanması için bireyin kendi yatırımına oranla elde ettiği sonuç ile eşinin yaptığı yatırıma oranla elde ettiği sonucun eşit olması gereklidir. Hakçalık kuramına göre, insanlar eşleriyle kendilerinin ilişkiye yaptıkları yatırımların elde ettikleri sonuçlara oranlarının eşit olduğu ilişkileri daha fazla tatmin edici bulmakta ve bu tür ilişkileri sürdürmeyi daha fazla tercih etmektedirler.

Hakçalık kuramının, hakça olmayan ilişkilerin bireylerde bir rahatsızlık yaratacağına ilişkin önermesi değişik araştırma bulgularıyla desteklenmiştir. Bununla birlikte, bu araştırmaların sonuçları bireylerin eşlerinin avantajlı oldukları durumlarda yaşadıkları hoşnutsuzluğun kendilerinin avantajlı oldukları durumlarda yaşadıkların hoşnutsuzluktan daha fazla olduğunu ortaya koymuştur (örn.,Hatfield, Greenberger, Traupmann ve Lambert, 1982).

Bağlanma kuramı (Bowlby, 1969) romantik ilişki doyumunu açıklayan bir başka kuramdır. Bağlanma kuramına göre, birincil bakıcılarının sağladığı bakımın kalitesine ve ihtiyaçlarına duyarlı olma derecesine bağlı olarak, çocuklar kendilerine ve içinde yaşadığı dünyaya ilişkin zihinsel temsiller oluşturur. İçsel çalışan modeller olarak adlandırılan bu temsiller, çocuğun kendisine, diğer insanlara ve kişilerarası ilişkilere ilişkin düşünce ve beklentilerini içerir (Aspelmeier ve Kerns, 2003). Bakıcı güvenilir ve duyarlı olduğu takdirde çocuğun kendisine ve diğer insanlara ilişkin içsel çalışan modelleri olumlu, güvenilir ve duyarlı olmadığı takdirde ise olumsuz olacaktır. Çocuğun kendisine ve diğer insanlara ilişkin olarak geliştirdiği zihinsel modeller gelişim süreci boyunca karşılıklı olarak birbirlerini etkileyerek kurulan sosyal ilişkilerin niteliğini yaşam boyu etkileyecek olan bağlanma stilini ortaya çıkarır.

Hazan ve Shaver (1987), yetişkin romantik ilişkilerinin bir bağlanma süreci olarak ele aldıkları çalışmalarında, Ainsworth, Bleher, Waters ve Wall (1978), tarafından saptanan çocukluk bağlanma stillerinin (güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan) yetişkinler için de geçerli olabileceğini ve güvenli bağlanan bireylerde romantik ilişki doyumunun daha yüksek olacağını ortaya koymuşlardır. Yapılan araştırmalardan, genellikle, kuramın güvenli bağlanma ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki bulunduğuna ilişkin öngörüsünü destekleyen bulgular elde edilmiştir (örn.,Hirschberger, Srivastava, Marsh, Cowan ve Cowan, 2009).

Romantik ilişki doyumu ile ilgili araştırmalarda sıklıkla kuramsal çerçeve olarak kullanılmakla birlikte, bağlanma kuramı, genel olarak insanların hangi koşullarda romantik ilişki doyumuna yaşayacaklarını açıklayan bir kuram olmaktan çok, romantik ilişki doyumuna yol açabilecek bir bireysel farklılık üzerine yoğunlaşan bir kuramdır. Bu bakımdan, bağlanma kuramının yukarıda sözü edilen diğer kuramlardan farklılık gösterdiğini belirtmekte yarar vardır.

1.2. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI

Romantik ilişki doyumunu olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilecek etkenlerle ilgili kuramsal ve görgül çalışmalarda üzerinde durulan konulardan biri rasyonel olmayan düşünceler ya da inançlardır. İlk kez Ellis'in (1962) tarafından kullanılan rasyonel olmayan inanç kavramı akılcı-duygusal tedavi yaklaşımının merkezinde yer alır. Ellis'e (1962) göre, duygu ve davranışlarımızın temel belirleyicisi düşüncelerimizdir. Bu nedenle, rasyonel olmayan düşünceler rasyonel olmayan duygu ve davranışlara yol açar. Rasyonel olmayan duygu ve davranışlar bireyin içinde bulunduğu durumun ya da yaşadığı olayın üstesinden gelme açısından herhangi bir işlevi olmayan duygu ve davranışlardır. İnsanların yaşadıkları tüm duygusal sorunların ve sorunu çözmeye yönelik tüm işlevsiz davranışların ve psikolojik bozuklukların temelinde rasyonel olmayan inançlar yatar(Ellis ve Dryden,1997).

Bireylerin kendilerine ve olaylara ilişkin arzu ve tercihlerinin zorunlu talep ve isteklere dönüşmüş biçimleri olarak tanımlanan (Weinrach, 2006)rasyonel olmayan inançların türleri konusunda değişik görüşler öne sürülmektedir. Bununla birlikte, talepkarlık olarak

adlandırılan rasyonel olmayan inançların diğer rasyonel olmayan inançlar için bir temel oluşturduğu konusunda bir görüş birliği bulunmaktadır. Talepkarlık normal koşullarda bir istek ya da tercih olması gereken bir durumun bir gereklilik ya da zorunluluk olarak düşünülmesidir(Ellis, Sichel, Yeager, Dimattia ve Diguiseppe,1989). Talepler bireyin kendisiyle, başkalarıyla ya da çevreyle ilgili olabilir ve her durumda açık ya da örtük bir biçimde bir gerekliliğe (yani, meli-malı) işaret ederler. Örneğin, “Herkesin beni sevmesi hoşuma giderdi” ifadesi bir isteğe işaret eder. Bu isteğin rasyonel olmayan bir yönü yoktur. “Herkesin beni sevmesi gerekir” ifadesi ise bir gerekliliğe işaret eder. Bu ifade ise rasyonel olmayan bir talebe işaret eder, çünkü böyle bir talebin gerçeklikle bir ilişkisi yoktur.

Korkunçlaştırma, engellenmeye toleransın düşük olması ve kendini (diğerlerini, yaşamı) koşullu kabul diğer rasyonel olmayan inanç türlerinden bazılarıdır (DiGuiseppe, 1995). Akılcı-duygusal tedavi yaklaşımında korkunçlaştırma bir olay ya da durumu yüzde yüz kötünden daha kötü olarak değerlendirme anlamında kullanılır (Dryden, 1987). “Bunu olması kötü oldu” şeklinde düşünmek yerine “Bu şimdiye kadar başıma gelen en kötü şey” diye düşünmek korkunçlaştırmaya verilebilecek bir örnektir. Engellenmeye toleransın düşük olması yaşanan bir sorun, olay, güçlük ya da acının dayanılmaz olduğuna inanılması anlamına gelir. Bu tür inançlar gerçeğin abartılmış ya da çarpıtılmış olarak algılanmasına ve bireyin karşı karşıya geldiği durumun üstesinden gelme yeteneğinin azımsanmasına yol açar. Kendini (diğerlerini, yaşamı) koşullu kabulün en belirgin özelliği yaşamın bir yönündeki ya da bir konudaki başarısızlıktan hareketle bireyin kendisini bir bütün olarak başarısız olarak değerlendirmesidir.

Ellis (1993) , insanların hem rasyonel hem de irrasyonel olmaya karşı doğuştan gelen ve sonradan kazanılan bir yatkınlığının bulunduğunu belirtmektedir. Ellis’e göre belli başlı rasyonel olmayan düşünce biçimlerinin tümünü kültürden ve eğitimden bağımsız olarak tüm insanlarda görmek mümkün dür. Ayrıca, insanlar rasyonel olmayan düşünceleri kolayca öğrenip benimsemekte ve öğrenilen bu düşüncelerin değiştirilmesi oldukça güç olmaktadır. Bütün bunlar insanların rasyonel olmayan düşünceleri benimsemeye ilişkin doğuştan gelme bir yatkınlığının bulunduğunu göstermektedir. Foshee(1996) bu tür inançların gelişiminde çocukluk ilişkilerinin de önemli rolü olduğunu rasyonel olmayan ilişki inançlarının kültür ve aile ile kuşaklar arasında iletildiğini öne sürmektedir.

Akılcı duygusal terapi ve diğer bilişsel terapi yaklaşımları, rasyonel olmayan inançların, yaşamın diğer alanları gibi, insanların ilişki uyumlarını da önemli ölçüde etkilediğini öne sürmektedir. Bu nedenle, ilişki uyumu ve doyumunu negatif yönde etkileyebilecek ilişki inançlarının belirlenmesi ve bu inançların benimsenme derecesinin bir bireysel farklılık değişkeni olarak ilişki uyumu ve doyumuyla ilişkisinin incelenmesi araştırmacı ve uygulamacıların ilgisini çeken bir konu olmuştur.(Stackert ve Bursik, 2003). Örneğin, Eidelson ve Epstein (1982) rasyonel olmayan ilişki inançlarını“anlaşmazlık yıkıcıdır”, “zihin okuma beklentisi”, “eşler değişmez”, “cinsel mükemmellik” ve “kadın ve erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır” şeklinde adlandırdıkları beş boyutta toplamışlardır. Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı, her ilişkide kaçınılmaz olarak tartışmalar yaşanabileceği gerçeğinin göz ardı edilerek, tartışma yaşanmasının ilişkiyi bitireceğinin düşünülmesidir. Bu inanç eşlerin çatışma yaşamamak adına iletişimden kaçınmasına yol açar. Zihin okuma beklentisi, eşlerinin birbirlerinin duygularını, düşüncelerini, ihtiyaçlarını, kendileri ifade etmeden anlamalarının gerekli olduğu yolunda rasyonel olmayan bir düşüncedir. Eşler değişmez inancı, bireyin taşıdığı, bir anlamda insanların hiçbir koşulda değişmeyeceği yönündeki bir düşünceye işaret eder. Bu tür bir düşünce, yaşamın dinamik ve değişken bir süreç olduğu gerçeği ile uyuşmamaktadır. Cinsel mükemmellik inancı, cinsel açıdan mükemmel bir eş olmamanın ilişkiye duygusal bağlamda önemli ölçüde etkileyeceğine işaret etmektedir. Kadın ve erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır şeklindeki inanç ise ilişkide kadının ve erkeklerin kişilik ve ihtiyaçlarının farklı olmasından kaynaklanan çatışmaların ortaya çıkacağı ve bu durumun çözümsüz olduğuna ilişkin inançtır.

Romans ve Debord (1995) sorunlu ilişkilere eşlik eden rasyonel olmayan ilişki inançlarını ölçmek amacıyla yürüttükleri bir ölçek geliştirme çalışmasında, bu tür inançların birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız, birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz, her şeyi birlikte yapmalıyız, birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız, birbirimizi değiştirebilmeliyiz, aramızdaki her şey mükemmel olmalı, iyi ilişkilerin sürdürülmesi kolay olmalıdır, romantik ilişkiyi yaşamadan asla tamamlanmış olmayız ve romantik idealizm olarak adlandırdıkları dokuz faktörlü bir yapı elde etmişlerdir.

Aynı ölçeğin Gizir (2012) tarafından gerçekleştirilen Türkçeye uyarlama çalışmasında,“aramızdaki her şey mükemmel olmalı”, “iyi ilişkilerin sürdürülmesi kolay

olmalıdır”, “romantik ilişkiyi yaşamadan asla tamamlanmış olmayız” olarak adlandırılan faktörler dışında bırakan 6 faktörlü bir ölçek yapısı elde edilmiştir.

Kayser ve Himle (1994), rasyonel olmayan ilişki inançlarını sekiz boyutta ve ilişkilerde yakınlık bağlamında ele almıştır. Ayrıca akılcı olmayan inançları diğer araştırmacılardan farklı olarak ilişkilere yönelik değil ilişkide yakınlığa ilişkin inançlar olarak tanımlamıştır. Bu inançlar “ (1) Birisiyle çok fazla yakın olursam, o beni terk edecektir. (2) İlişkimizde herhangi bir tartışma olursa, yakın olmamız mümkün değildir. (3) Yakın olursam, ilişkideki gücümü ve kişisel kontrolümü kaybedeceğim. (4) İlişkimde yaklaşma olmazsa bundan sadece ben sorumluyumdur. (5) yakınlığı başarmak için, gerçekten yakın bir birey olmam için partnerimin istediği her şeyi yapmalıyım. (6) ben iyi bir baba, iyi bir anne ya da iyi bir eş (kendi ihtiyaçlarımı aileminkinden sonra tutarak) olursam, karşılığında yakınlık bulacağım. (7) yakın olabilmem için önce, partnerime karşı çok güçlü bir sevgi duymam gereklidir. (8) ilişkimde partnerimle seks yapmadan yakınlığı deneyimleyemem.” İfadeleriyle sınıflandırılmıştır.

Sprecher ve Metts (1989) literatürde romantizm ideolojisinin göstergeleri olarak tanımlanan inançları ölçmek amacıyla yürüttükleri bir ölçek geliştirme çalışmasında, “aşk bir yol bulur”, “ilk ve tek”, “idealleştirme” ve “ilk görüşte aşk” olarak adlandırdıkları dört faktörlü bir yapı elde etmişlerdir. “Aşk bir yol bulur” faktörü altında aşkın eşler arasındaki tüm farklılık ve görüş ayrılıklarını ortadan kaldıracabileceğine ve tüm sorunları çözebileceğine işaret eden inançlar yer alır. “İlk ve tek” faktörü aşkın bir kez yaşanabileceği ve başkalarıyla bir daha aynı düzeyde bir aşk yaşamının mümkün olmadığı yolundaki inançları kapsar. “İdealleştirme” faktörü ilişki sürecinin mükemmel bir şekilde yürümesi, eşin mükemmel bir sevgili olmasına gibi inançları kapsar. “İlk görüşte aşk” faktörü, insanların doğru kişi ile karşılaştıklarında bunu hemen anlayacakları ve karşıdaki kişinin de kendilerine aşık olacağı yolundaki inançları kapsar.

1.2.1. Rasyonel Olmayan İlişki İnançları ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler

Ellis’in (1962) evlilik sorunlarının temelinde çiftlerin evlilik ilişkileri hakkındaki gerçekçi olmayan beklenti ve inançların yatabileceğine işaret etmesinden bu yana, rasyonel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişki uyumu ve doyumunda oynadığı rol

araştırmacıların ilgisini çeken bir konu olmuştur. (Baucom, Epstein, Sayers ve Sher, 1989). Rasyonel olmayan ilişki inançlarının ilişki uyum ve doyumunda oynadığı rol konusunda yürütülen araştırmaların bir kısmında söz konusu bu iki değişken arasında bir ilişki olup olmadığı incelenirken, bir kısmında da rasyonel olmayan ilişki inançlarının evlilik uyumu ve doyumunu üzerindeki etkisinin ne tür mekanizmalar aracılığı ile gerçekleştiği sorusu üzerinde durulmaktadır (Eidelstein ve Epstein, 1982). Rasyonel olmayan inançlar gerçekçi olmayan ve değişime dirençli düşünce yapılarından oluşmaktadır. Bu inançlara sahip olan bireylerin ilişkilerinde problem yaşama olasılığı yüksektir ve bu olasılık ilişki doyumunu düşürmektedir (Christian, OLeary ve Vivian, 1994).

Cramer (2004) anlaşmazlık yıkıcıdır inancının romantik ve arkadaşlık ilişkilerinde ilişki doyumunu üzerindeki etkisini incelediği bir deneysel araştırmada, anlaşmazlığın yıkıcı olmadığını hayal etmeleri sağlanan katılımcıların romantik ve arkadaşlık ilişkilerinden sağladıkları doyumum hem anlaşmazlığın yıkıcı olduğunu hayal etmeleri sağlanan katılımcılardan hem de kontrol koşulundaki katılımcılardan daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Saraç, Hamamcı ve Güçray (2015) tarafından üniversite öğrencileriyle yürütülen bir araştırmada katılımcıların “aşırı beklentiler”, “farklı düşünmek” ve “cinsiyet farklılıkları” olarak adlandırılan rasyonel olmayan ilişki inancı boyutlarından aldıkları puanların romantik ilişki doyumlarını negatif yönde yordadığını gösteren bulgular elde edilmiştir. Araştırmacıların kullandıkları ölçme aracında, aşırı beklentiler boyutunda, her ihtiyaç duyulduğunda eşin yanında olması, eşlerin maddi manevi her şeyi paylaşmaları gibi beklentilere, farklı düşünmek boyutunda eşlerin farklı görüşlerde olmamalarının ilişkiyi zedeleyeceği gibi düşüncelere, cinsiyet farklılıkları boyutunda ise kadın ve erkeklerin farklı olmalarının sorunlara yol açacağına ilişkin görüşlere işaret eden maddeler yer almaktadır.

Van der Zee ve Hembrecht (2009) romantik ilişki doyumunu düşük, romantik ilişki doyumunu yüksek ve romantik ilişkisi bulunan ve bulunmayan katılımcıları karşılaştırdıkları bir araştırmada “anlaşmazlık yıkıcıdır”, “eşler değişemez” boyutlarının romantik ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını bulmuşlardır. Ayrıca, ilişki doyumunu düşük olan ve

romantik ilişkisi bulunmayan katılımcıların “anlaşmazlık yıkıcıdır”, “eşler değişmez” ve “cinsiyetler farklıdır” boyutlarındaki rasyonel olmayan inanç puanlarının ilişki doyumu yüksek olan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra, romantik ilişkisi bulunmayan katılımcıların “cinsel mükemmellik” puanlarının ilişki doyumu yüksek olan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bağlanma stilleri, cinsiyet ve rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği bir araştırmada, Stackert ve Bursik (2003), güveni bağlanan bireylerin daha az rasyonel olmayan ilişki inançlarına sahip olduklarını bulmanın yanı sıra, rasyonel olmayan ilişki inançlarının bağlanma stilleri ve cinsiyetten bağımsız olarak ilişki doyumunu negatif yönde etkilediğini bulmuşlardır. “Anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “cinsiyetler farklıdır” boyutları her iki cinsiyette, “cinsel mükemmellik” boyutu sadece erkeklerde ilişki doyumu ile negatif yönde ilişkili göstermektedir. Benzer şekilde, Slavinskienė ve Žardeckaitė-Matulaitienė de (2012) “Anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “cinsiyetler farklıdır” boyutlarının evlilik doyumunu negatif yönde yordadığını ve güvenli bağlanan bireylerin daha az rasyonel olmayan ilişki inancına sahip olduklarını gösteren bulgular elde etmişlerdir.

Yukarıda sözü edilen araştırmaların yanı sıra, rasyonel olmayan ilişki inançları ile ilişki doyumu arasında ilişki bulunan çok sayıda araştırma vardır. Örneğin, Moller ve Van Zyl (1991) “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “cinsel mükemmellik” boyutlarının, Goodwin ve Gaines (2004) “cinsiyetler farklıdır” boyutunun, Sığırcı (2010) “eşler değişmez” boyutunun, Hamamcı (2005) zihin okuma beklentisi boyutunun evli çiftlerde, Beştav (2007) “anlaşmazlık yıkıcıdır”, “kadın ve erkek birbirini anlayamaz”, “zihin okuma beklentisi” ve “kadın ve erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır” boyutlarının romantik ilişki yaşayan bireylerde ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını gösteren bulgular elde etmişlerdir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmalarda genellikle söz konusu bu iki değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunduğu söylenebilir. Düşük ilişki doyumu ile ilişkili bulunan rasyonel olmayan inanç boyutları bir araştırmadan diğerine değişebilmektedir. Bununla birlikte,

“anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “cinsiyet farklılıkları” boyutları araştırmalarda ortak olarak ilişki doyumuyla ilişkili bulunan değişkenler gibi görünmektedir.

Yukarıda sözü edilen araştırmalar genellikle akılcı duygusal terapi ya da bilişsel-davranışçı tedavi geleneğinden hareketle belirlenen rasyonel olmayan ilişki inançları üzerinde durulmaktadır. Bazı araştırmalarda ise romantizm ideolojisinden kaynaklanan ve aşkı yücelten inançlar olarak tanımlanabilecek inançlarla romantik ilişki doyumları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. “Romantik inançlar” olarak adlandırılan (Sprecher ve Metts,1989)ve “ilk görüşte aşk”, “ruh ikizini bulma”, “aşk bütün sorunların üstesinden gelir” gibi ifadelerle tanımlanan bu tür inançların, romantik ilişkilerde gerçekçi olmayan beklentilere yol açabileceği gerekçesiyle, ilişki doyumunu negatif yönde etkileyebileceği düşünülmüştür (Vannier ve O’sullivan, 2006).Bununla birlikte, araştırmalar genellikle romantik inançlar ile romantik ilişki doyumları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir (rn., Sprecher ve Metts,1999; Vannier ve O’sullivan, 2006).

1.3. REDDEDİLME DUYARLILIğI

Diğer insanlar tarafından reddedilme, ilk anda gerginlik, negatif duygulanım, kaygı, üzüntü, öfke, hayal kırıklığı, düşmanlık gibi duygusal tepkilerle, sürmesi halinde ise benlik değerinin düşmesi, değersizlik, çaresizlik ve saldırganlık gibi sonuçlara yol açan olumsuz bir yaşantıdır (Catanese ve Tice, 2005; Downey ve Feldman, 1996; Twenge, Baumeister, Ticeve Stucke, 2001; Williams, 2001). Reddedilmenin bu tür olumsuz tepki ve sonuçlara yol açmasının temelinde ait olma ihtiyaının tatminine yönelik bir tehdit oluşturması yatar. Birçok kuramya göre ait olma ihtiyaı, yaşam ve güvenlik ihtiyaçlarının tatmin edilmesinin ardından ortaya çıkan güçlü bir evrensel psikolojik ihtiyaçtır (Baumeister ve Leary, 1995; Maslow, 1987). Bu ihtiyaç, bir yandan insanları diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurmak ve sürdürmek için güdülerken, diğer yandan da mevcut ilişkilerine yönelik tehditlere duyarlı kılmaktadır (Pickett ve Gardner, 2005; Spoor ve Williams, 2007).

Reddedilme ipuçlarına duyarlı olma ve reddedilmeden kaçınma ait olma ihtiyaı kaynaklı evrensel bir güdü olmakla birlikte, reddedilme ipuçları algılamaya hazır olma ve bu tür ipuçlarını tepkide bulunma açısından bireysel farklılıklar vardır (Romero-Canyas ve

Downey, 2005). Bazı insanların belirsiz, hayali ya da reddetmeyle ilişkili olmayan iyi niyetli sosyal ipuçlarını bile reddedilme olarak algılamasına karşı, diğerleri reddedilme ipuçlarını daha doğru muhakeme edebilmektedir. Bireyler reddedilmeye karşı verdikleri tepkiler açısından da çeşitlilik göstermektedir. Kimileri bu durumu sakin karşılarken, diğerleri için psikolojik sağlık ve sosyal ilişkilerini sarsacak kadar uç tutumlara yol açabilmektedir (Downey ve Feldman, 1996).

Feldman ve Downey (1994) reddedilme ipuçlarını algılamaya hazır olma ve reddedilmeye aşırı tepki verme eğilimine işaret etmek için reddedilme duyarlılığı kavramını kullanmışlardır. Reddedilme duyarlılığını hedefi reddedilmeden kaçınma olan bir güdüsel savunma sistemi olarak düşünen bu araştırmacılar, bu sistemin bireylerin sosyal ortamlardaki davranışlarını negatif yönde etkileyebilecek bilgi kodlama yanlışlıklarına, beklentilere, davranış planlamalarına yol açabileceğini belirtmişlerdir. Buna bağlı olarak da reddedilme duyarlılığı terimini kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde bulunan, reddedilme algılamaya hazır olan ve reddedilmeye aşırı tepki veren bireylere işaret etmek için kullanmışlardır.

Downey ve Feldman (1996), başta Bowlby olmak üzere, bireylerin kişilik oluşumlarının ilk çocukluk dönemindeki kişilerarası ilişkilerinin niteliği tarafından belirlendiğini savunan Horney, Sullivan, Erikson gibi kuramcılarının görüşlerinden hareketle, reddedilme duyarlılığının temelinde ilk çocukluk döneminde gerçekleşen reddedilme yaşantılarının yattığını savunmaktadır. Daha önce de belirtildiği gibi, bağlanma kuramına göre, birincil bakıcılarının sağladığı bakımın kalitesine ve ihtiyaçlarına duyarlı olma derecesine bağlı olarak, çocuklar kendilerine ve içinde yaşadığı dünyaya ilişkin zihinsel temsiller oluşturur. Birincil bakıcı güvenilir ve duyarlı olduğu takdirde, çocuk diğer insanların da kendisini kabul edeceği yolundaki inançları da içeren güvenli içsel çalışan modeller, güvenilir ve duyarlı olmaması durumunda ise çocuk diğer insanların kendisini kabul etmeyeceği yolunda inançlar içeren güvensiz içsel çalışan modeller geliştirecektir. Güvenli olmayan içsel çalışan modeller yetişkin ilişkilerine insanlara güven duymama ya da çelişkili duygular hissetme şeklinde yansıyacaktır.

Downey ve Feldman'a (1996) göre, ebeveynlerinin ihtiyaçlarına duyarsız olmaları ya da ihtiyaçlarını karşılamayı reddetmeleri, çocukların, ihtiyaç duyduklarında kendileri

açısından önem ve anlam taşıyan kişilerin gerekli desteği vermeyi reddedebilecekleri yolunda bir beklenti geliştirmelerine ve reddedilmeden kaçınmayı önemli bir hedef haline getirmelerine yol açar. Buna bağlı olarak da, kendileri açısından önemli olan kişilere ihtiyaçlarını dile getirirken reddedilme beklentisinin yarattığı bir kaygı yaşarlar. Reddedilme beklentisinin yarattığı bu kaygı çocukların reddedilme ipuçlarına karşı aşırı derecede duyarlı hale gelmelerine ve reddedilmeye ilişkin her türlü ipucunu maksatlı bir reddedilme eylemi olarak değerlendirmelerine yol açar.

Reddedilme duyarlılığı konusunda çalışan araştırmacılar, başlangıçtan itibaren, çocuğun birincil bakıcısıyla olan ilişkisinin niteliğine bağlı olarak şekillenmeye başlayan reddedilme duyarlılığının, tıpkı yaşamın ilk yıllarında oluşan bağlanma stillerinin yetişkinlik dönemine taşınması gibi, yetişkinlik dönemine taşınarak bireyin psikolojik süreçlerini ve sosyal ilişkilerini etkilemeye devam edeceğini öne sürmüşlerdir (Feldman ve Downey, 1994; Downey ve Feldman, 1996; Romero-Canyas ve Downey, 2005).

Romero-Canyas ve Downey (2005) göre reddedilme duyarlılığını sosyal ipuçlarına duyarlı bir güdüsel sistem olarak düşünmek mümkündür. Bu sistemin hedefi reddedilmeden kaçınma ve sosyal kabul görmeyi sağlamaktır. Ancak, bir reddedilme tarihçesi sonucunda gelişmesi nedeniyle, bu sistem reddedilmeden kaçınma ve sosyal kabul görme açısından uygun olmayan düşünce, duygu ve davranışlar üretmektedir. Örneğin, reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireyler, reddedilme ipuçlarına en uygun ya da ilişkiye en az zarar verecek tepkinin ne olacağı üzerinde düşünmeksizin, adeta otomatik bir biçimde tepki verirler. Duygusal ve davranışsal düzeyde gerçekleşen bu tepkiler, büyük bir olasılıkla kaygıyla beklenen reddedilme durumunun gerçekleşmekte olduğu korkusunun sonuçlarıdır. Öfke, düşmanlık, üzüntü, kıskançlık, saldırganlık, insanları kendinden uzaklaştırma ya da içe kapanma, reddeden kişiden desteği çekme, reddeden kişinin davranışlarını kontrol etmeye çalışma(Downey ve Feldman, 1996;

Leary, Twenge, ve Quinlivan, 2006; Romero-Canyas ve Downey, 2005; Romero-Canyas, Downey, Berenson, Ayduk ve kang, 2010) ya da algılanan reddedilmeyi önlemeyeyönelik aşırı bir çaba içine girme bu tepkilerden bazılarıdır (Maner, DeWall, Baumeister ve Schaller, 2007; Romero-Canyas ve Downey, 2005). Bu tepkilerden

hangilerinin verileceği bireysel ve durumsal birçok etken tarafından belirlenmektedir (Williams, 2001).

Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin yaşadıkları reddedilme kaygısının yol açtığı biliş, duygu ve davranışlar, reddedilmeyi önleme açısından işlevsel olmamalarının yanı sıra, birçok durumda bir tür kendini gerçekleştiren kehanet durumu yaratarak reddedilmede riskini de arttırmaktadır. Örneğin, algılanan reddedilme ipuçları karşısında yaşanan düşmanca duygular ve sergilenen saldırgan davranışlar büyük bir olasılıkla gerçek birer reddedilmeyle sonuçlanmaktadır. Benzer şekilde, reddedilme duyarlılığı yüksek bazı çocukların reddedilme durumu yaşamamak için kendi içlerine kapanmaları, sosyal ilişkiler kurma ve dolayısıyla sosyal kabul görme ya da olumlu ilişkiler kurmak için gerekli olan sosyal becerileri kazanma fırsatlarını kaçırmalarına neden olmaktadır (Romero-Canyas ve Downey, 2005).

1.3.1. Reddedilme Duyarlılığı ve Romantik İlişki Doyumu

Reddedilme duyarlılığının belirleyici özelliği sosyal ilişkilerde kaygılı bir reddedilme beklentisine yol açmasıdır. Downey ve Feldman' (1996) göre ilişkilerinde sürekli olarak reddedilme kaygısı yaşayan bir birey ilişki içinde olduğu kişinin her türlü düşüncesiz davranışını bilinçli bir reddetme olarak yorumlaya, ilişkilerinde kendisini güvensiz ve mutsuz hissetmeye ve reddedilme ya da reddedilme tehdidi algıladıkları durumlarda olumsuz duygular yaşamaya ve eşlerine karşı olumsuz davranışlar sergilemeye yatkın olacaktır. Yapılan çok sayıda araştırma, reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin reddedilme ipuçları algılamaya hazır olduklarını, normal koşullarda reddedilme olarak algılanmayacak olan davranışları reddetme olarak değerlendirdiklerini ve reddedilme algıladıklarında öfke ve düşmanlık sergilediklerini göstermektedir (Galliher ve Bentley, 2010;Murphy ve Russel, 2016;Romero-Canyas, Downey, Berenson, Ayduk ve Kang, 2010). Dolayısıyla, reddedilme duyarlılığının romantik ilişki doyumunu negatif yönde etkileme olasılığı yüksek gibi görünmektedir.

Downey ve Feldman (1996) dört araştırmadan oluşan bir çalışmada, bir reddedilme duyarlılığı ölçeği geliştirmenin yanı sıra, reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerin belirleyici özelliği olan kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde olmanın bireyin

(a)diğerlerinin niyeti açık olmayan davranışlarını bir reddetme olarak algılamaya eğilimli kılıp kılmayacağı, (b) yeni başlayan bir romantik ilişkide partnerinin duyarsız davranışlarını bilinçli bir reddetme olarak yorumlamasına yol açıp açmayacağı ve (c) reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin hem kendilerinin ve eşlerinin romantik ilişki doyumlarının düşük olup olmadığı sorularına yanıt aranmıştır. Elde edilen sonuçlar kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde olmanın bireylerin diğerlerinin niyeti açık olmayan davranışlarını ile yeni romantik partnerlerinin duyarsız davranışlarını bilinçli bir reddetme olarak yorumladıklarını ve reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin kendilerinin ve eşlerinin romantik ilişki doyumlarının düşük olduğunu göstermiştir. Hurley, Field, ve Bendell-Estof (2012) Afganistan ve Irak'ta görev yapan 129 askerin eşleriyle yürüttükleri bir araştırmada, reddedilme duyarlılığı ile evlilik uyumu arasında negatif yönde ilişki bulmuşlardır.

Kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde olmanın yol açtığı duygusal ve davranışsal tepkiler nedeniyle, reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireyler arasında boşanma ya da romantik ilişkinin sona erme oranı daha yüksektir. Örneğin, Downey, Freitas, Michaelis ve Khouri, (1998) ilişkileri en az 6 aydır devam eden çiftlerle yürüttükleri boylamsal bir araştırmada, bir yıl içinde ilişkileri sonlanan reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerin sayısının ilişkisi sonlanan reddedilme duyarlılığı yüksek katılımcılardan yaklaşık üç misli fazla olduğunu gözlemlemişlerdir.

Reddedilme duyarlılığı ile romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların yanı sıra, bazı araştırmalarda farklı değişkenlerle romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı/düzenleyici rolü ya da reddedilme duyarlılığı ile romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkilerde bazı değişkenlerin aracı rolü üzerinde durulmuştur. Örneğin, Zangl (2011) tarafından yürütülen bir araştırmada AIDS hastası ve HIV taşıyıcılarında damgalanma algısı ile romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkilerde reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolü incelenmiştir. Bulgular, reddedilme duyarlılığı ile ilişki doyumunu arasında doğrudan bir ilişki bulunduğunu, ancak reddedilme duyarlılığının damgalanma algısı ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkide düzenleyici bir rolünün bulunmadığını göstermiştir. Bozkuş ve Araz (2015) narsisizm ile evlilik uyumu arasındaki ilişkilerde reddedilme duyarlılığının aracı rolünü inceledikleri bir araştırmada,

reddedilme duyarlılığın bu iki değişken arasındaki ilişkide tam aracılık rolü oynadığını gösteren bulgular elde etmişlerdir.

Galliher ve Bentley (2010), ergenlerde reddedilme duyarlılığı ile saldırganlık ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerde, çiftlerin problem çözme görevi yaparken yaşadıkları çatışma ve alaycı tavırlara ilişkin değerlendirmelerinin aracı rolünü inceledikleri bir araştırmada, reddedilme duyarlılığının romantik ilişki doyumu ile negatif, saldırganlık ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Araştırmacılar, ayrıca, reddedilme duyarlılığı yüksek katılımcıların daha fazla çatışma ve alaycı tavır algıladıklarını ve algılanan çatışma ve alaycı tavırların reddedilme duyarlılığı ile saldırganlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkilerde aracı rol oynadığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde, Norona, Salvatore, Welsh ve Darling (2014) reddedilme duyarlılığı yüksek olan ergenlerin romantik ilişki partnerlerinin kendileriyle olan etkileşimleri sırasındaki davranışlarında, bağımsız gözlemcilerle kıyasla, daha fazla tartışmacı tavır algıladıklarını gösteren bulgular elde etmişlerdir.

1.4. İYİMSERLİK

Başlangıçta sağlık psikolojisi alanında yapılan çalışmalarla gündeme gelen ve sağlık davranışları ve stresle ilgili fizyolojik süreçler aracılığı ile fiziksel ve psikolojik sağlık üzerinde olumlu etki yaptığı düşünülen iyimserlik, son yıllarda kişiler arası ilişkiler bağlamında da incelenmeye başlanmıştır (Cerver ve Scheier, 2014). Değişik araştırmacılar tarafından değişik bağlamlarda kullanılan ve farklı anlamlar taşıyan birçok iyimserlik türü vardır. Eğilimsel iyimserlik, bir açıklama (yükleme) biçimi olarak iyimserlik, gerçekçi olmayan iyimserlik, durumsal iyimserlik bunlardan bazılarıdır (Cerver ve Scheier, 2014).

Yükleme kuramı temelli bir kavram olan açıklama biçimi, insanların davranışlarının olumsuz sonuçlarına nedenlerini belirli bir yönde açıklama eğilimine işaret eder (Peterson ve Seligman, 1984; Peterson, Seligman ve Vallent 1988). Bazı bireyler davranışlarının olumsuz sonuçlarını içsel, değişmez ve genel etkenlere yükleme eğilimi gösterirler. Bu eğilim depresif açıklama biçimi olarak adlandırılır (Seligman, Abramson, Semmel ve von Baeyer, 1979) ve kötümserliğin bir belirtisi olarak kabul edilir. Bazı bireyler ise,

davranışların olumsuz sonuçlarını dışsal, değişebilir ve duruma özgü (özel) nedenlerle açıklama eğilimindedirler. Bu eğilim ise iyimserliğin bir göstergesi olarak kabul edilir. Açıklama biçimi modeli daha çok davranışların olumsuz sonuçlarına ilişkin açıklamalarla ilgilenmektedir. Bununla birlikte, depresif açıklama biçiminin olumlu sonuçların dışsal, değişebilir ve durumsal nedenlerle açıklama eğilimini de kapsayabileceği belirtilmektedir (Peterson ve Seligman, 1984).

İyimserlik yanlılığı, savunmacı iyimserlik gibi değişik isimlerle de adlandırılan gerçekçi olmayan iyimserlik, nesnel ölçütlerin gösterdiğinden fazla olumlu sonuçlar bekleme şeklindeki genel bir insan eğilimine işaret eder (Cerver ve Scheier, 2014). Bir başka anlatımla gerçekçi olmayan iyimserlik yaşam süreci boyunca karşılaşılabilecek olumlu olayların ortaya çıkma olasılığını gerçekte olabilme olasılığından daha yüksek, olumsuz olayların ortaya çıkma olasılığını gerçekte olabilme olasılığından olabileceğinden daha düşük olarak algılama eğilimidir (Ulusoy ve Duy, 2013). Gerçekçi olmayan iyimserliğin yaygın bir inanç biçimi olduğu ve bu biçimde düşünen insanların oranının % 95'in üzerinde olduğu belirtilmektedir (Türküm, 1999). Shepperd, Klein, Waters ve Weinstein (2013) iki tür gerçekçi olmayan iyimserlik ayırt etmektedir; bunlar gerçekçi olmayan mutlak iyimserlik ve gerçekçi olmayan karşılaştırmalı iyimserliktir. Gerçekçi olmayan mutlak iyimserlik, mutlak bir olasılık ölçeği üzerinde yapılan değerlendirmelere göre, kötü olayların gerçekleşme olasılığını olduğundan daha az, iyi olayların gerçekleşme olasılığının deha fazla gerçekleşeceği yolundaki kişisel bir inanca işaret eder. Gerçekçi olmayan karşılaştırmalı iyimserlikte ise, birey kendisinin olumlu olaylarla karşılaşma olasılığını diğerlerine göre daha yüksek bulurken, olumsuz olaylarla karşılaşma olasılığını diğerlerinden daha düşük olarak görmektedir. Birey burada kendisinin iyi ya da kötü olaylarla karşılaşma olasılığını mutlak bir ölçüte göre değil, bir sosyal süreci ile değerlendirmektedir.

İyimserlikle ilgili bir diğer kavram olan durumsal iyimserlik ise, belirli bir bağlam, durum ya da ortam için geçerli olan genellenmiş olumlu sonuçlar bekleme eğilimine işaret eder (Cerver ve Scheier, 2014).

Bu araştırmada ele alınan iyimserlik, eğilimsel iyimserlik olarak kavramsallaştırılan iyimserlik türüdür. Bir kişilik özelliği olarak düşünülen eğilimsel iyimserlik, gelecekte

kötü (istenmedik) şeylerden çok iyi (istendik) şeylerin gerçekleşeceğine ilişkin genellenmiş, görelî olarak durağan ve zaman ve ortamdaki bağımsız olarak var olan bir beklenti olarak tanımlanmaktadır (Scheier and Carver, 1985; Brissette, Scheier ve Carver, 2002; Wrosch ve Scheier 2003). İyimserlik temelde bilişsel bir yapı olmakla birlikte, sadece soğuk bir bilişten ibaret olmayıp (Peterson, 2000), bireyin çaba göstermesini sağlayan güdüleyici bir yönü de vardır (Cerver ve Scheier, 2014; Peterson, 2000). Diğer yandan, Peterson'a (2000) göre, hissedilen bir şey olması anlamında iyimserliğin duygusal bir boyutunun da bulunduğunu söylemek mümkündür.

Cerver ve Scheier'e (2014) göre, eğilimsel iyimserlik ile diğer iyimserlik türleri arasında temel bazı farklılıklar vardır. Açıklama biçimi temelli iyimserlikte birey bir başarısını değişmez bir bireysel etken (örn., yetenek) ya da başarısızlığını değişebilir bir dışsal etkenle (örn., şans) açıkladığı için ileride başarısının tekrarlanacağını, başarısızlığın ise tekrarlanmayacağı yolunda beklenti oluşturmaktadır. Eğilimsel iyimserlikte ise, birey istenmedik sonuçlardan çok istendik sonuçların gerçekleşeceğine ilişkin beklentilerini herhangi bir neden üzerine temellendirmez. Bir bireyin iyimser olarak nitelendirilmesi için, hangi gerekçelerle olumsuzdan çok olumlunun gerçekleşeceğini beklediğini açıklayabilmesi gerekli değildir; önemli olan buna inanmasıdır. Örneğin, bir birey kendi yeteneklerinden çok emin olduğu için ya da diğerlerinin kendisini sevdiğini ve kolladığını düşündüğü için iş yaşamında başarılı olacağına inanabilir. Eğilimsel iyimserlik ile durumsal iyimserlik arasındaki fark ise, durumsal iyimserliğin belirli durum, ortam ya da olay için geçerli olması, eğilimsel iyimserliğin ortam, durum ya da olaylardan bağımsız olarak var olmasıdır.

Carver, Scheier ve Segerstrom, (2010) göre kişilik özelliği ya da eğilimsel iyimserlik kavramı beklenti- değer kuramıyla bağlantılıdır. Değer odaklı davranışlarda bulunma ve hedefe ulaşmak için beklentiye sahip olmayı içeren beklenti- değer kuramına göre, kişi davranışlarını çekici gelen hedefe ulaşmak üzere yönlendirir. Harcanan çaba hedefin çekiciliğine göre artar. Beklenti düzeyi ise çekici hedefe ulaşmada önemli bir etkidir. İnsanlar hedefe ulaşma konusunda düşük beklentiye sahip olduklarında harekete geçmek için yeterli güdülenme düzeyine ulaşamaz, bu nedenle de vazgeçmeye eğilimli olurlar.

Değerli hedeflerine ulaşacaklarına ilişkin beklentileri olan iyimser insanlar, bir engelle karşılaştıklarında dahi genellikle motivasyonlarını kaybetmez, çaba harcamaya devam ederler (Brisette ve ark., 2002). İyimser insanlar hedeflerinin gerçekleşeceğine dair tereddüt yaşamazlar. Güç bir durumla karşı karşıya kaldıklarında alternatif çözümler bulmada başarılıdır ve işlerini bitirmeye yönelik güçlü bir motivasyona sahiptirler. İyimser insanlar karşılaştıkları zorluklardan daha etkili başa çıkabildikleri için hedeflerine ulaşmada gösterdikleri kararlılık kötümser insanlardan daha iyidir (Carver, Scheier ve Weintraub, 1989). İyimser bireylerin sorunlarla nasıl yüzleşmeleri, ele aldıkları ve başa çıkarken kullandıkları strateji ve kaynaklar bakımından kötümserlerden farklılık gösterirler (Carver ve ark., 2010).

1.4.1. İyimserlik ve Romantik İlişki Doyumu

Romantik İlişki Doyumu ile iyimserlik arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda genellikle iyimser bireylerin ilişkilerinde daha az ayrılık deneyimlediklerini ve romantik ilişkilerinden daha fazla doyum aldıklarını gösteren bulgular elde edilmiştir (Abend ve Williamson, 2002). Örneğin, Dicke (1997) iyimser-iyimser, kötümser-kötümser ve iyimser-kötümser çiftlerde romantik ilişki doyumu ve çatışma çözme stratejilerini incelediği bir çalışmada, eşlerden ikisinin de iyimser olduğu çiftlerin romantik ilişki doyumunun hem ikisinin de kötümser hem de birinin iyimser diğerinin kötümser olduğu çiftlerden daha yüksek olduğunu ve bu çiftlerin daha yapıcı çatışma çözüm stratejileri kullandıklarını bulmuştur. Ayrıca, bu çalışma kapsamında yürütülen bir diğer araştırmada, insanların kendi iyimserlik düzeylerinden bağımsız olarak iyimser bireyleri romantik eş olarak tercih ettikleri görülmüştür. Chan (2011) tarafından yapılan bir başka araştırmada ise, iyimserliğin romantik ilişki doyumunu olumlu yönde yordadığı, ancak eşlerin iyimserlik düzeyleri arasındaki benzerliğin ilişki doyumu açısından anahtar bir rolünün olmadığı bulunmuştur.

Terveer ve Wood (2014) ulusal veri tabanından elde ettikleri bir örnekleme bireylerin eğilimsel iyimserlik düzeylerinin kendilerinin ve eşlerinin romantik ilişki doyumları üzerindeki etkisini incelemiştir. Elde edilen bulgular kadınların iyimserlik düzeylerinin hem kendilerinin hem de eşlerinin ilerleyen yıllardaki romantik ilişki doyumunu

etkilediğini, ancak erkelerin iyimserlik düzeylerinin ne kendilerinin ne de eşlerinin ilerleyen yıllardaki romantik ilişki doyumu üzerinde bir etkisinin bulunmadığını göstermiştir.

Neff ve Geers (2013) yeni evli çiftlerde eğilimsel iyimserlik ve ilişkiye özel iyimserlik ile evlilikle ilgili sorun çözüm stratejileri ve ilişki doyumu arasındaki ilişkileri incelemiş ve eğilimsel iyimserlik boyutunda yüksek olan bireylerin, evliliğin ilk yılında, daha pozitif ve yapıcı sorun çözme stratejileri kullandıklarını ve başlangıçtaki ilişki doyum düzeylerinde bir düşüş yaşamadıklarını bulmuşlardır. Buna karşı ilişkiye özel iyimserlik boyutunda yüksek olan bireylerin evlilik çatışmalarında daha az yapıcı problem çözme davranışı sergiledikleri ve evliliğe ilişkin iyi oluş algılarında keskin düşüşler yaşadıkları görülmüştür. İyimser bireylerin daha yapıcı çatışma çözümü davranışları sergilediklerini ve ilişki doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğunu gösteren bulgular başka araştırmacılar tarafından da rapor edilmiştir (Abend ve Williamson, 2002; Assad, Donnellan ve Conger, 2007; Fowers, Lyons ve Montel, 1996; Srivastava, McGonigal, Richards, Butler ve Gross, 2006)

İyimserliğin romantik ilişki doyumu üzerindeki olumlu etkisinin nedenlerine ilişkin değişik açıklamalar önerilmektedir. Bu açıklamalardan birisi, iyimserlerin çatışma ve sorunlara yaklaşım biçimleriyle ilgilidir. İyimser bireyler ilişki çatışmalarına daha yapıcı ve pozitif biçimde yaklaşmakta, bu da ilişki sorunlarının büyümeden çözülmesine yardımcı olmaktadır (Assad ve ark., 2007). İyimserlerin doyumunun artmasına katkıda bulunan bir diğer etken genellenmiş olumlu beklentileridir. Scheier ve Carver'in (1998) davranışsal kendini düzenleme modeline göre zorluklarla karşılaşılan durumlarda iyimserlik hedefe yönelik davranışının sürdürülmesine yardımcı olur. Beklenti- değer modeli de bu durumu benzer önermelerle desteklemektedir (Srivastava ve Angelo, 2009). Bu modele göre, iyimser bir bireyin genelleştirilmiş olumlu beklentileri zor durumlarda bile hedefe ulaşma olasılığını arttırmaktadır. Örneğin; iyimser bireyler ilişki boyunca gerçekleşen çatışmalarda bu durumun başarıyla çözüleceğini beklemektedir. Çatışmadan kaçmanın ilişkiye büyük zarar verdiği düşünülmektedir. İyimserlerin kaçmanın yerine problemleri daha esnek, yapıcı ve partnerleriyle işbirliği halinde çözmeleri doyumu arttırmaktadır.

İyimserliğin dolaylı olarak da ilişki doyumuna katkıda bulunabileceği düşünülmektedir. İyimserler kötümserlerden daha iyi olarak değerlendirilmekte ve daha sempatik olarak algılanmaktadır(Carver, Kus ve Scheier, 1994). Bu nedenle iyimserler daha geniş bir sosyal ilişki ağına sahiptirler. İyimserler güç durumlarda geniş sosyal bağlantılar sayesinde diğer insanlardan daha çok destek görürler. İyimser partnerler de diğerlerine destek olmada çok daha fazla gönüllüdür ve bu yüzden kendi hayatlarından ve ilişkilerinden daha çok doyum alan konumdadırlar. Bu nedenle iyimser partnerlerinin rollerinin ilişki doyumu üzerindeki iyimserlik etkisini düzenlediği sonucu çıkarılabilir (Chan, 2011).

Srivastava ve arkadaşları (2006) olumlu beklenti içinde olmaları nedeniyle, iyimserler eşlerinin kendilerine sağladığı desteği gerçekte olduğundan fazla algıladıklarını, bunun da eşlerinden duydukları memnuniyet ve dolayısıyla ilişki doyumlarını arttırdığını belirtmektedir. İyimserlik bireylerin ilişki doyumlarının yanı sıra eşlerinin ilişki doyumunu da arttırmaktadır. Aslında ilişki doyumu iki partner için de birbirinden bağımsız değildir. Beklenti - değer kuramı çerçevesinden ele alacak olursak iyimserlerin partnerleri de iyimserlerle yaşanan anlaşmazlıklarda aynı yapıcı davranışlarda bulunurlar ve partnerleriyle aynı esneklikte karşılıklı olarak problem çözme sorumluluğunu üstlenirler (Srivastava ve Angelo, 2009). Sonuç olarak iyimserlik düzeyi ne olursa olsun, iyimserler gibi iyimserlerin eşleri de problemlerin çözümü sürecinde ve sonrasında ilişkiden doyum sağlar.

1.5. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU, RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİKTE YAŞ VE CİNSİYETE BAĞLI FARKLILIKLAR

Romantik ilişki doyumu, rasyonel olmayan ilişki inançları, reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin birçok değişkenle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu değişkenler arasında demografik değişkenler, özellikle de yaş ve cinsiyet önemli bir yer tutmaktadır. Bu nedenle, romantik ilişki doyumu ile rasyonel olmayan ilişki inançları ve iyimserlik arasındaki ilişkilerin yanı sıra, bu üç değişkenin her birinin yaş ve cinsiyetle ilişkisini inceleyen çok sayıda araştırma yürütülmüştür.

1.5.1. Romantik İlişki Doyumunda Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları

Romantik ilişkilerin, özellikle de evliliğin kadın ve erkelere farklı düzeylerde avantaj sağlaması nedeniyle romantik ilişki doyumunu açısından cinsiyete bağlı farklılıkların bulunması gerektiğini öne sürmüştür (Fowers,1991). Romantik ilişki duyumunda cinsiyet farklılıklarının olması gerektiğini öne süren araştırmacılara göre, evlilikte erkeklerin daha avantajlı bir konumda olmaları kadınların daha düşük düzeyde evlilik doyumunu yaşamasına yol açmaktadır. Bu görüşü uygun olarak, birçok araştırmacı kadınların ilişki doyumlarının daha düşük olduğunu gösteren bulgular rapor etmiştir (Fowers, 1991; Çakırlar, 2012; Jackson, Miller, Oka ve Henry, 2014; Schumm, Webb ve Bollman, 1998; Shek, 1995).

Romantik ilişki doyumunda cinsiyet farklılıklar konusunda yürütülen araştırmalarda çoğunlukla kadınların ilişki doyumlarının daha yüksek olduğunu gösteren bulguların elde edildiği belirtilmektedir (Fowers, 1991; Jackson ve ark., 2014). Bununla birlikte, aksi yönde bulguların elde edildiğini ya da kadın ve erkeklerin ilişki doyumları arasında herhangi bir farkın bulunmadığını gösteren azımsanmayacak sayıda araştırma vardır. Örneğin, Goel ve Narang (2012) Hindistan'da 150 kadın ve 150 erkek katılımcıyla yürüttükleri bir araştırmada, kadınların evlilik uyumu düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde, Çakmak-Tolan (2015) 292 kadın ve 364 erkek katılımcıyla, ülkemizde yürüttüğü bir çalışmada kadınların evlilik uyum düzeyinin daha yüksek olduğunu gösteren bulgular elde etmiştir. Buna karşı, bazı araştırmacılar romantik ilişki doyumunu açısından cinsiyete bağlı farklılık bulamadıklarını bildirmişlerdir (Denli, 2016; Tucker ve Horowitz, 1981; Yıldız, 2013). Örneğin, Beştav (2007) 322 kadın ve 264 erkek üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmasında kadın ve erkek katılımcıların romantik ilişki doyumunu düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulmamıştır.

Fowers(1991), evliliğin psikolojik sağlık açısından erkelere daha fazla yarar sağladığını gösteren araştırmalardan hareketle, evliliğin psikolojik sağlık üzerindeki olumlu etkisinin temelinde erkelere avantaj sağlayan evlilik ilişkilerinin yatabileceğini belirtmektedir. Bu araştırmacıya göre, eğer bu sav doğru ise, bunun erkeklerin ve kadınların evlilik doyumuna yansması beklenir. Buna rağmen, bazı araştırmalarda evlilik doyumunu açısından cinsiyetler arasında fark bulunmamasının ya da kadınların evlilik doyumunun

daha yüksek olduğunun bulunmasının başka nedenlerinin olması gerekir. Fowlers'e göre, en olası nedenler kullanılan ölçüm araçlarının cinsiyet farklılıklarını belirlemede yetersiz olması ve/veya örneklem yetersizliğidir.

Cinsiyet ile romantik ilişki doyumu arasında doğrudan ilişki arayan araştırmaların yanı sıra, bazı araştırmalarda bu iki değişken arasındaki ilişkide aracı ya da düzenleyici olarak rol oynayabilecek değişkenler üzerinde durulmuştur. Örneğin, Boerner, Jopp, Carr, Sosinsky ve Kim (2014) evliliğin olumlu yönlerine ilişkin olarak yapılan değerlendirmelerin hem kadınlarda hem de erkeklerde ilişki doyumunu pozitif yönde yordadığını, olumsuz yönlerine ilişkin olarak yapılan değerlendirmelerin ise ilişki doyumunu sadece erkeklerde negatif yönde yordadığını bulmuşlardır. Jackson ve arkadaşları (2014) evlilik terapisi alan ve almayan gruplarla yürütülen araştırmaların dahil edildiği meta analiz çalışmasında, sadece terapi alan kadın katılımcıların evlilik doyumlarının terapi alan erkek katılımcılardan düşük olduğu sonucuna varmışlardır. Bazı araştırmacılar ise cinsiyet ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide evlilik süresinin aracı rolü bulunduğunu belirtmişlerdir. Örneğin, Houseknecht ve Macke(1981) evlilik süresi arttıkça kadınların ilişki doyumunun azaldığını, erkeklerin evlilik doyumlarının ise arttığını gösteren bulgular rapor etmiştir.

Yaş ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin konu edildiği araştırmalarda, bir yandan doğrudan doğruya bu iki değişken arasındaki ilişkiler üzerinde durulurken, diğer yandan da evlenme yaşının evlilik çatışmaları ve boşanma üzerindeki etkisinin incelendiği görülmektedir. Yaş ile evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmaların sonuçları arasında tutarsızlıkların olduğu görülmektedir. Örneğin, orta yaşlı (40-50) ve yaşlı (60-70) çiftlerin evlilik doyumları açısından karşılaştırıldığı iki araştırmada yaşlı çiftlerin doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Henry, Berg, Smith, ve Florsheim, 2007; Levenson, Laura, Carstensen ve Gottman,1993). Buna karşı, Taşköprü (2013) yaşları 21 ile 70 arasında değişen katılımcılarla yürüttüğü araştırmasında 21-30 yaş grubunun evlilik doyumlarının 41-50 ve 51-60 yaş gruplarından, 41-50 yaş grubunun evlilik doyumunun ise 51-60 yaş grubundan daha yüksek olduğu bulmuştur. Bu bulgular yaş ile evlilik doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olabileceğine işaret etmektedir. Bezer şekilde, Jose ve Alfons (2007) yaşları 21 ile 60 ve üzeri arasında değişen katılımcılarla yürüttükleri araştırmalarında, evlilik

doyumunu da kapsayan genel yaşam doyumunda yaşla birlikte azalma olduğunu bulmuşlardır. Romantik ilişki doyumunun yaşla pozitif ya da negatif yönde ilişkili olduğunu gösteren araştırmaların yanı sıra, bu iki değişken arasında bir ilişki bulunmadığını gösteren çok sayıda araştırma bulunmaktadır. (Denli, 2016; Duran-Bozkurt, 2014; Şimşek, 2014; Tucker ve Horowitz, 1981; Tufan-Çetin, 2010; Yıldız, 2013).

Yaş ile romantik ilişki doyumunu bağlamında sıklıkla üzerinde durulan evlenme yaşı-evlilik doyumunu ilişkisi konusunda yürütülen araştırmaların sonuçları görece olarak tutarlı gibi görünmektedir. Bu araştırmaların sonuçlarına göre, evlenme yaşı ile ilişki doyumunu arasında pozitif, boşanma olasılığı ile negatif yönde ilişkili bulunmaktadır. (Alder, 2010; Booth and Edwards, 1985; Heaton, 2002). Erken yaşlarda evlenmenin evlilik doyumunu üzerindeki olumsuz etkisinin nedenlerine ilişkin değişik açıklamalar önerilmiştir. Örneğin, Booth ve Edwards (1985) genç evliliklerde yaşanan sorun, doyumsuzluk ve boşanmaların evlilik rollerine ilişkin performansının düşük olmasından kaynaklandığını belirtmişlerdir Alder (2010) ise, eş rolünün gereklerinin yerine getirilmesindeki başarısızlığın yanı sıra, hamile kalma nedeniyle evlenme, sosyo-ekonomik düzeyin düşük olmasının da genç evliliklerde yaşanan sorunlara katkıda bulunabileceğini öne sürmüştür.

1.5.2. Rasyonel Olmayan İlişki İnançlarında Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları

Toplumsal cinsiyet rollerine uygun olarak toplumsallaşmaları nedeniyle kadın ve erkeklerin rasyonel olmayan ilişki inançlarını benimseme düzeylerinde ya da benimsedikleri inanç türlerinde farklılıklar olabileceği düşünülmektedir (Sprecher ve Toro-Morn, 2002). Stackert ve Bursik, 2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009). Bu nedenle, kadın ve erkekleri rasyonel olmayan ilişki inançları açısından karşılaştıran birçok araştırma yürütülmüştür. Bu araştırmaların çoğunda akılcı duygusal terapi ya da bilişsel-davranışçı tedavi geleneğinden hareketle belirlenen rasyonel olmayan ilişki inançları üzerinde durulmakla birlikte, romantik inançları açısından cinsiyet farklılıklarını inceleyen araştırmalar da vardır.

Rasyonel olmayan ilişki inançları açısından cinsiyet farklılıklarını inceleyen araştırmalardan, genellikle, bir bütün olarak bu tür inançları benimseme düzeyi açısından cinsiyete bağlı bir farklılık olmamakla birlikte, bazı inanç türlerinin kadınlar ya da erkekler tarafından daha fazla benimsendiğine işaret eden bulgular elde edilmiştir. Ancak, kadınlar ya da erkekler tarafından daha fazla benimsendiği görülen inanç türleri bir araştırmadan diğerine değişmektedir. Stackert ve Bursik (2003) toplumsal cinsiyete uygun toplumsallaşmaları nedeniyle erkeklerin cinsel mükemmellik, kadınların ise anlaşmazlıkların olumsuz etkileriyle ilişkili rasyonel olmayan inançlar geliştirme olasılığının daha yüksek olduğuna ilişkin bir hipotezi test etmişlerdir. Bulgular, İlişki İnançları Ölçeğinden alınan toplam puan açısından cinsiyete bağlı bir farkın olmadığını, ancak “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “eşler değişmez” alt ölçeklerinde kadınların, “cinsel mükemmellik” alt ölçeğinde ise erkeklerin daha yüksek puanlar aldıklarını göstermiştir.

Van der Zee ve Hembrecht (2009) romantik ilişki doyumu düşük, romantik ilişki doyumu yüksek ve romantik ilişkisi bulunan ve bulunmayan kadın ve erkek katılımcıları karşılaştırdıkları bir araştırmada, ilişki doyumu yüksek kadın katılımcıların “anlaşmazlık yıkıcıdır”, ilişkisi olmayan ve ilişki doyumu yüksek erkek katılımcıların ise “zihin okuma” boyutunda daha yüksek puan aldıklarını gözlemiştir. Kadın ve erkeklerin toplam rasyonel olmayan ilişki inancı puanları arasında fark bulunmamıştır. Yine, toplam ilişki inancı puanları arasında cinsiyete bağlı fark bulunmayan Edmondson (2005) “cinsel mükemmellik” boyutunda erkeklerin, Beştav (2007) ise “anlaşmazlık yıkıcıdır” boyutunda kadınların daha yüksek puan aldığını rapor etmişlerdir. Kadın ya da erkeklerin belirli türdeki rasyonel olmayan inançları daha fazla benimsediklerini gösteren ya da göstermeyen bulgular başka araştırmacılar tarafından da rapor edilmiştir (Gizir, 2013; Hamamcı, 2005).

Romantik inançlar açısından cinsiyet farklılıklarını inceleyen araştırmalardan elde edilen bulgular tutarlı değildir. Örneğin, Sprecher ve Metts (1989) Romantik İnançlar Ölçeğini geliştirme süreci kapsamında yürüttükleri çalışmada, erkeklerin kadınlardan daha fazla romantik ilişki inancına sahip olduklarını ve kadınsı cinsiyet yöneliminin romantik inançları erkeksi cinsiyet yönelimden daha güçlü bir biçimde yordadığını bulmuşlardır. Buna karşı, Regan ve Anguiano (2010) ve Vannier ve O’Sullivan (2016) romantik

inançlara sahip olma açısından cinsiyete bağlı bir farklılığın olmadığını gösteren bulgular elde etmişlerdir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları açısından yaşa bağlı farklılıklarla ilgilenen araştırmacılar genellikle bu tür inançların yaşla birlikte azalacağını öngören bir hipotezle yola çıkmaktadır. Ancak, elde edilen sonuçların bu hipotezi tutarlı bir biçimde desteklediğini söylemek güçtür. Örneğin, Regan ve Anguiano (2010) yaşları 18 ile 70 arasında değişen 436 katılımcıyla yürüttükleri araştırmalarında yaş ile romantik inançlar arasında negatif yönde bir ilişki bulmuşlardır. Benzer şekilde, Honeycut (1991) yaş ile rasyonel olmayan evlilik inançları arasında negatif yönde ilişki bulunduğunu belirtmiştir. van der Zee ve Hembrecht (2009) yukarıda sözü edilen araştırmalarında hem romantik ilişkisi olan hem de olmayan katılımcılarda “cinsel mükemmellik” alt ölçeğinden alınan puanlar ile katılımcı yaşı arasında negatif korelasyon bulmuşlardır. Ancak, ilişki doyumu yüksek katılımcılarda “eşler değişmez” alt ölçeğinden, tüm katılımcı gruplarında ise “cinsiyetler farklıdır” alt ölçeğinden alınan puanlarla katılımcı yaşı arasında pozitif korelasyon olduğu görülmüştür. Bazı araştırmacılar ise yaş ile rasyonel olmayan ilişki inançları arasında bir ilişki olmadığını gösteren bulgular rapor etmişlerdir (Edmundson,2005; Hamamcı, 2005; Vannier. ve O’Sullivan, 2016).

1.5.3. Reddedilme Duyarlılığında Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları

İlgili literatürde, ulaşabildiğimiz kadarıyla, doğrudan doğruya reddedilme duyarlılığında cinsiyete bağlı farklılıkların incelenmesi amacıyla yürütülen iki araştırmaya rastlanmıştır. Erözkan (2004) tarafından üniversite öğrencileriyle yürütülen bir araştırmada, kadınların reddedilme duyarlılığı puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer yandan, Strimpfel (2012) tarafından sınırda kişilik bozukluğu olan annelerin çocuklarında reddedilme duyarlılığını incelemiş ve kadın katılımcıların reddedilme duyarlılığının erkeklerden yüksek olduğunu gösteren bulgular elde edilmiştir.

Reddedilme duyarlılığında yaş ve farklılıklarına ilişkin bulguların rapor edildiği araştırmaların çok büyük bir bölümü, bu değişkenlerle doğrudan ilgilenmeyen ve çocuk ve ergenlerle yürütülmüş olan araştırmalardır. Örneğin, Hafen, Spilker, Chango, Marston ve Allen (2014) ergenlikteki reddedilme duyarlılığı ile ilk yetişkinlik dönemindeki

romantik ilişkiler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla 180 ergeni 16-22 yaşlar arasında izlemişlerdir. Reddedilme duyarlılığında yaş ve cinsiyet farklılıklarıyla ilgili olarak, bu araştırmacılar, 16 yaşında erkek ergen katılımcılarının reddedilme duyarlılığının kadın katılımcılarından daha yüksek olduğunu, 16-19 yaşlar arasında katılımcıların reddedilme duyarlılığının doğrusal olarak azaldığını ve bu azalma düzeyinde cinsiyete bağlı bir farklılığın olmadığını rapor etmişlerdir. Marston, Hare ve Allen (2010) reddedilme duyarlılığı ile ileri ergenlikte sosyal ve duygusal sorunlar arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla 184 ergenden 16, 17 ve 18 yaşlarında ölçümler almış ve 16 ve 17 yaşlarında erkek katılımcıların daha yüksek düzeyde reddedilme duyarlılığına sahip olduklarını gözlemişlerdir.

Çocuk ve ergenlerle yürütülen bazı araştırmalarda ise reddedilme duyarlılığı açısından yaş ve cinsiyete bağlı herhangi bir farklılık bulunmamıştır (Gitanjali, 2013; McLachlan, Zimmer-Gembeckve McGregor, 2010; Tsirgielis, 2009)

1.5.4. İyimserlikte Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları

Reddedilme duyarlılığı kadar olmasa da, iyimserliğin de cinsiyet ile olan ilişkisinin doğrudan inceleyen araştırma sayısının oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Söz konusu bu değişkenler arasındaki ilişkilere dair bulgular daha çok başka amaçlarla yürütülen araştırmalarda rapor edilmektedir. Buna ek olarak, cinsiyet ile iyimserlik arasındaki ilişkiler konusundaki bulguların rapor edildiği araştırmaların büyük bir bölümünün çocuklarla yürütüldüğü ya da cinsiyetin düzenleyici değişken olarak ele alındığı, ilk ve orta yetişkinlik dönemlerindeki katılımcılarla yürütülen araştırmaların oldukça az az olduğu dikkat çekmektedir. Mevcut araştırmalardan elde edilen sonuçlar ise tutarlı değildir.

Lin ve Raghbir (2005) evlilik ve boşanmaya ilişkin gerçekçi olmayan iyimserlikte cinsiyet farklılıklarını incelemek amacıyla, üniversite üçüncü sınıf öğrencisi 494 katılımcıyla iki deneyden oluşan bir araştırma yürütmüştür. Birinci deneyin bulguları erkeklerin kadınlardan daha fazla gerçekçi olmayan iyimserlik yanlılığı sergilediklerini, ikinci deney ise erkeklerde gerçekçi olmayan iyimserlik yanlılığının değişmeye karşı daha dirençli olduğunu göstermiştir. Stipek, Lamb ve Zigler (1981) tarafından yürütülen

bir ölçek geliştirme çalışmasında da erkek çocukların kız çocuklardan daha iyimser olduğu bulunmuştur. Buna karşı, Ey ve arkadaşları (2005), çocuklar için bir iyimserlik-kötümserlik ölçeği geliştirme çalışmasında, kız çocukların erkek çocuklardan daha iyimser olduğunu gösteren bulgular elde etmiştir. Benzer şekilde, Kassinove ve Sukhodolsky (1995) Amerikalı ve Rus çocuklarla yaptıkları çalışmada, kız çocukların iyimserlik düzeyini daha yüksek olarak bulmuştur. Üniversite öğrencileriyle yürütülen bazı araştırmalarda ise iyimserlik düzeyinde cinsiyete bağlı herhangi bir farklılık bulunmamıştır (örn.,Gençoğlu, Alkan ve Koçyiğit, 2014; Lapsley ve Hill, 2010).

İlgili literatür incelendiğinde, İyimserlikte yaşa bağlı farklılıkların, araştırmacıların ilgilerini cinsiyet farklılıklarından daha fazla çektiği görünmektedir. Kotter-Grühn, ve Smith (2011) gelecek yönelim ve iyimserlikte yaşa bağlı değişiklikleri, yaşları 70 ile 104 arasında değişen katılımcılarla inceledikleri bir araştırmada, yaş ile iyimserlik arasında negatif yönde bir ilişki bulmuşlardır. Herzberg, Glaesmer ve Hoyer, (2006) Yaşam Yönelimi Ölçeğinin iki faktörlü yapısını doğrulamak amacıyla yürüttükleri çalışmalarında yaşları 18 ile 104 arasında değişen katılımcıların iyimserlik ve kötümserlik puanları arasındaki korelasyonları incelemişlerdir. Elde ettikleri bulgular, iyimserlik ile kötümserlik puanları arasında, erken yaşlarda gözlenen negatif korelasyonların iler yaşlarda giderek kaybolduğunu göstermiştir. Bu da ileri yaşlarda iyimserlik ile kötümserlik arasındaki ayırımın kaybolduğunu göstermektedir. Kotter-Grühn ve Smith'in (2011) araştırması ile Herzberg ve arkadaşlarının (2006) araştırmasının sonuçları birlikte değerlendirildiğinde, iyimserlik ve kötümserlik düzeyindeki değişmelerin daha çok ileri yaşlarda meydana geldiği sonucu ortaya çıkmaktadır.

Bununla birlikte, yaş iyimserlik arasında ilişki bulmayan ya da pozitif yönde ilişki bulan araştırmalar da vardır. Ai, Peterson, Bolling ve Koenig, (2002) yaşları 36 ile 86 arasında değişen 226 katılımcıyla yürüttükleri bir araştırmada yaşın iyimserliği pozitif yönde yordadığını bulmuşlardır. Chapin (2001) yaş ile iyimserlik yanlılığı arasındaki ilişkiyi, yaşları 14 ile 78 arasında değişen katılımcılarla, kötümserlik açısından incelediği araştırmasında, kötümserliğin yaşla birlikte azaldığını gösteren bulgular elde etmiştir. Abraham (2007) ise iyimserlik düzeyinde yaşa bağlı bir farklılık bulamadığını belirtmiştir.

You, Fung ve Isaacowitz (2009) din, stres, başa çıkma stratejileri gibi değişkenlerin yaş ile iyimserlik arasındaki ilişkide aracı ya da düzenleyici olarak rol oynayabileceğine işaret eden araştırmalardan hareketle, kültürün söz konusu iki değişken arasındaki düzenleyici bir rol oynayıp oynamadığını incelemişlerdir. Çin ve Amerika’da yürütülen araştırmada, genç yetişkinlik döneminde (18-28) ve daha ileri yaş dönemlerinde (52- 84)bulunan katılımcılar kendi içlerinde karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgular, Amerikan örneğinde yaşlı katılımcıların iyimserlik düzeyi genç katılımcılardan, Çin örneğinde ise genç katılımcıların iyimserlik düzeyinin yaşlı katılımcılardan daha yüksek olduğunu göstermiştir.

1.6. ARAŞTIRMANIN AMACI

Rasyonel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişkileri negatif yönde etkileyebileceği görüşü yaygın bir biçimde kabul edilmesine karşın, görgül araştırmaların bu görüşü tutarlı bir biçimde desteklediğini söylemek güçtür. Araştırma bulguları ağırlıklı olarak rasyonel olmayan inançlarının ilişki doyumunu negatif yönde etkileyebileceği görüşünü doğrulamakla birlikte, söz konusu iki değişken arasında ilişki bulamayan araştırmalar da vardır. Araştırma bulguları arasındaki tutarsızlık özellikle romantik ilişki doyumunu ile ilişkili bulunan rasyonel olmayan inanç boyutlarında kendini göstermektedir. Bir araştırmada ilişkili doyumla negatif yönde ilişkili bulunan bir inanç boyutunun bir diğer araştırmada ilişkili bulunmaması ya da romantik ilişki doyumunu ile ilişkili bulunan rasyonel olmayan inanç boyutu sayısının bir araştırmadan diğerine değişmesi sıklıkla görülen bir durumdur.

Araştırma bulguları arasındaki tutarsızlığın nedenlerinden biri, rasyonel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişki doyumunu üzerindeki negatif etkisinin, en azından kısmen, bazı değişkenler aracılığı ile gerçekleşiyor olması olabilir. Rasyonel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişki doyumunu üzerindeki etkisine aracılık etme potansiyeli yüksek gibi görünen değişkenlerden biri reddedilme duyarlılığıdır. Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde buldukları, reddedilme algılamaya hazır oldukları ve reddedilmeye aşırı tepki verdikleri belirtilmektedir (Feldman ve Downey,1994). Bu özelliklerin yanı sıra, rasyonel olmayan ilişki inançlarına

da sahip olan bir bireyin, bu inançlar çerçevesinde, ilişki içinde olduğu kişinin, reddedilme duyarlılığı olmayan birinin reddedilme olarak algılamayacağı bazı davranışlarını da reddedilme olarak algılama olasılığı yüksek olacaktır. Örneğin, çiftler arasındaki görüş ayrılıklarının ilişkiyi bitirebileceğine inanan, aynı zamanda reddedilme duyarlılığı da yüksek olan birinin, eşinin bir konuda kendisinden farklı düşünmesini bir reddedilme ya da ilişkiyi bitirmeye yönelik bir çaba olarak yorumlaması mümkündür. Oysa, aynı inanca sahip olan, ancak reddedilme duyarlılığı yüksek olmayan biri için bir konuda yaşanan anlaşmazlık bir reddedilme ipucu olarak değil, ilişkiye zarar verebilecek bir durum olarak değerlendirilecektir. Buna bağlı olarak, reddedilme duyarlılığı olan ve olmayan bu iki birey, bir anlaşmazlık durumunda, ilişki doyumunu farklı derecelerde etkileyebilecek farklı davranışlar sergileyebilecektir. Bu açıdan bakıldığında, rasyonel olmayan ilişki inançlarına eşlik eden bir reddedilme duyarlılığının bu tür inançların ilişki doyumu üzerindeki negatif etkisini daha da artırma olasılığı yüksek gibi görünmektedir. Buna rağmen, ilgili literatürde rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolünün incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı bir rolünün olup olmadığını incelemeye yönelik bir araştırmanın bu boşluğun doldurulmasına katkı yapacağı düşünülmektedir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide aracı değişken olarak rol oynama potansiyeli taşıyan bir diğer değişken iyimserliktir. İyimserlik, gelecekte istenmedik şeylerden çok istendik şeylerin gerçekleşeceğine ilişkin genellenmiş, göreceli olarak durağan ve zaman ve ortamdaki bağımsız olarak var olan bir beklenti olarak düşünülmektedir (Scheier and Carver, 1985). Rasyonel olmayan ilişki inançları ilişkiler üzerindeki negatif etkilerini yarattıkları beklentiler aracılığı ile gerçekleştirir. Örneğin, eşlerin değişmeyeceği yolundaki bir inanç, eşler arasındaki farklılıklar nedeniyle ortaya çıktığı düşünülen sorunların giderilmesinin mümkün olmadığına ilişkin bir beklentiye yol açtığı için ilişki doyumunu negatif yönde etkilemektedir. İyimserliğin belirleyici özelliği, herhangi bir nedene dayanmaksızın, durum ve ortamdaki bağımsız olarak gelecekte istendik sonuçların gerçekleşeceğinin beklenmesidir (Scheier and Carver, 1985; Brissette, Scheier ve Carver, 2002; Wrosch ve Scheier 2003). Bu nedenle, iyimserliğin rasyonel olmayan ilişki inançlarının yol açtığı

olumsuz beklentileri dengeleyerek bu tür inançların ilişki doyumu üzerindeki olumsuz etkilerini azaltması söz konusu olabilir. Buna rağmen, ulaşabildiğimiz kadarıyla, ilgili literatürde bu görüşü test etmeye yönelik bir araştırma bulunmamaktadır. Dolayısıyla, iyimserliğin rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide aracı bir rol oynayıp oynamadığını incelemeye yönelik bir araştırmanın da bir boşluğun doldurulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Diğer yandan, reddedilme duyarlılığı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmalarda ağırlıklı olarak reddedilme duyarlılığının ilişki doyumu açısından olumsuz sonuçlar doğurduğunu gösteren bulgular elde edilmekle birlikte, bu iki değişken arasında ilişki bulamayan araştırmalar da var. Benzer bir durum iyimserlik için de söz konusudur. Dolayısıyla, yukarıda sözü edilen araştırmaların, aynı zamanda, ilişki doyumu ile reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik arasında ilişki bulun ya da bulmayan araştırmalara destek sağlayarak, bulgular arasındaki tutarsızlığın giderilmesine katkı yapması beklenmektedir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları, reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik sadece yordayıcı ya da aracı değişkenler olarak değil, sonuç değişkenleri olarak da birçok araştırmaya konu olmuştur. Bu değişkenlerin sonuç değişkenleri olarak ele alındığı araştırmalarda yordayıcı olarak üzerinde durulan değişkenler arasında yaş ve cinsiyet önemli bir yer tutmaktadır. Ancak, yaş ve cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki inançlarını, reddedilme duyarlılığını ve iyimserliği yordamadaki rolüne ilişkin araştırmalardan elde edilen bulgular arasında bir tutarlılığın olduğunu söylemek güçtür. Bunun yanı sıra, rasyonel olmayan ilişki inançları ile karşılaştırıldığında, genel olarak reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik konusunda ülkemizde yapılan araştırmaların sayısının oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Dolayısıyla, yaş ve cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki inançları, reddedilme duyarlılığı ve iyimserliği yordamadaki rollerinin incelendiği bir araştırmanın gerek cinsiyet farklılıklarına ilişkin bulgular arasındaki tutarsızlığın çözümünde kullanılabilecek ek bilgi sağlaması, gerekse ülkemizdeki reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik literatürüne katkı yapması açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

Benzer bir durum romantik ilişki doyumu için de geçerlidir. Gerek ülkemizde gerekse yurt dışında romantik ilişki doyumunda yaş ve cinsiyete bağlı farklılıkların olup

olmadığını belirlemek amacıyla çok sayıda araştırma yürütülmüştür. Bu araştırmalardan bazılarında yaş ve cinsiyet ile romantik ilişki doyuma arasında ilişki bulunurken diğerlerinde bulunmamıştır. Yaş ve cinsiyete bağlı farklılıklarının bulunduğu araştırmalarda ise bazen kadınların bazen erkeklerin ilişki doyumlarının daha yüksek olduğunu, yaş ile ilişki doyumu arasında bazen pozitif, bazen negatif yönde ilişki bulunduğunu gösteren bulgular elde edilmiştir. Bu nedenle, romantik ilişki doyumunun yaş ve cinsiyet ile ilişkili olup olmadığı sorusu güncelliğini korumaktadır.

Yukarıda yürütülen tartışmalar çerçevesinde planlanan bu araştırma rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerde reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin aracı rolünün bulunup bulunmadığını inceleme amacıyla yürütülmüştür. Yaş ve cinsiyetin romantik ilişki doyumunu, rasyonel olmayan ilişki inançlarını, reddedilme duyarlılığını ve iyimserliği yordamadaki rollerinin incelenmesi araştırmanın diğer amaçlarını oluşturmuştur. Daha ayrıntılı olarak ifade edilecek olursa, araştırmada aşağıdaki soruların yanıtlanması amaçlanmıştır.

1. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasında bir ilişki var mıdır?
2. Reddedilme duyarlılığı ile romantik ilişki doyumu arasında bir ilişki var mıdır?
3. İyimserlik ile romantik ilişki doyumu arasında bir ilişki var mıdır?
4. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile reddedilme duyarlılığı arasında bir ilişki var mıdır?
5. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile iyimserlik arasında bir ilişki var mıdır?
6. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının ve iyimserliğin aracı rolü var mıdır?
7. Rasyonel olmayan ilişki inançlarının yordanmasında yaş ve cinsiyetin bağlı farklılıklar var mıdır?

8. Romantik ilişki doyumunun yordanmasında yaş ve cinsiyetin bağlı farklılıklar var mıdır?
9. Reddedilme duyarlılığının yordanmasında yaş ve cinsiyetin bağlı farklılıklar var mıdır?
10. İyimserliğin yordanmasında yaş ve cinsiyetin bağlı farklılıklar var mıdır?
11. İyimserliğin yordanmasında yaş ve cinsiyetin bağlı farklılıklar var mıdır?

Yapılan literatür taramasından hareketle araştırma sorularıyla ilgili olarak aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur:

1. İlişki İnançları Ölçeğinin tüm boyutları için geçerli olmak üzere, rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönde ilişki vardır.
2. Reddedilme duyarlılığı ile romantik ilişki doyumu negatif yönde ilişki vardır.
3. İyimserlik ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.
4. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.
5. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile iyimserlik arasında negatif yönde bir ilişki vardır.
6. İlişki İnançları Ölçeğinin tüm boyutları için geçerli olmak üzere, reddedilme duyarlılığı rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide aracı değişken olarak rol oynamaktadır.
7. İlişki İnançları Ölçeğinin tüm boyutları için geçerli olmak üzere, iyimserlik rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide aracı değişken olarak rol oynamaktadır.
8. Romantik ilişki doyumunun yordanmasında yaş ve cinsiyete bağlı farklılıklar vardır.
9. İlişki İnançları Ölçeğinin tüm boyutları için geçerli olmak üzere, rasyonel olmayan ilişki inançlarının yordanmasında yaş ve cinsiyete bağlı farklılıklar vardır.

10. Reddedilme duyarlılığının yordanmasında yaş ve cinsiyete bağlı farklı yoktur.

11. İyimserliğin yordanmasında yaş ve cinsiyete bağlı fark yoktur.



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. KATILIMCILAR

Araştırmanın örneklemini Ankara ilinde ikamet eden, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve en az 8 ay süreli romantik ilişki yaşayan 85 kadın, 85 erkek toplam 170 katılımcı oluşturmuştur. Katılımcılara kartopu tekniği ile ulaşılmıştır. Yaşın örneklem ortalamasının çok üstünde olması, herhangi bir ölçekten alınan puanların normallik sayılıtısını ihlal etmesi, ölçeklerden bir ya da daha fazlasını doldurmama ya da eksik doldurma gibi nedenlerle 3 kadın ve 9 erkek katılımcı araştırmadan çıkarılmış ve analizler 82 kadın, 76 erkek olmak üzere 158 katılımcıdan toplanan verilerle yürütülmüştür. Kadın katılımcıların yaşları 18 ile 35, erkek katılımcıların yaşları 21 ile 30, ilişki süreleri ise 8 ay ile 5 yıl arasında değişmektedir.

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada yer alan değişkenlere ilişkin veri toplamak amacıyla 4 ölçek ve bilgi formundan yararlanılmıştır.

2.2.1. Bilgi Formu

Bu form katılımcıların yaş, cinsiyeti ilişki durumu ve romantik ilişki süresi, eğitim durumu hakkında bilgi edinmek amacıyla kullanılmıştır (Bu formun bir örneği Ek 3'de verilmiştir).

2.2.2. İlişki İnançları Ölçeği

Katılımcıların rasyonel olmayan ilişki inançlarına ilişkin veriler Eidelstein ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen 40 maddelik İlişki İnançları Ölçeği'nin James, Hunsley ve Hemsworth (2002)'un faktör analizi çalışması sonucunda ortaya çıkan 32 maddelik formu

aracılığıyla toplanmıştır. James ve arkadaşları (2002), orijinal ölçeğin beş faktörlü yapısına karşı, anlaşmazlık yıkıcıdır” (9 madde), “ karşı cinsiyetlerin birbirlerini anlamaları güçtür” (4 madde), “zihin okuma beklentisi” (4 madde) , “cinsel mükemmellik” (7 madde), “ kadın ile erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır”(3 madde) ve “eşler değişmez” (5 madde) olarak adlandırdıkları 6 faktörlü bir yapı elde etmişlerdir. Bu alt ölçeklerin rapor edilen iç tutarlık katsayıları. 58 ile. 83 arasında değişmektedir. Katılımcılar maddelerde yer alan ifadeleri ne ölçüde doğru bulduklarını beş basamaklı ölçekler (1 kesinlikle yanlış, 5 kesinlikle doğru) üzerinde değerlendirmektedir. Yüksek puan rasyonel olmayan ilişki inancının fazlalığına işaret etmektedir. Alt ölçekleri oluşturan maddeler kendi içlerinde toplanarak her alt ölçek için bir toplam puan, alt ölçek puanları toplanarak ayrıca genel bir rasyonel olmayan ilişki inancı puanı elde edilmektedir. İlişki İnançları Ölçeğinin James ve arkadaşları (2002) tarafından oluşturulan formunun Türkçeye uyarlanması, Aydın ve Coştur (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan faktör analizine dayanılarak 2 madde atılmış ve sonuçta ölçeğin 30 madde ve 6 faktörden oluşan Türkçe formu ortaya çıkmıştır. Ölçeğin alt boyutları orijinaline uygun olarak “anlaşmazlık yıkıcıdır”(9 madde), “karşı cinslerin birbirlerini anlamaları güçtür” (5 madde), “zihin okuma beklentisi” (2 madde),“cinsel mükemmellik”(7 madde), “kadın ve erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır” (2 madde) ve “eşler değişmez” (5 madde) şeklinde adlandırılmıştır. Çalışmamızda alt ölçeklerin iç tutarlık katsayılarının. 67 ile .70 arasında değiştiği belirtilmektedir. Bu formun bir örneği Ek 7’de verilmiştir).

2.2.3. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği

Downey ve Feldman (1996) tarafından geliştirilen Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddelerinin her birinde bir başkasına yöneltilen bir istek tanımlanmakta ve ölçeği dolduran kişinin a) bu isteğe verilecek yanıt konusunda duyduğu endişenin derecesini ve b) bu isteğe evet denilme olasılığını ayrı ayrı altı basamaklı ölçekler üzerinde yanıtlaması istenmektedir. Her ölçek maddesinin puanı düz kodlanmış endişe puanını ile ters kodlanmış isteğe evet denme olasılığı puanı ile çarpılarak elde edilir. Bu şekilde elde edilen madde puanları toplanarak 18’e bölünür ve her katılımcı için tek bir reddedilme duyarlılığı puanı elde edilir. Ölçeğin iç tutarlık ve test-tekrar test

güvenirligi ile ölçüt geçerliginin yüksek olduğu belirtilmektedir (Downey ve Feldman, 1996)

Reddedilme Duyarliligi Ölçeğinin bu araştırmada kullanılan Türkçe formunun uyarlanması Erözkan (2004) tarafından gerçekleştirilmiştir. Orijinalinden farklı olarak ölçeğin Türkçe formunda katılımcılardan sadece her maddede tanımlanan durumun kendilerini ne ölçüde endişelendireceğini 6 basamaklı ölçekler üzerinde değerlendirmeleri istenmekte ve maddelerin puanları toplanarak tek bir reddedilme duyarliligi puanı elde edilmektedir. Ölçeğin Türkçe formunun “genel güvenirlilik katsayısını” .81 olduğu belirtilmektedir. Çalışmamızda, RDÖ ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı. 90 olarak hesaplanmıştır. Bu formun bir örneği Ek 5’de verilmiştir).

2.2.4. Yaşam Yönelimi Testi

Katılımcıların iyimserlik düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan Yaşam Yönelim Testi Scheier ve Carver (1987) tarafından geliştirilmiştir. On iki maddeden oluşan ölçeğin 4 maddesi yaşama olumlu bakma eğilimini, 4 maddesi olumsuz bakma eğilimini ölçmekte, geriye kalan 4 madde ise dolgu işlevi görmektedir. Katılımcılar ölçek maddelerini 0: (kesinlikle katılmıyorum) ile4(kesinlikle katılıyorum)arasında değişen beş basamaklı ölçekler üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin 4 maddesi ters olarak puanlanmakta, maddelerden alınan puanlar toplanarak tek bir yaşam yönelimi puanı elde edilmektedir. Toplam puan hesaplanırken dolgu maddelerinden alınan puanlar dikkate alınmamakta, yüksek puan yaşama olumlu bakış açısına sahip olduğuna işaret etmektedir.

Yaşam Yönelimi Ölçeği’nin Türkçe’ye uyarlanması Aydın ve Tezer(1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe formunun güvenirligine ilişkin kanıtlar, test-tekrar test güvenirligi ve testin iç tutarlık katsayısı hesaplanarak elde edilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlilik katsayısı. 77; Cronbach alfa katsayısı ile hesaplanan iç tutarlık katsayısı ise. 72 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Beck Depresyon Ölçeği ile hesaplanan ölçüt bağıntılı geçerlik katsayısı ($r = .56$; $p < .001$) tatminkar olarak değerlendirilmiştir. Çalışmamızda, YYT ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı. 80 olarak hesaplanmıştır. Bu formun bir örneği Ek 4’te verilmiştir).

2.2.5. İlişki Doyumu Ölçeği

Araştırmanın yordanan değişkeni olan romantik ilişki doyumuna ilişkin veriler Hendrick (1988) tarafından geliştirilen İlişki Doyumu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır. Maddeler beş basamaklı likert tipi ölçekler üzerinden değerlendirilmekte ve madde puanları toplanarak genel bir ilişki doyumu puanı elde edilmektedir. Yüksek puan ölçeği dolduran kişinin ilişkisinden sağladığı doyumun yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin tek faktörlü bir yapısının bulunduğu ve iç tutarlılığının yüksek olduğu belirtilmektedir (Stackert ve Bursik, 2002).

İlişki Doyumu Ölçeği Türkçe'ye Curun (2001) tarafından uyarlanmıştır. Yazar ölçeğin Türkçe formunun orijinaline uygun olarak tek faktörlü bir yapısının bulunduğu ve iç tutarlık katsayısının. 86 olduğu belirtmektedir. Çalışmamızda, RID ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı. 80 olarak hesaplanmıştır. Bu formun bir örneği Ek 6'da verilmiştir).

2.3. İŞLEM

Kartopu tekniği ile ulaşılan katılımcılar önce bilgi formunu, ardından da Yaşam Yönelimi, Reddedilme Duyarlılığı, Romantik İlişki Doyumu ve İlişki İnançları ölçeklerini doldurmuştur. Uygulamalar yaklaşık 20 dakika sürmüştür.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda sorulan sorular ve sınanan hipotezlere ilişkin bulgular yer almaktadır. İzlemeyi kolaylaştırmak amacıyla araştırmada yanıtlanması amaçlanan sorular ve sınanan hipotezlerle ilgili bulgular ayrı başlıklar altında verilmiştir.

3.1. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU, REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİK ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULAR

Rasyonel olmayan ilişki inançları, romantik ilişki doyumu, reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik arasındaki ilişkiler katılımcıların Rasyonel Olmayan İlişki İnançları Ölçeğinin alt ölçekleri ve diğer ilgili ölçeklerden aldıkları tüm puanlar arasındaki korelasyonlar hesaplanarak incelenmiş, elde edilen korelasyon katsayıları Tablo 3.1 de gösterilmiştir.

Tablo 3. 1. Katılımcıların Rasyonel Olmayan İlişki İnancı, Romantik İlişki Doymu, Reddedilme Duyarlılığı ve İyimserlik Puanları arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Anlaşmazlık yıkıcıdır	1	.177*	.261**	-.004	.204*	.151	.332**	-.166*	-.093
2 Karşı cinsi anlamak zordur		1	-.103	.059	.224**	.038	.087	-.099	-.017
3 Zihin okuma beklentisi			1	-.231**	-.003	-.155	-.129	.045	.026
4 Cinsel mükemmeliyet				1	.003	-.026	.028	.056	.078
5 Eşler değişmez					1	.301**	.210**	-.315**	-.236**
6 Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır						1	.078	-.112	-.281**
7 Reddedilme duyarlılığı							1	-.208**	-.192*
8 İyimserlik								1	.294**
9 Romantik ilişki doyumu									1

*p<.05 **p<.01

Katılımcıların rasyonel olmayan ilişki inançları puanları ile romantik ilişki doyumu puanları arasında hesaplanan korelasyonlar, rasyonel olmayan ilişki inançlarının “cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır” ($r = -.281$; $p < .01$) ve “eşler değişmez” ($r = -.236$; $p < .01$) alt ölçeklerinden alınan puanlar ile ilişki doyumu puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğunu göstermiştir. Rasyonel olmayan ilişki inancı ölçeğinin diğer alt boyutları ile romantik ilişki doyumu puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayıları anlamlı değildir.

Tablo 3.1’den izlenebileceği gibi, romantik ilişki doyumu ile reddedilme duyarlılığı arasında negatif yönde ($r = -.192$; $p < .05$) ve romantik ilişki doyumu ile iyimserlik arasında pozitif yönde ($r = .294$; $p < .01$) anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik ile rasyonel olmayan ilişki inançları ile arasındaki ilişkilere ilişkin bulgulara bakıldığında, iyimserlik ile rasyonel olmayan ilişki inançlarının “anlaşmazlık yıkıcıdır” ($r = -.166$; $p < .05$) ve “eşler değişmez” ($r = -.315$; $p < .01$) boyutları arasında negatif yönde, reddedilme duyarlılığı ile aynı boyutlar arasında ise ($r = .332$; $p < .01$ ve $r = .210$; $p < .01$) pozitif yönde ilişki bulunduğu görülmektedir. Araştırmanın iki aracı değişkeni iyimserlik ve reddedilme duyarlılığı arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r = -.208$; $p < .01$).

Rasyonel Olmayan İlişki İnançları Ölçeğinin alt ölçekleri arasındaki korelasyonlarına bakıldığında, “anlaşmazlık yıkıcıdır” alt ölçeğinden alınan puanlarla ile “eşler değişmez” ($r = .204$; $p < .05$), “zihin okuma beklentisi” ($r = .261$; $p < .01$) ve “karşı cinsi anlamak zordur” ($r = .177$; $p < .05$) alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında hesaplanan katsayılarının anlamlı olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, eşler değişmez alt ölçeği puanları ile “cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır” ($r = .301$; $p < .01$) ve “karşı cinsi anlamak zordur” ($r = .224$; $p < .01$) alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında da anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. “Zihin okuma beklentisi” ile “cinsel mükemmellik” alt ölçekleri arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r = .231$; $p < .01$)

3.2. REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİĞİN RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULAR

Baron ve Kenny'e (1986) göre, bir değişkenin aracı rolünden söz edebilmek için (1) yordayıcı ve yordanan değişken arasında, (2) yordayıcı ve aracı değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunması (3) aracı ve yordanan değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine sokulduğunda aracı değişken ile yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki olması ve (4) aracı ve yordanan değişkenler eş zamanlı olarak regresyon analizine sokulduğunda yordayıcı ve yordanan değişken arasında başlangıçta bulunan anlamlı ilişkinin ortadan kalkması ya da anlamlılık düzeyinin azalması gerekmektedir. Yordayıcı ve yordanan değişken arasında başlangıçta bulunan anlamlı ilişkinin ortadan kalkması tam, anlamlılık düzeyinin azalması ise kısmi aracılığa işaret eder. Bununla birlikte, son yıllarda araştırmacıların tümü olmasa da, büyük bir çoğunluğu bir aracılık analizinin temel adımlarının 2. ve 3. adımlar olduğu, dolayısıyla, aracılık analizinin yapılabilmesi için 1. adımın, yani yordayıcı ve yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmasının gerekli şart olmadığı yönünde görüş bildirmektedir. (Kenny, 2014).

3.2.1. Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolünü sınamak amacıyla, öncelikle yordayıcı, aracı ve yordanan değişkenler arasındaki ilişkilerin aracılık analizinin yapılabilmesi için gerekli koşulları karşılayıp karşılamadığı, ilişki inançları ölçeğinin altı alt ölçeği için ayrı ayrı test edilmiştir. Elde edilen sonuçlar sadece “Anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “Eşler değişmez” boyutlarından alınan puanların aracılık analizinin gerekli koşullarını karşıladığını ortaya koymuş ve dolayısıyla sadece bu iki boyut için aracılık analiz yapılmıştır. Koşulların sağlanmadığı diğer alt boyutlara ilişkin bulgular Ek 1’de verilmiştir.

3.2.1.1. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancı ile İlişki Doymu Arasında Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Anlaşmazlık yıkıcıdır inancının inancı ile ilişki doymu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolünü incelemek amacıyla, öncelikle anlaşmazlık yıkıcıdır alt ölçeğinden alınan puanlarla ilişki doymu ve reddedilme duyarlılığı puanları arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığı iki ayrı regresyon analizi ile test edilmiştir. Sonuçlar Tablo 3.2 de gösterilmiştir.

Tablo 3. 2. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancının İlişki Doymunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R ²	R	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Anlaşmazlık yıkıcıdır	.093	.009	.002	-.167	.143	-.093	-1.171	1.370
Anlaşmazlık yıkıcıdır	.332	.110	.104	1.324	.302	.332**	4.392	19.294

*p<.05 **p<.01

Tablo 3.2 de görüldüğü gibi yordayıcı değişken olan anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile aracı değişken olan reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişki anlamlı, ($F_{(1-156)}= 19.294$; $p < .000$), yordanan değişken olan ilişki doymu arasındaki ilişki ise anlamlı değildir. Bununla birlikte, bir aracılık analizinin temel adımlarının 2. ve 3. adımlar olduğu, dolayısıyla, aracılık analizinin yapılabilmesi için 1. adımın, yani yordayan ve yordanan değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmasının gerekli şart olmadığı görüşünden (Kenny, 2014) hareketle, aracı ve yordanan değişkeninin eş zamanlı olarak denkleme sokulduğu bir hiyerarşik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3.3 de gösterilmiştir.

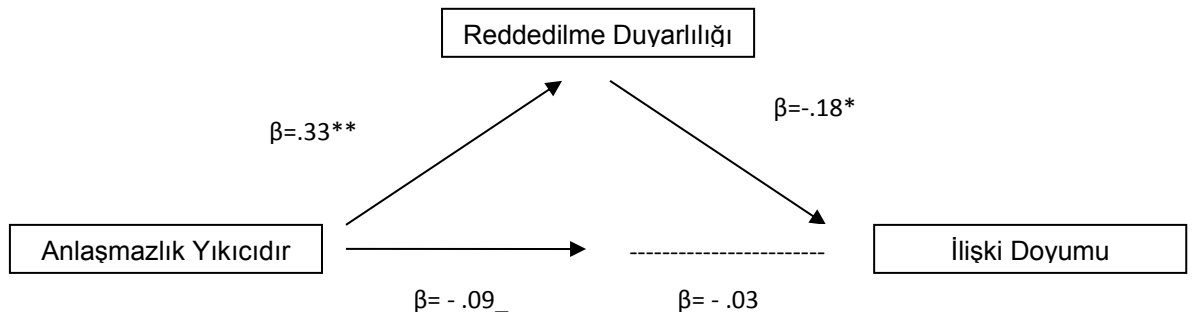
Tablo 3.3. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	T	F
Anlaşmazlık yıkıcıdır	.093	.009	.002	-.167	.143	-.093	-1.171	1.370
Anlaşmazlık yıkıcıdır				-.060	.149	-.033	-.400	
Reddedilme duyarlılığı	.194	.038	.025	-.081	.037	-.181	-2.163	3.040

*p<.05 **p<.01

Tablo 3.3 de görüldüğü gibi, aracı değişken reddedilme duyarlılığının yordanan değişken olan ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmaktadır ($F_{(1-156)} = 3.040$). Dolayısıyla, aracılık analizinin üçüncü koşulu olan, aracı ve yordanan değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine sokulduğunda aracı değişken ile yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunması koşulu da karşılanmış olmaktadır.

Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı-reddedilme duyarlılığı ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları Şekil 3.1’de gösterilmiştir. Buna göre, anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile ilişki doyumu arasındaki ilişki anlamlı değildir ($\beta = -.09$, $p > .05$). Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı reddedilme duyarlılığını pozitif yönde yordamakta ($\beta = .33$, $p < .001$), reddedilme duyarlılığı ile ilişki doyumu arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır ($\beta = -.18$, $p < .05$).



*p < .03 *p < 001

Şekil 3.1. Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı-reddedilme duyarlılığı ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları

Reddedilme duyarlılığının eşitliğe dahil edilmesi ile yordayıcı değişken olan anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin beta değeri $-.09$ ' dan $-.03$ 'e düşmüştür. Yapılan Sobel testi bu düşüşün anlamlı düzeyde olduğunu göstermiştir ($z = 1.96$; $p < .05$). Bu sonuç anlaşmazlık yıkıcıdır ve ilişki doyumu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı bir rolünün olduğunu göstermektedir.

3.2.1.2. Eşler Değişmez İnanıcı ile İlişki Doyumu Arasında Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Eşler değişmez inancının ilişki doyumunu ve aracı değişken reddedilme duyarlılığını yordamasına ilişkin olarak ayrı ayrı yapılan regresyon analizlerinin sonuçları Tablo 3.4 de gösterilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, eşler değişmez inancı ile hem ilişki doyumu, $F_{(1-156)} = 9.208$; $p < .003$ hem de iyimserlik $F_{(1-156)} = 17.228$; $p < .001$ arasındaki ilişkiler anlamlıdır. Dolayısıyla, aracılık analizinin ilk iki koşulu karşılanmaktadır.

Tablo 3. 4. Eşler Değişmez İnanıcının İlişki Doyumunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Eşler Değişmez	.236	.056	.050	-.509	.168	-.236	-3.034*	9.208
Eşler Değişmez	.210	.044	.038	-.605	.146	-.315	-4.151**	7.207

* $p < .03$ ** $p < .001$

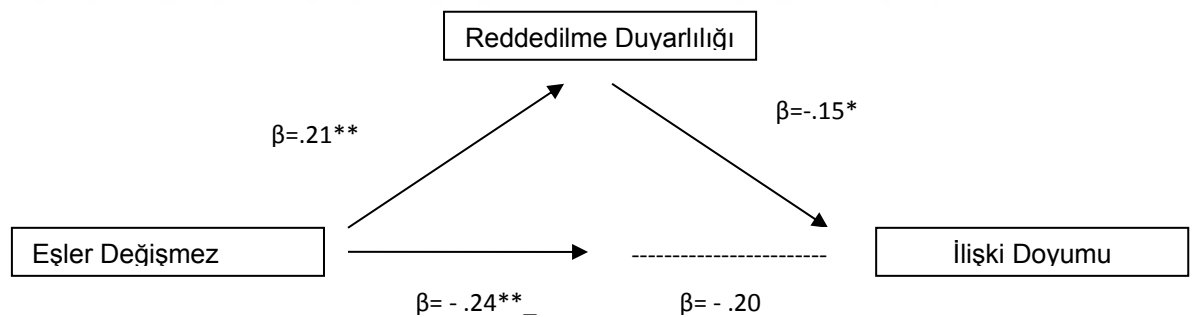
Eşler değişmez inancı ve ilişki doyumu puanlarının eşzamanlı olarak denkleme sokuldukları hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.9 da gösterilmiştir. Tabloda da görüldüğü gibi, aracı değişken iyimserliğin yordanan değişken olan ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmaktadır ($F_{(1-156)} = 9.504$; $p < .003$). Bu sonuca göre, aracılık analizinin üçüncü koşulu da karşılanmış olmaktadır.

Tablo 3. 5. Eşler Değişmez İnancı ile İlişki Doymu Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Eşler değişmez	.236	.056	.050	-.509	.168	-.236	-3.034**	9.208
Eşler değişmez				-.441	.170	-.205	-2.595*	.048
Reddedilme duyarlılığı	.277	.077	.065	-.067	.035	-.149	-1.883*	6.453

*p<.05 **p<.01

Eşler değişmez inancı-reddedilme duyarlılığı ve ilişki doymu arasındaki yol katsayıları Şekil 3.2’de gösterilmiştir. Buna göre, eşler değişmez inancı ile ilişki doymu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($\beta = -.236$ $p > .05$). Eşler değişmez inancı reddedilme duyarlılığını pozitif yönde yordamakta ($\beta = .210$, $p < .008$), reddedilme duyarlılığı ile ilişki doymu arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır ($\beta = .149$, $p < .05$). Reddedilme duyarlılığının eklenmesi ile yordayıcı değişken olan eşler değişmez inancı ile ilişki doymu arasındaki ilişkinin beta değeri $-.24$ ’ den $-.20$ ’ye düşmüştür. Yapılan Sobel testi bu düşüşün anlamlı düzeyde olmadığını göstermiştir ($z = 1.74$; $p > .05$). Bu sonuç eşler değişmez inancı ve ilişki doymu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı bir rolünün olmadığını göstermektedir.



*p <.05 **p <.03

Şekil 3. 2. Eşler değişmez inancı-reddedilme duyarlılığı ve ilişki doymu arasındaki yol katsayıları

3.2.2. İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doymu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolünü sınamak amacıyla yapılan analizler, reddedilme duyarlılığında olduğu gibi sadece “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “eşler değişmez” inançlarında aracılık

analizi için gerekli koşulların karşılandığını ortaya koymuştur. Dolayısıyla sadece bu iki boyut için aracılık analiz yapılmıştır. Koşulların sağlanmadığı diğer alt boyutlara ilişkin bulgular Ek 1’de verilmiştir.

3.2.2.1. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancı ile İlişki Doyumu Arasında İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Eşler değişmez inancının ilişki doyumunu ve aracı değişken iyimserliği yordamasına ilişkin olarak ayrı ayrı yapılan regresyon analizlerinin sonuçları Tablo 3.4 de gösterilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, eşler değişmez inancı ile hem ilişki doyumunu, $F_{(1-156)} = 9.208$; $p < .003$ hem de reddedilme duyarlılığı $F_{(1-156)} = 7.207$; $p < .008$ arasındaki ilişkiler anlamlıdır. Dolayısıyla, aracılık analizinin ilk iki koşulu karşılanmaktadır.

Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolünü incelemek amacıyla, öncelikle anlaşmazlık yıkıcıdır alt ölçeğinden alınan puanlarla ilişki doyumunu ve reddedilme duyarlılığı puanları arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığı iki ayrı regresyon analizi ile test edilmiştir. Sonuçlar Tablo 3.6 da gösterilmiştir.

Tablo 3. 6. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancının İlişki Doyumunu ve İyimserliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Anlaşmazlık Yıkıcıdır	.93	.009	.002	-.167	.143	-.093	-1.171	1.370
Anlaşmazlık Yıkıcıdır	.166	.027	.021	-.263	.126	-.166	-2.097*	4.396

* $p < .03$

Tablo 3.6 da görüldüğü gibi yordayıcı değişken olan anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile aracı değişken olan iyimserlik arasındaki ilişki anlamlı, ($F_{(1-156)} = 4.396$; $p < .000$), yordanan değişken olan ilişki doyum arasındaki ilişki ise anlamlı değildir. Bununla birlikte, bir aracılık analizinin temel adımlarının 2. ve 3. adımlar olduğu, dolayısıyla, aracılık analizinin yapılabilmesi için 1. adımın, yani yordayan ve yordanan değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmasının gerekli şart olmadığı görüşünden (Kenny, May 22, 2016) hareketle, aracı ve yordanan değişkeninin eş zamanlı olarak denkleme sokulduğu bir

hiyerarşik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3.7 de gösterilmiştir.

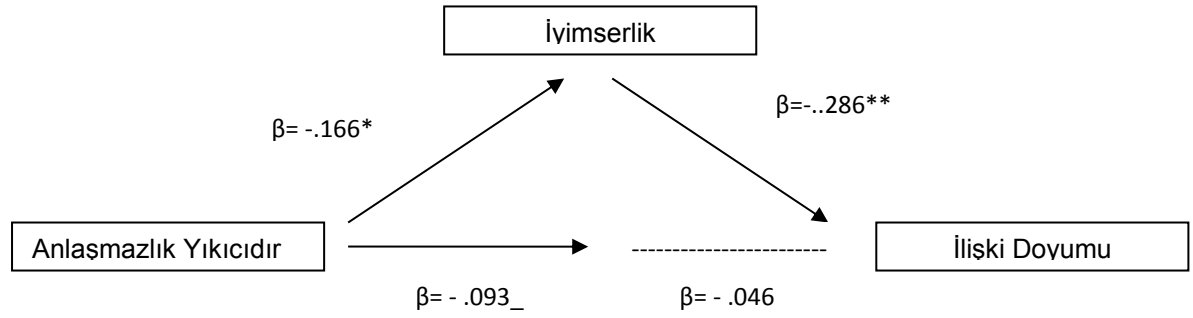
Tablo 3. 7. Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancı ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Anlaşmazlık yıkıcıdır	.093	.009	.002	-.167	.143	-.093	-1.171	1.370
Anlaşmazlık yıkıcıdır				-.082	.139	-.046	-.590	
İyimserlik	.297	.088	.077	.322	.087	.286	3.682*	7.520

*p<.001

Tablo 3.7 de görüldüğü gibi, aracı değişken iyimserliğin yordanan değişken olan ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmaktadır ($F_{(1-156)} = 7.520$; $p < .001$). Dolayısıyla, aracılık analizinin üçüncü koşulu olan, aracı ve yordanan değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine sokulduğunda aracı değişken ile yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunması koşulu da karşılanmış olmaktadır.

Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı-iyimserlik ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları Şekil 3.3'de gösterilmiştir. Buna göre, anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile ilişki doyumu arasındaki ilişki anlamlı değildir ($\beta = -.093$; $p > .05$). Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı iyimserliği negatif yönde yordamakta ($\beta = -.166$, $p < .03$), iyimserlik ile ilişki doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır ($\beta = .286$; $p < .001$). Reddedilme duyarlılığının eklenmesi ile yordayıcı değişken olan eşler değişmez inancı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin beta değeri $-.093$ ' den $-.046$ 'ya düşmüştür. Yapılan Sobel testi bu düşüşün anlamlı düzeyde olduğunu göstermiştir ($z = 1.818$; $p > .05$). Bu sonuç anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ve ilişki doyumu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı bir rolünün olduğunu göstermektedir.



* $p < .03$ ** $p < .001$

Şekil 3. 3. Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı-iyimserlik ve ilişki doyumu arasındaki yol katsayıları

3.2.2.2. Eşler Değişmez İnancı ile İlişki Doymu Arasında İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Eşler değişmez inancının ilişki doyumunu ve aracı değişken iyimserliği yordamasına ilişkin olarak ayrı ayrı yapılan regresyon analizlerinin sonuçları Tablo 3.8 de gösterilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, eşler değişmez inancı ile hem ilişki doyumu, $F_{(1-156)} = 9.208$; $p < .003$ hem de iyimserlik $F_{(1-156)} = 17.228$; $p < .001$ arasındaki ilişkiler anlamlıdır. Dolayısıyla, aracılık analizinin ilk iki koşulu karşılanmaktadır.

Tablo 3. 8. Eşler Değişmez İnancının İlişki Doymunu ve İyimserliğin Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Eşler Değişmez	.236	.056	.050	-.509	.168	-.236	-3.034*	9.208
Eşler Değişmez	.331	.109	.098	-.605	.146	-.315	-4.151**	9.504

* $p < .003$ ** $p < .001$

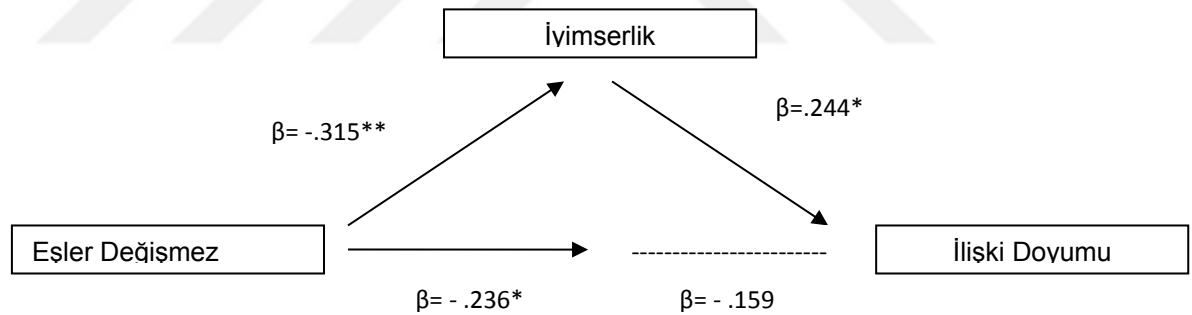
Eşler değişmez inancı ve ilişki doyumu puanlarının eşzamanlı olarak denkleme sokuldukları hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.5 de gösterilmiştir. Tabloda da görüldüğü gibi, aracı değişken iyimserliğin yordanan değişken olan ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmaktadır ($F_{(1-156)} = 9.504$; $p < .001$). Bu sonuca göre, aracılık analizinin üçüncü koşulu da karşılanmış olmaktadır.

Tablo 3. 9. Eşler Değişmez İnancı ile İlişki Doymu Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Eşler değişmez	.236	.056	.050	-.509	.168	-.236	-3.034**	9.208
Eşler değişmez				-.343	.172	-.159	-1.993*	
İyimserlik	.331	.109	.098	.274	.090	.244	3.051**	9.504

*p<.05 **p<.003

Eşler değişmez inancı-iyimserlik ve ilişki doymu arasındaki yol katsayıları Şekil 3.4’de gösterilmiştir. Buna göre, eşler değişmez inancı ile ilişki doymu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($\beta = -.236$ p < .05). Eşler değişmez inancı reddedilme duyarlılığını negatif yönde yordamakta ($\beta = -.315$; p < .001), iyimserlik ile ilişki doymu arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır ($\beta = .244$, p < .05). İyimserliğin eklenmesi ile yordayıcı değişken olan eşler değişmez inancı ile ilişki doymu arasındaki ilişkinin beta değeri -.236’ dan -.159’a düşmüştür. Yapılan Sobel testi bu düşüşün anlamlı düzeyde olduğunu göstermiştir (z = 2.45; p > .01). Bu sonuç eşler değişmez inancı ve ilişki doymu arasındaki iyimserliğin aracı değişken olarak rol oynadığını göstermektedir.



Şekil 3. 4. Eşler değişmez inancı-iyimserlik ve ilişki doymu arasındaki yol katsayıları

3.3. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, REDDEDİLME DUYARLILIĞI, İYİMSERLİK VE İLİŞKİ DOYUMUNDA YAŞ VE CİNSİYET FARKLILIKLARINA İLİŞKİN BULGULAR

Kadın ve erkek katılımcıların İlişki İnançları Ölçeğinin alt ölçekleri ile diğer ilgili ölçeklerden aldıkları puanların ortalama ve standart sapmaları Tablo 3.10 da gösterilmiştir.

Tablo 3. 10. Kadın Ve Erkek Katılımcıların İlişki İnançları, Reddedilme Duyarlılığı, İyimserlik ve İlişki Doymu Puanlarının Ortalama ve Standart Sapmalar

Değişken	Kadın		Erkek	
	X	S	X	S
Anlaşmazlık Yıkıcıdır	17,23	3,72	16,67	4,81
Karşı Cinsi Anlamak Zordur	15.34	3.19	14.00	2.97
Zihin okuma beklentisi	10.04	2.23	9.72	2.26
Cinsel mükemmeliyetçilik	21.01	2.486	20.50	2.489
Eşler değişmez	11.65	3.51	12.22	3.59
Cinsiyetlerin ihtiyaçları Fark.	11.82	3.02	11.85	3.25
Reddedilme duyarlılığı	50.37	13.34	50.22	17.94
İyimserlik	43.00	6.93	41.76	6.65
İlişki doymu	36.36	8.00	34.98	7.24

Yapılan regresyon analizinde yaş ve cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki inançları, ilişki doymu, iyimserlik ve reddedilme duyarlılığının yordama derecesini bulmak için yapılan regresyon analizlerinde sadece “karşı cinsi anlamak zordur” rasyonel olmayan ilişki inancı ile anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapılan regresyon analizinde R^2 değeri 0.04 olarak hesaplanmıştır. Bu değer karşı cinsi anlamak zordur boyutundaki varyansın %4’ünün yaş ve cinsiyet değişkenleriyle açıklandığını göstermektedir. Regresyona ilişkin değerler aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 3. 11. Yaş ve Cinsiyetin Karşı Cinsi Anlamak Zordur İnancını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R^2	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.214	.046	.033					3.703
Yaş				-.018	.098	-.014	-.180	
Cinsiyet				-1.348	.495	-.214	-2.721	

Yapılan regresyon analizinde yaş ve cinsiyetin diğer rasyonel olmayan ilişki inançları, ilişki doymu, iyimserlik ve reddedilme duyarlılığının yordama derecesini bulmak için yapılan regresyon analizlerinde anlamlı bulunmayan diğer analiz bulguları Ek 2’de verilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırma temel olarak reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide aracı rolünü incelemek amacıyla düzenlenmiştir. Bu temel amacın yanı sıra, reddedilme duyarlılığı ve iyimserlik ile ilişki doyumu ve rasyonel olmayan ilişki inançları arasındaki ilişkiler ile bu değişkenlerde gözlenebilecek yaş ve cinsiyet farklılıkları üzerinde durulmuştur. Önceki bölümlerde konuyla ilgili görüş ve görgül araştırmalar gözden geçirilmiş, araştırmanın yöntemi açıklanmış ve toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizlerin sonuçları özetlenmiştir. Bu bölümde ise, istatistiksel analizlerin sonuçları hakkında araştırmanın hipotezleri çerçevesinde yürütülen tartışmalara yer verilecektir.

4.1. RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI

Araştırmanın ilk hipotezi İlişki İnançları Ölçeğinin tüm boyutları için geçerli olmak üzere, rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönde bir ilişki bulunacağını öngörmekteydi. Romantik ilişki doyumu puanları ile rasyonel olmayan ilişki inancı puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayıları romantik ilişki doyumunun sadece “Eşler değişmez” ve “Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır” şeklinde ifade edilen inanç boyutları ile negatif korelasyon gösterdiğini ortaya koymuştur. Dolayısıyla, araştırmanın ilk hipotezi kısmen desteklenmiştir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmalarda genellikle söz konusu bu iki değişken arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu gösteren bulgular elde edilmektedir. Bununla birlikte, ulaşabildiğimiz kadarıyla, ilişki doyumu ile tüm rasyonel olmayan inanç boyutları arasında ilişki bulan herhangi bir araştırma yoktur. Ayrıca, romantik ilişki doyumu ile ilişkili bulunan rasyonel olmayan inanç boyutları bir araştırmadan diğerine değişmektedir. Literatürde gözlenen

bu genel eğilim çerçevesinde ele alındığında, araştırmamızın sonuçlarının ilgili diğer araştırmaların sonuçlarıyla benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Diğer yandan, romantik ilişki doyumu ile ilişkili bulunan rasyonel olmayan inanç boyutları bir araştırmada diğerine değişmekle birlikte, “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “cinsiyet farklılıkları” başlığı altında toplanan inanç türlerinin araştırmaların büyük bir bölümünde romantik ilişki doyumu ile ilişkili bulunan inanç boyutları arasında yer aldığı görülmektedir. Bu nedenle, “Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır” şeklinde ifade edilen inanç boyutunun romantik ilişki doyumu ile negatif yönde ilişkili olduğunu gösteren bulgumuzun literatürde yer alan benzer araştırmalarla tutarlı olduğu söylenebilir (örn., Beştav, 2007; Goodwin ve Gaines, 2004; Moller ve Van Zyl, 1991; Saraç ve ark.,2015; Slavinskienė ve Žardeckaitė-Matulaitienė, 2012; Stackert ve Bursik,2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009).

“Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır” boyutunda yer alan inançlar kadın ve erkeklerin psikolojik, duygusal ve ilişkisel ihtiyaçlarının tamamen farklı olduğu ve kadın ve erkeklerin birbirlerini hiç bir zaman tam olarak anlayamayacakları şeklindeki düşünceler üzerine temellendirilmiştir. Bu tür düşünce ve inançların birçok nedenden dolayı ilişki doyumunu olumsuz şekilde etkileyeceği düşünülebilir. Her şeyden önce, ilişki içinde olduğu kişinin kendisini anlamadığı ya da anlamayacağı düşüncesi kendi başına olumsuz duygular uyandırma potansiyeline sahiptir. Bunun yanı sıra, ilişki içinde olduğu kişinin kendisini anlayamayacağına inanan bir bireyin duygu ve ihtiyaçlarını ona açma olasılığı daha düşüktür. Bu da yakın ilişkilerin temel bileşeni olan kendini açmanın eksik kalması anlamına gelir. Ayrıca, kadın ve erkeklerin birbirlerini hiç bir zaman tam olarak anlayamayacakları şeklindeki bir inancın ilişkinin ödül-bedel dengesine ilişkin algıları etkileyerek ilişki doyumu açısından olumsuz sonuçlar doğurması mümkündür.

Anlaşmazlık yıkıcıdır inancı, rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların büyük bir bölümünde ilişki doyumunu negatif yönde etkileyen bir inanç türü olarak ortaya çıkmıştır. Bu nedenle, anlaşmazlık yıkıcıdır inancının ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığını gösteren bulgumuzun beklendiği bir bulgu olduğunu söylemek güçtür. Bu bulgumuzun olası bir açıklaması örnekleminin özellikleri çerçevesinde yapılabilir. Katılımcılarımızın ilişki

süreleri 8 ay ile 5 yıl arasında değişmekle birlikte, büyük bir bölümünün ilişki süresi 1-3 yıl arasındadır. Romantik ilişkilerin ilk yılları duyguların yoğun, anlaşmazlık görelilik olarak az olduğu ya da göz ardı edildiği dönemlerdir. Rasyonel olmayan ilişki inançlarının kısmen yaşantılar boyunca öğrenildiği dikkate alındığında, ilişkilerinde anlaşmazlık yaşamayan ya da daha az yaşayan bireylerin anlaşmazlığın yıkıcı olduğu yolunda bir inanç geliştirmesi ve bu nedenle ilişki doyumsuzluğu yaşaması daha düşük bir olasılık gibi görünmektedir.

Anlaşmazlık yıkıcıdır ve cinsiyetler farklıdır inançları kadar sık olmasa da, eşler değişmez inancı da araştırmalarda ilişki doyumu ile ilişkili bulunan inançlar arasında yer almaktadır. Bu nedenle, bu inancın ilişki doyumu ile negatif yönde ilişkili olduğunu gösteren bulgumuzun literatürde yer alan bazı araştırmaların bulgularıyla tutarlı olduğu söylenebilir (örn., Sığırıcı, 2010; Stackert ve Bursik, 2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009). İlişkiler normal koşullarda karşılıklı çekicilik temelinde kurulur. Ancak, ilişki süreci içinde bireyler kaçınılmaz bir biçimde ilişki kurdukları kişilerin beğendikleri özellik, tavır ve davranış biçimlerinin yanı sıra kendilerince uygun olmadığını bazı özellik, alışkanlık ya da davranış biçimlerine de sahip olduğunu fark ederler. Bu da, eşler arasında ufak tefek ya da ciddi sorun ve tartışmalara yol açabilir. Bu noktada eşinin değişmeyeceği yolundaki bir inanç bireyin duruma daha karamsar bir gözle bakmasını sağlayarak ilişki doyumunun azalmasına yol açabilir.

Cinsel mükemmellik boyutu ile ilişki doyumu arasında bir ilişki olmadığını gösteren bulgumuza değişik açıklamalar getirmek mümkündür. İlgili literatürde cinsel mükemmellik inancı ile ilişki doyumu arasında ilişki bulan araştırmalara, anlaşmazlık yıkıcıdır ve kadın ve erkekler farklıdır inançları ile ilişki doyumu arasında ilişki bulan araştırmalardan daha az rastlanmaktadır. Ulaşılabildiği kadarıyla ülkemizde cinsel mükemmellik boyutu ile ilişki doyumu arasında ilişki bulan herhangi bir araştırma yoktur. Buradan hareketle, cinsel mükemmellik inancının ilişki doyumu üzerinde çok güçlü bir etkisinin olmayabileceği olasılığını gündeme getirilebilir. Bir diğer olasılık ise, ülkemizde cinselliğin halen üzerinde konuşulmaması gereken bir tabu olması nedeniyle, katılımcılarımızın cinsel mükemmellik boyutu ile ilgili maddeleri sosyal istenirlik yönünde, yani cinselliğin romantik açısında önemli olmayacağını vurgulayacak biçimde yanıtlamış olmalarıdır.

Zihin okuma beklentisi ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilere ilişkin araştırma bulguları arasında tutarlılık yoktur. Bazı araştırmalarda zihin okuma beklentisinin ilişki doyumunu negatif yönde yordadığı bulunurken (örn., Beştav, 2007; Hamamcı, 2005) diğerlerinde bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını gösteren bulgular elde edilmiştir (örn., Stackert ve Bursik, 2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009). Bu araştırmadan elde edilen bulgular, zihin okuma beklentisi ile ilişki doyumu arasında ilişki olmadığını gösteren araştırmaların bulgularıyla tutarlıdır. Farklı araştırmalardan farklı sonuçlar elde edilmesi nedeniyle, söz konusu iki değişken arasında ilişki bulunmadığını gösteren bulguların açıklanması zordur. Olası bir açıklama örneklemin nitelikleri çerçevesinde yapılabilir. Daha önce de belirtildiği gibi, katılımcılarımızın önemli bir bölümünün ilişkinin ilk iki üç yılını yaşamaktadır. İlişkilerin ilk yılları ilişki doyumunun yüksek olduğu dönemlerdir. Bunun temelinde kısmen çiftlerin birbirlerinin ihtiyaçlarına, duygularına ve isteklerine karşı daha duyarlı olmaları yatar. Bu nedenle, bireylerin bu dönemlerde zihin okuma beklentisi başlığı altında toplanabilecek türde inançlar geliştirmesi olasılığı daha az gibi görünmektedir.

Karşı cinsiyetlerin birbirlerini anlayamaz başlığı altında toplanan inançlar ile ilişki doyumu arasında herhangi bir ilişki bulunmadığını gösteren bulgularımız da literatürde yer alan bazı araştırmaların bulgularını desteklerken, bazı araştırmaların bulgularıyla tutarlı değildir. Bu bulgunun da, zihin okuma beklentisine ilişkin bulgular tartışılırken belirtilen gerekçelerle, örneklemin niteliklerinin bir sonucu olduğunu düşünmek mümkündür.

4.2. REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİK İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ve RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERE DAİR BULGULARIN TARTIŞILMASI

Araştırmanın ikinci, araştırmada yer alan dört temel değişken arasındaki ilişkileri açıklama yönelik hipotezlerden ilki, reddedilme duyarlılığı ile romantik ilişki doyumu negatif yönde ilişki öngörmekteydi. Reddedilme duyarlılığı puanları ile ilişki doyumu puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayısı bu iki değişken arasında negatif yönde

anlamli bir iliŒki bulunduğunu gstermiŒtir. Dolayısıyla araŒtırmanın ikinci hipotezi dođrulanmıŒtır.

Reddedilme duyarlılığı sosyal iliŒkilerde kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde olma, bunun sonucu olarak da, reddedilme ipuçlarına duyarlı olma, normal koŒullarda reddedilme olarak algılanmayacak davranıŒları reddedilme olarak yorumlama ve reddedilme karŒısında aŒırı tepki verme gibi özelliklerle tanımlanan bir bireysel farklılık deđiŒkenidir (Downey ve Feldman, 1996). Yapılan araŒtırmalar, bu tanımlamaya uygun olarak, reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin reddedilme beklentisi içinde olduklarını, iliŒkilerinde daha çok atıŒma algıladıklarını (Norona ve ark., 2014), amacı reddetmek olamayan bir çok davranıŒları reddetme olarak değerlendirdiklerini ve reddedilme algıladıklarında öfke, kıskançlık ve dŒmanlık duyguları yaŒadıklarını ve saldırgan davranıŒlar sergilediklerini göstermektedir (Galliher ve Bentley, 2010; Murphy ve Russel, 2016; Romero-Canyas ve ark., 2010). Bu tür özellik ve davranıŒların gerek bu özelliklere sahip bireylerin kendilerinin, gerekse romantik iliŒki içinde oldukları bireylerin iliŒki doyumunu negatif yönde etkileyeceği açıktır. Nitekim, yapılan çok sayıda araŒtırma reddedilme duyarlılığı ile iliŒki doyumunu arasında negatif yönde iliŒki olduğunu gstermiŒtir. Bu nedenle, söz konusu iki deđiŒken arasında negatif yönde anlamli bir iliŒki bulunduğunu gösteren bulgumuzun hem beklendik hem de benzer araŒtırmaların bulgularıyla tutarlı olduğu söylenebilir.

Katılımcıların İyimserlik puanları ile iliŒki doyumunu puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayısı bu iki deđiŒken arasında pozitif yönde anlamli bir iliŒki olduğunu gstermiŒtir. Böylelikle, iyimserlik ile romantik iliŒki doyumunu arasında pozitif yönde bir iliŒki bulunduğunu öngören üçüncü hipotezimiz de dođrulanmıŒtır. Bu araŒtırmada ele alınan iyimserlik türü eğilimsel iyimserliktir. Bir kiŒilik özelliği olarak dŒnlen eğilimsel iyimserlik, gelecekte kötü ya da istenmedik Œeylerden çok iyi ya da istendik Œeylerin gerekleŒeceđine iliŒkin genellenmiŒ, göreli olarak durağan ve zaman ve ortamdaki bağımsız olarak var olan bir beklenti olarak tanımlanmaktadır (Scheier and Carver, 1985). Romantik iliŒki doyumunu açısından bakıldığında, birçok nedenden dolayı, iyimserliğin iliŒki doyumunu pozitif yönde etkileyeceğini savunmak mümkündür. Örneğin, gelecekte her Œeyin daha iyi olacağına iliŒkin bir beklenti eŒler arasındaki bir anlaşmazlığın yol açabileceği mutsuzluğu ya da iliŒki içinde olunan kiŒinin istenmedik

bir özelliğe sahip olduğu düşüncesinin yaratacağı karamsarlığı azaltarak ilişki doyumuna katkıda bulunabilir.

Diğer yandan, olumlu açıklama biçimi (Peterson ve Seligman, 1984) ile eğilimsel iyimserliğin farklı olgulara işaret ettiği öne sürülmekle birlikte, bu iki eğilim arasında pozitif yönde bir ilişki bulunduğu kabul edilmektedir. Olumlu açıklama biçimi davranışların olumlu sonuçlarını davranışta bulunan kişinin değişmez özellikleri, olumsuz sonuçlarını ise değişebilir dışsal etkenlerle açıklama eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Eğilimsel iyimserlik ile olumlu açıklama biçimi arasında bir ilişkinin bulunması, eğilimsel iyimserlik boyutunda yüksek olan bireylerin aynı zamanda gözledikleri davranışların olumlu sonuçlarının davranışta bulunan kişinin değişmez özellikleri, olumsuz sonuçları ise değişebilir dışsal etkenlerle açıklama eğilimi gösterecekleri anlamına gelir. Romantik ilişkilerde eşlerin birbirlerinin olumlu ve olumsuz davranışlarını açıklama biçimlerinin ilişki doyumu açısından önemli doğurguları vardır. Eşinin olumlu davranışlarını onun değişmez özellikleri ile açıklayan bir bireyin ilişki doyumu artacak, olumsuz davranışlarını değişebilir dışsal ile açıklaması ise olumsuz olayların ilişkiyi yıpratma olasılığını azaltacaktır. Nitekim yapılan araştırmalar iyimser bireylerin boşanma oranının daha düşük (örn., Abend ve Williamson, 2002), ilişki doyumlarının ise daha yüksek olduğunu göstermektedir (örn., Chan, 2011; Dicke, 1997; Terveer ve Wood, 2014).

Rasyonel olmayan ilişki inançlarının reddedilme duyarlılığı ile pozitif iyimserlik ile negatif yönde ilişkili olduğunu öngören dördüncü ve beşinci hipotezleri kısmen desteklenmiştir. Bu hipotezlerle ilgili bulgular reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin ilişki inançları-ilişki doyumu ilişkisinde oynadıkları aracı role ilişkin hipotezleri test etmeye yönelik analizlerin sonuçları birlikte tartışılacaktır.

Araştırmanın soru ve hipotezleri arasında yer almamakla birlikte, iyimserlik ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkiye de bakılmış ve tahmin edilebilir bir biçimde bu iki değişken arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Daha önce de belirtildiği gibi, reddedilme duyarlılığının belirleyici özelliği kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde olma, iyimserliğin belirleyici özelliği ise kötü şeylerden çok iyi şeylerin olacağını beklemektir. Diğer insanlar tarafından dışlanma ya da reddedilmenin acı veren,

istenmedik bir yaşantı olduğu dikkate alındığında, reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin, en azından sosyal ilişkileri açısından iyi şeylerden çok kötü şeylerin olacağı beklentisi içinde olan kötümser insanlar olduğu sonucuna varılabilir.

Yine araştırmanın soru ve hipotezleri arasında yer almamakla birlikte, rasyonel olmayan ilişki inançlarının boyutları arasındaki korelasyonlar da incelenmiştir. Elde edilen korelasyon katsayıları rasyonel olmayan ilişki inancı boyutları arasındaki ilişkilerin tümünün anlamlı olmadığını göstermiştir. Bu da bir bireylerin rasyonel olmayan inançların tümünü aynı ölçüde benimsemeyebileceği anlamına gelmektedir. Örneğin, eşler değişmez inancını benimseyen bir bireyin cinsel mükemmellik inancını benimsemeyebileceği görülmektedir. Rasyonel olmayan inançların yaşantılar boyunca öğrenildiği ve benimsendiği dikkate alındığında, bu durumun beklendiği olduğunu söylemek mümkündür. Nitekim, rasyonel olmayan ilişki inançlarının değişik boyutları arasındaki korelasyonların tümünün anlamlı olmadığına ilişkin bulgular başka araştırmacılar tarafından da rapor edilmiştir (örn. Beştav, 2007; James, Hunsley ve Hemsworth, 2002).

4.3. REDDEDİLME DUYARLILIĞININ RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI

Reddedilme duyarlılığının rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki aracı rolünü incelemek üzere alt inanç boyutunun her biri için ayrı ayrı yapılan analizler anlaşmazlık yıkıcıdır ve eşler değişmez inançlarının aracılık analizi için gerekli koşulları karşıladığını ortaya koymuştur. Ancak, yapılan aracılık analizlerinin sonuçları reddedilme duyarlılığının sadece anlaşmazlık yıkıcıdır inancında aracı rol oynadığını göstermiştir. Böylece araştırmanın reddedilme duyarlılığının aracı rolünün rasyonel olmayan ilişki inançlarının tüm boyutları için geçerli olduğunu öngören altıncı hipotezi kısmen doğrulanmıştır.

İlgili literatürde rasyonel olmayan ilişki inançları-ilişki doyumu ilişkisinde reddedilme duyarlılığın aracı rolünün inceleyen bir başka araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, reddedilme duyarlılığının anlaşmazlık yıkıcıdır boyutunda oynadığı aracı role ilişkin

bulgumuzun benzer araştırmalarla karşılaştırılarak tartışılması m¼mk¼n değildir. Bununla birlikte, anlaşmazlık yıkıcıdır inancı ile reddedilme duyarlılığının özellikleri birlikte değerlendirildiğinde, reddedilme duyarlılığının bu inanç boyutu ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkide aracı bir rol oynaması oldukça akla yakın bir durum gibi görünmektedir. Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin kaygılı bir reddedilme beklentisi içinde buldukları, reddedilme algılamaya hazır oldukları ve reddedilmeye aşırı tepki verdikleri belirtilmektedir (Feldman ve Downey,1994). Bu nedenle, eşler arasındaki anlaşmazlıkların ilişki açısından yıkıcı olduğuna inanan, aynı zamanda reddedilme duyarlılığı yüksek olan bir bireyin eşinin kendisinin gör¼ř¼nden farklı bir gör¼ř¼ dile getirmesini ya da onaylamadığı bir davranış sergilemesini bir reddetme olarak algılama olasılığı yüksek olacaktır. Reddedilme duyarlılığının yüksek olan bireylerin aynı zamanda reddedilme karşısında aşırı tepkiler verme eğiliminde olmaları nedeniyle, bu birey muhtemelen eşine karşı hem kendisinin hem de eşinin evlilik doyumunu negatif yönde etkileyebilecek tartışmalara yol açan tepkiler verebilecektir.

Yukarıda da belirtildiği gibi, aracılık analizi sonuçları, eşler değişmez inancı ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı bir rol¼n¼n bulunmadığını göstermiştir. Reddedilme duyarlılığının regresyon denklemine eklenmesi ile eşler değişmez inancı ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkinin beta değeri -0.24 ' den -0.20 'ye d¼řmekle birlikte, Sobel testi bu d¼ř¼ř¼n anlamlı düzeyde olmadığını göstermiştir. Bu sonuç eşler değişmez inancı ve reddedilme duyarlılığının birbirlerinden bağımsız olarak ilişki doyumunu üzerinde anlamlı etkilerinin bulunduğu anlamına gelmektedir. Eşler değişmez inancının ve reddedilme duyarlılığının ilişki doyumunu üzerindeki etkileri söz konusu iki değişken ile ilişki doyumunu arasında anlamlı ilişkiler olduğunu gösteren bulgular bağlamında tartışılmıştı. Bu nedenle burada, aracılık analizinin yapılabilmesi için gerekli koşullardan biri olan ve aynı zamanda araştırmanın d¼rd¼nc¼ hipotezinin kapsadığı konulardan birini oluşturan eşler değişmez inancı ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişki üzerinde durulacaktır.

Eşler değişmez inancı ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu gösteren bulgumuzun olası bir açıklaması, reddedilme duyarlılığı ile eşler değişmez inancının birlikte bulunmasının bir kısır d¼ng¼ oluşturma olasılığı çerçevesinde yapılabilir. Reddedilme duyarlılığı normal koşullarda reddedilme olarak

değerlendirilmeyecek davranışların reddedilme olarak değerlendirilmesine, eşler değişmez inancı ise reddedilme olarak değerlendirilen davranışların tekrar edeceği beklentisine yol açacaktır. Reddedilme olarak nitelendirilen davranışların tekrar edeceği beklentisi bu davranışların algılanmasını kolaylaştıracaktır. Böylelikle bir yandan eşlerin değişmeyeceği inancı güçlenirken, diğer yandan reddedilme beklentisi doğrulanmış olacaktır.

Araştırmanın altıncı hipotezi oluşturulurken, anlaşmazlık yıkıcıdır ve eşler değişmez inançlarına ilişkin bulgular tartışılırken yukarıda belirtilen gerekçelerle, reddedilme duyarlılığının her türlü rasyonel olmayan ilişki inancı ile pozitif, ilişki doyumu ile negatif yönde ilişki göstereceği düşünülmüş ve dolayısıyla reddedilme duyarlılığının aracılık rolünün tüm inanç boyutları için geçerli olacağı öngörülmüştü. Ancak, aracılık analizinin yapılabilmesi için gerekli koşulların karşılanıp karşılanmadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizlerinin sonuçları, cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır, karşı cinsi anlamak zordur, zihin okuma beklentisi ve cinsel mükemmellik inançları ile ne ilişki doyumu ne de reddedilme duyarlılığı arasında herhangi bir anlamlı ilişkinin bulunmadığını göstermiştir. Bu nedenle de bu inanç boyutları için aracılık analizi yapılmamıştır. Bu inanç boyutları ile ilişki doyumu arasında ilişki olmadığını gösteren bulgulara ilişkin tartışmalar daha önce yapıldığı için, burada sadece reddedilme duyarlılığı ile olan ilişkileri konusundaki bulgular üzerinde durulacaktır.

Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır, karşı cinsi anlamak zordur, zihin okuma beklentisi ve cinsel mükemmellik inançlarının, anlaşmazlık yıkıcıdır ve eşler değişmez inançlarının aksine reddedilme duyarlılığı ile herhangi bir ilişki göstermemesinin olası bir nedeni, bazı inanç türlerinin reddedilme duyarlılığını aktive edecek nitelikte iken diğerlerinin bu nitelikte olmamasıdır. Örneğin, yukarıda da tartışıldığı gibi, bir reddedilme algısının eşler değişmez ya da anlaşmazlık yıkıcıdır inancını tetikleme olasılığı yüksektir. Buna karşı, bir reddedilme algısının, örneğin, cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır, karşı cinsi anlamak zordur ya da cinsel mükemmellik inancını aktive etmesi olasılığı daha düşük gibi görünmektedir. Bununla birlikte, rasyonel olmayan ilişki inançları ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkiler konusundaki bilgilerin kısıtlı olması nedeniyle, spekülasyon nitelikteki bu açıklamanın doğrulanması için sözü edilen iki değişken arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara gereksinim vardır.

4.4. İYİMSERLİĞİN RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI İLE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ARASINDAKİ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolünü sınamak amacıyla yapılan analizler, iyimserliğin sadece “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “eşler değişmez” boyutlarında söz konusu iki değişken arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini göstermiştir. Böylece araştırmanın iyimserliğin aracı rolünün rasyonel olmayan ilişki inançlarının tüm boyutları için geçerli olduğunu öngören yedinci hipotezi kısmen doğrulanmıştır

İlgili literatürde rasyonel olmayan ilişki inançları ile ilişki doyumu arasındaki ilişkilerde iyimserliğin aracı rolünü inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, iyimserliğin anlaşmazlık yıkıcıdır ve eşler değişmez boyunda oynadığı aracı role ilişkin bulgularımızın benzer araştırmaların bulgularıyla karşılaştırılarak tartışılması mümkün değildir. Bununla birlikte, iyimserliğin belirleyici özellikleri dikkate alındığında, bu özelliklerin rasyonel olmayan ilişki inançlarının ilişkiye verebileceği hasarı azaltabilecek birer tampon görevi yapacakları düşünülebilir. Örneğin, bir tartışma ya da görüş ayrılığı durumunda devreye girebilecek anlaşmazlığın yıkıcı olduğu inancının yol açabileceği kaygı ya da doyumсузluk gelecekte kötü şeylerden çok iyi şeylerin olacağı yolundaki bir beklenti tarafından azaltılabilir. Benzer şekilde, bireyin eşinin “uygun olmayan” bir özelliğe sahip olduğunu düşündüğünde devreye girebilecek olan eşler değişmez inancının yaratabileceği hayal kırıklığı gelecekte iyi şeyler olacağı beklentisi tarafından dengelenebilir. İyimserliğin devreye girmesi için ortada ikna edici bir gerekçenin olması da gerekli değildir. Çünkü, eğilimsel iyimserlikte, birey istenmedik sonuçlardan çok istedik sonuçların gerçekleşeceğine ilişkin beklentilerini herhangi bir neden üzerine temellendirmez. Bir bireyin iyimser olarak nitelendirilmesi için, hangi gerekçelerle olumsuzdan çok olumlunun gerçekleşeceğini beklediğini açıklayabilmesi gerekli değildir; önemli olan buna inanmasıdır (Cerver ve Scheier, 2014).

Araştırmanın yedinci hipotezi oluşturulurken, reddedilme duyarlılığı örneğinde olduğu gibi, iyimserliğin aracı rolünün de her türlü rasyonel olmayan ilişki inancı için geçerli olacağı düşünülmüştür. Ancak, aracılık analizinin yapılabilmesi için gerekli koşulların

karşılanıp karşılanmadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizlerinin sonuçları, cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır, karşı cinsi anlamak zordur, zihin okuma beklentisi ve cinsel mükemmellik inançları ile ne ilişki doyumu ne de iyimserlik arasında herhangi bir anlamlı ilişkinin bulunmadığını göstermiştir. Bu nedenle de bu inanç boyutları için aracılık analizi yapılmamıştır. Bu inanç boyutları ile ilişki doyumu arasında ilişki olmadığını gösteren bulgulara ilişkin tartışmalar daha önce yapıldığı için, burada sadece iyimserlik ile olan ilişkileri konusundaki bulgular üzerinde durulacaktır.

Anlaşmazlık yıkıcıdır ve eşler değişmez inançları dışında kalan inanç boyutlarının iyimserlik ile herhangi bir ilişki göstermemesinin olası bir açıklaması, reddedilme duyarlılığında olduğu gibi, bazı inanç türleri söz konusu olduğunda iyimserliğin devreye girmesinin kaolay olması çerçevesinde yapılabilir. Örneğin, yukarıda da tartışıldığı gibi, eşlerin değişmez olduğu inancının yaratabileceği umutsuzluğun ya da anlaşmazlığın yıkıcı olduğuna dair bir inancın yol açabileceği kaygının, bir nedene dayandırılıyor olmasa da, gelecek hakkındaki olumlu beklentiler tarafından azaltılma olasılığı vardır. Bununla birlikte, rasyonel olmayan ilişki inançları ile iyimserlik arasındaki ilişkiler konusundaki bilgilerin kısıtlı olması nedeniyle, spekülasyon nitelikteki bu açıklamanın doğrulanması için sözü edilen iki değişken arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara gereksinim vardır.

4.5. ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU, RASYONEL OLMAYAN İLİŞKİ İNANÇLARI, REDDEDİLME DUYARLILIĞI VE İYİMSERLİĞİN YORDANMASINDA YAŞ VE CİNSİYET FARKLILIKLARINA İLİŞKİN BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın sekiz, dokuz, on ve on birinci hipotezlerini sınamak amacıyla yapılan analizlerin sonuçlarına ilişkin yorum ve tartışmalar yer almaktadır.

4.5.1. Romantik İlişki Doyumunun Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması

Yaş ve cinsiyetin romantik ilişki doyumunun yordanmasına yaptıkları katkıyı belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçları ne yaşı ne de cinsiyetin ilişki doyumunun yordanmasına anlamlı bir katkısının olmadığını ortaya koymuştur. Böylelikle, araştırmanın romantik ilişki doyumunun yordanmasında yaş ve cinsiyete bağlı farklılıklar olacağını öngören sekizinci hipotezi doğrulanmamıştır.

Yaş ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalardan bazılarında ileri yaşlarda (örn., Henry ve ark., 2007; Levenson ve ark.,1993), bazılarında erken yaşlarda (örn., Jose ve Alfons, 2007; Taşköprü, 2013) ilişki doyumunun daha yüksek olduğunu gösteren bulgular elde edilirken, bazılarında ise bu iki değişken arasında ilişki bulunmadığı gözlenmiştir (örn., Denli, 2016; Tucker ve Horowitz, 1981). Araştırmanın romantik ilişki doyumunda yaşa bağlı farklılıkların olacağını öngören sekizinci hipotezi oluşturulurken ilişki doyumunun ileri ya da erken yaşlarda daha yüksek olduğunu bulan araştırmalar dikkate alınmış, ancak bulgularımız bu hipotezi doğrulamamıştır. Dolayısıyla, bu bulgumuzun yaş ve ilişki doyumu arasında ilişki bulun araştırmalardan çok ilişki bulmayan araştırmalarla tutarlı olduğu söylenebilir.

Yaş ile romantik ilişki doyumu arasında ilişki bulunmadığını gösteren bulgumuz değişik şekillerde açıklanabilir. Bu açıklamalardan birisi kuşkusuz bu iki değişken arasındaki ilişkinin aslında düzgün doğrusal bir nitelik taşımamasıdır. Özellikle, evlilik doyumu konusunda yapılan araştırmalar evlilik doyumunda ilişki süresine bağlı farklılıkların olduğunu göstermektedir. Örneğin, bazı araştırma bulgularına göre evlilik doyumu ilk beş yılda oldukça yüksek olmakta, daha sonra düşmeye başlamaktadır (Kurdek, 1999). Katılımcılarımızın ilişki süreleri 8 ay ile 5 yıl arasında değişmektedir. İlgili araştırmalar çerçevesinde düşünüldüğünde, yaştan bağımsız olarak tüm katılımcılar için ilişki doyumunun yüksek olması beklenen bir dönemi kapsamaktadır.

Katılımcılarımızın yaş aralığının görece olarak dar olması ilişki doyumu ile yaş arasında bir ilişki bulunmadığını gösteren bulgumuzun bir diğer açıklaması olabilir. İlişki doyumu ile yaş arasında pozitif ya da negatif yönde ilişki bulan araştırmalarda yer alan

katılımcıların yaş aralığının araştırmamıza göre daha geniş olduğu görülmektedir. Örneğin, yaş ile ilişki doyumu arasında negatif yönde ilişki bulunan Jose ve Alfons'un (2007) araştırmasında katılımcıların yaş aralığı 27 ile 60 yaş ve üstü, yaşlılarda ilişki doyumunun daha yüksek olduğunu bulun bazı araştırmalarda orta yaş ile 60 yaş ve üstü arasında değişmektedir (örn., Henry ve ark., 2007; Levenson ve ark.,1993). Bu araştırmada ise katılımcıların yaşı 18-35 arasındadır. İlişki doyumunda yaş farklılıkları daha çok gençler ile yaşlılar arasındaki farklılıklardan kaynaklanıyorsa, bu araştırmada kapsanan yaş aralığında yaşa bağlı bir farklılığın bulunmaması anlaşılabilir bir sonuçtur.

Cinsiyetin romantik ilişki doyumunun yordanmasına anlamlı bir katkısının olmadığını gösteren bulgumuzun ilk akla gelebilecek olası nedeni, kuşkusuz, cinsiyetin gerçekten ilişki doyumunda fark yaratan bir değişken olmamasıdır. Nitekim, literatürde ilişki doyumunda cinsiyete bağlı bir farkın bulunmadığına ilişkin bulguların rapor edildiği pek çok araştırma vardır (örn., Beştav, 2007; Denli, 2016; Tucker ve Horowitz, 1981; Yıldız, 2013). Bununla birlikte, bir çok araştırmacı, bazı gerekçeler öne sürerek, özellikle evlilikte, kadınların ilişki doyumunun daha düşük olacağını öne sürmüştür (örn., Bernard, 1972; Fowers, 1991) ve bu görüş çok sayıda araştırma tarafından desteklenmiştir. Hatta, kanıtların ağırlıklı olarak kadınların ilişki doyumunun daha düşük olduğuna işaret ettiği belirtilmektedir (Fowers, 1991; Jackson ve ark. 2014). Bernard (1972) evlilik kurumunda erkeklerin daha avantajlı konumda oldukları, Fowers (1991) ise tüm fiziksel ve psikolojik sağlık göstergelerinin evliliğin erkeklere daha büyük yarar sağladığına işaret ettiği gerekçesiyle kadınlarının evlilik doyumunun daha düşük gerektiğine öne sürmektedir. Bu nedenle, Fowers'e (1991) göre, bazı araştırmalarda evlilik doyumu açısından cinsiyet farklılıkları bulunamaması temelinde ya örneklemin ya da ölçüm araçlarının yetersiz olması yatmaktadır.

İlişki doyumunda cinsiyete bağlı bir farklılığın bulunmadığını gösteren bulgumuzun ölçüm araçlarının yetersizliğinden kaynaklanmış olma olasılığı düşük gibi görünmektedir. Kullandığımız ölçüm araçları hem ülkemizde hem de ülke dışında geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış, bu nedenle de yaygın biçimde kullanılan araçlardır. Örneklem çerçevesinde düşünüldüğünde ise, bulgumuzun örneklemin sayısal olarak yeterli düzeyde olmaması ve sahip olduğu bazı özelliklerden kaynaklanmış olması mümkün gibi görünmektedir. Daha önce de belirtildiği gibi, örneklemimizi oluşturan

katılımcıları ilişki süreleri 8 ay ile 5 yıl arasında değişmektedir. Bu da katılımcılarımızın bir kısmının nerdeyse flört aşamasında oldukları anlamına gelmektedir. Araştırma bulguları ilk yıllarında ilişki duyumun genellikle yüksek olduğunu göstermektedir. Bu açıdan bakıldığında, hem kadın hem de erkek katılımcılarımızın ilişki doyumlarının oldukça yüksek olması nedeniyle ilişki doyumu açısından cinsiyete bağlı bir farklılık bulunmamış olma olasılığının da dikkate alınması gerektiği düşünülmektedir.

4.5.1. Rasyonel Olmayan İlişki İnançlarının Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması

Yaş ve cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki inançlarının yordanmasına yaptıkları katkıyı belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizlerinden sadece cinsiyet farklılığına ilişkin tek bir anlamlı sonuç elde edilmiştir. Buna göre, karşı cinsi anlamak zordur inancının yordanmasına cinsiyetin anlamlı bir katkısı bulunmaktadır; kadınlar bu inancı erkeklerden daha fazla benimsemektedir. Bunun dışında, yaşın ya da cinsiyetin hiçbir rasyonel olmayan ilişki inancının yordanmasına anlamlı bir katkısının olmadığı görülmüştür.

Rasyonel olmayan ilişki inançları açısından cinsiyet farklılıklarını inceleyen araştırmalardan, genellikle, bir bütün olarak bu tür inançları benimseme düzeyi açısından cinsiyete bağlı bir farklılığın olmadığına (örn., Beştav, 2007; Stackert ve Bursik, 2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009), ancak, bazı inanç türlerinin kadınlar ya da erkekler tarafından daha fazla benimsendiğine işaret eden bulgular elde edilmiştir. Ancak, kadınlar ya da erkekler tarafından daha fazla benimsendiği görülen inanç türü ya da sayısı bir araştırmadan diğerine değişmektedir. Bu nedenle, genel anlamıyla bakıldığında, karşı cinsi anlamak zordur inancının kadın katılımcılar tarafından daha fazla benimsendiğini gösteren bulgumuzun literatürde gözlenen genel eğilimle uyumlu olduğunu söylemek mümkündür.

Özellikle popüler kültürde yaygın olarak yer alan ve kadınların anlaşılmasının mümkün olmadığına işaret eden söylemler dikkate alındığında, karşı cinsi anlamak zordur inancının kadınlar tarafından daha fazla benimsenmesi beklenmedik bir bulgu gibi görünmektedir. Olası bir açıklama ilişkiye daha romantik beklentilerle yaklaşan

kadınların, erkeklerin bazı konulardaki “duyarsız” davranışlarını anlamakta güçlük yaşamaları olabilir.

Kadın ya da erkekler tarafından daha fazla benimsendiği görülen inanç boyutları bir araştırmadan diğerine değişmekle birlikte, araştırma bulgularının görece olarak tutarlı bir biçimde anlaşmazlık yıkıcıdır inancının kadınlar tarafından daha sık kullanıldığına işaret ettiği söylenebilir (Beştav, 2007; Stackert ve Bursik, 2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009). Bu nedenle, anlaşmazlık yıkıcıdır boyutunun benimsenmesinde cinsiyete bağlı fark olmadığına ilişkin bulgumuzun beklendiği bir bulgu olduğunu söylemek güçtür. Daha önce de belirtildiği gibi, örneklemimizi oluşturan katılımcıların önemli bir bölümünün ilişki süreleri neredeyse “balayı” dönemi denilebilecek kadar kısadır. Duyguların oldukça yoğun yaşandığı bu dönemde eşler arasında görece olarak daha az anlaşmazlık yaşanması ya da anlaşmazlıkların göz ardı edilmesi beklenir. Bu durum hem kadın hem de erkek katılımcılar için geçerlidir. Rasyonel olmayan ilişki inanlarının kısmen ilişki yaşantıları boyunca gelişip benimsendiği düşünülürse, anlaşmazlık yıkıcıdır inancı açısından cinsiyete bağlı bir farklılığın olmadığını gösteren bulgularımız biraz daha anlaşılır hale gelebilir.

Diğer yandan, bazı araştırmacılar toplumsal cinsiyete uygun olarak sosyalleştirilmeleri nedeniyle erkeklerin cinsel mükemmellik inancını daha fazla benimseyebileceklerini öne sürmüş (örn., Stackert ve Bursik, 2003; van der Zee ve Hembrecht, 2009), gerek bu araştırmacıların kendileri gerekse başka araştırmacılar (Edmundson, 2005) bu görüşü doğrulayan bulgular elde etmişlerdir. Bununla birlikte, ilgili literatürde cinsel mükemmellik inancının erkekler ya da kadınlar tarafından daha fazla benimsendiğini gösteren araştırma sayısı sınırlı gibi görünmektedir. Dolayısıyla, bu inancın benimsenmesi açısından cinsiyet farklılıklarının bulunmadığını gösteren bulgumuzun ilgili araştırmaların büyük bir bölümünün bulgularıyla uyumlu olduğu söylenebilir. Bu bulgunun olası bir nedeni, hem kadın hem de erkek katılımcıların cinselliğin kendi mahremiyet alanlarında görerek bu konuda fikir beyan etmek istememeleri ya da cinselliğin halen üzerinde konuşulmaması gereken “ayıp” bir konu olması nedeniyle, katılımcılarımızın cinsel mükemmellik boyutu ile ilgili maddeleri sosyal istenirlik yönünde yanıtlamış olmaları olabilir.

İlgili literatür gözden geçirildiğinde, eşler değişmez, zihin oluma beklentisi ve cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır inançlarını benimseme düzeyleri açısından cinsiyete bağlı farklılıkların rapor edildiği araştırma sayısının oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. van der Zee ve Hembrecht (2009) romantik ilişki doyumu düşük, romantik ilişki doyumu yüksek ve romantik ilişkisi bulunan ve bulunmayan kadın ve erkek katılımcıları karşılaştırdıkları bir araştırmada, ilişkisi olmayan ve ilişki doyumu yüksek erkek katılımcıların ise “zihin okuma” boyutunda daha yüksek puan aldıklarını gözlemiştir. Stackert ve Bursik (2003) ise anlaşmazlık yıkıcıdır inancının yanı sıra, eşler değişmez inancının da kadınlar tarafından daha fazla benimsendiğini gösteren bulgular elde etmişlerdir. Göreli olarak az sayıda araştırmada cinsiyet farklılıklarının bulunması, kadın ve erkeklerin sözü edilen bu üç inancın benimsenme düzeyleri arasında gerçekten bir farklılığın olmayabileceği olasılığını gündeme getirmektedir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları açısından yaşa bağlı farklılıklarla ilgilenen araştırmalarda genellikle bu tür inançların yaşla birlikte azalacağı şeklinde bir hipotezle yola çıkılmasında hareketle, araştırmanın sekizinci hipotezinde de yaş farklılıkları öngörülmüştü. Ancak, rasyonel olmayan ilişki inancı boyutları için ayrı ayrı yapılan regresyon analizleri herhangi bir anlamlı sonuç vermemiş ve dolayısıyla bu hipotezin yaş farklılıkları ile ilgili bölümü doğrulanmamıştır. Araştırmacıların genellikle yaş ile rasyonel olmayan inançlar arasında negatif ilişki öngören bir hipotezle yola çıkmalarına karşın, elde edilen sonuçların bu hipotezi tutarlı bir biçimde desteklediğini söylemek güçtür. Rasyonel olmayan ilişki inançları ile yaş arasında negatif ilişki bulan (örn., Honeycut 1991; Regan ve Anguiano, 2010) araştırmaların yanı sıra, herhangi bir ilişki bulamayan (Edmundson, 2005; Hamamcı, 2005; Vannier ve O’Sullivan, 2016) araştırmalar da vardır. Bazı araştırmalarda ise, yaşın bazı ilişki boyutlarıyla negatif, bazıları ile pozitif ilişki gösterdiği bulunmuştur (van der Zee ve Hembrecht, 2009). Araştırmamızın bulguları söz konusu iki değişken arasında ilişki bulmayan araştırmaların bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Rasyonel olmayan ilişki inançları ile yaş arasındaki ilişkiye dair her türlü bulguya mantıksal açıklamalar getirmek mümkündür. Yaş ile bu tür inançlar arasındaki ilişkide iki faktörün kritik önem taşıdığı söylenebilir. Bunlardan bir ilişki süresi, diğeri ilişki doyumdur. Başlangıçta rasyonel olmayan inançlara sahip bir kişinin bu inançları ilişki

yaşantılarına paralel olarak değişebilir. Bu kişi ilişkisi boyunca, örneğin, anlaşmazlığın yıkıcı olmadığını, karşı cinsin o kadar da anlaşılmaz olmadığını öğrenebilir. İlişki süresiyle birlikte yaş da artacağı için ilişki inançları ile yaş arasında negatif bir korelasyon görülecektir. Bunun aksine, bir kişi ilişki yaşantısı boyunca, örneğin, anlaşmazlığın yıkıcı olduğu, eşlerin değişmeyeceği, karşı cinsi anlamının mümkün olmadığı yolunda inançlar geliştirebilir ya da başlangıçta sahip olduğu bu tür inançlar giderek güçlenebilir. Bir başka kişi ise, yine ilişki yaşantılarına bağlı olarak başlangıçta neye inanıyorsa aynı şeylere inanmaya devam edebilir. Burada, burada inançların değişip değişmeyeceğini, değişecekse hangi yönde değişeceğini belirleyen kritik faktör, mantıksal olarak ilişki doyumdur. Bu araştırmada yaş ile rasyonel olmayan ilişki inançları arasındaki ilişkinin, ilişki süresi ve ilişki doyumu kontrol edilmeden incelenmiş olması, bu iki değişken arasında ilişki olmadığını gösteren bulgunun sağlıklı bir yorumunun yapılmasını güçleştirmektedir.

4.5.2. Reddedilme Duyarlılığının Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması

Yaş ve cinsiyetin reddedilme duyarlılığının yordanmasına yaptıkları katkıları incelemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçları ne yaşı ne de cinsiyetin reddedilme duyarlılığının yordanmasına anlamlı katkı yapmadığını ortaya koymuştur. Böylelikle araştırmanın dokuzuncu hipotezi desteklenmiştir. Reddedilme duyarlılığı ile yaş ve cinsiyet arasındaki ilişki araştırmaların çok fazla ilgisini çeken konular olmamıştır. Cinsiyet ve yaş ile reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişki konusundaki bilgiler genellikle ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemini kapayan ve farklı amaçlarla yürütülen araştırmalardan elde edilmiştir. Bu araştırmalardan bazılarında kız, bazılarında erkek ergenlerin reddedilme duyarlılığının yüksek olduğunu, bazılarında ise katılımcı cinsiyetine bağlı bir fark olmadığı gözlenmiştir (Hafen ve ark., 2014; Gitanjali, 2013; Marston ve ark., 2010; McLachlan, 2010). Yaş ile ilgili olarak da, Hafen ve arkadaşları (2014) örneklem gruplarını oluşturan ergenlerin reddedilme duyarlılıklarının 16-19 yaş arasında doğrusal olarak azaldığını bulmuşlardır. Yaş aralığı, tam olmasa da görece olarak örneklemimizin yaş aralığına daha yakın olan üniversite öğrencileriyle yürütülen bir araştırmada ise, kadınların reddedilme duyarlılığının erkeklerden daha yüksek olduğunu

gösteren bulgular elde edilmiştir (Erözkan, 2004a). Örneklemelerin yaş aralıkları farklı olması nedeniyle, reddedilme duyarlılığında yaşa bağlı farklılıkların olmadığını gösteren bulgularımızın benzer araştırmalarla uyum içinde olup olmadığı konusunda bir yargıya varmak güçtür. Cinsiyet farklılığına ilişkin bulgumuz ise, literatürde rastladığımız tek araştırma olan Erözkan'ın (2004) araştırmasının bulgusuyla tutarlı değildir.

Reddedilme duyarlılığı konusunda çalışan araştırmacılar, ebeveynlerinin ihtiyaçlarına duyarsız olmaları ya da ihtiyaçlarını karşılamayı reddetmeleri sonucunda oluşan ve tıpkı bağlanma stilleri gibi yetişkinlik dönemine taşınarak bireyin psikolojik süreçlerini ve sosyal ilişkilerini etkilemeye devam edeceğini öne sürmüşlerdir (Feldman ve Downey, 1994; Downey ve Feldman, 1996; Romero-Canyas ve Downey, 2005). Buradan hareketle, reddedilme duyarlılığı açısından cinsiyete bağlı farklılıkların olabilmesi için ana-babaların kız ya da erkek çocuklarının sistematik bir biçimde daha çok reddetme durumunda olmaları gerektiği öne sürülebilir. Bazı kültürlerde kız çocukların aleyhine böyle bir ayırımın var olması söz konusu olmakla birlikte, mevcut bilgiler böyle bir durumun katılımcılarımız için geçerli olma olasılığını son derecede düşük olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, reddedilme duyarlılığı açısından cinsiyete bağlı bir farklılığın olmadığını gösteren bulgumuzun beklenmedik bir bulgu olmadığı söylenebilir.

4.5.2. İyimserliğin Yordanmasına Yaş ve Cinsiyetin Katkılarına İlişkin Bulguların Tartışılması

Yaş ve cinsiyetin iyimserliğin yordanmasına yaptıkları katkıya ilişkin regresyon analizi sonuçları bu değişkenlerin iyimserliğin yordanmasına herhangi bir anlamlı katkısının olmadığını göstermiştir. Bu bulgular araştırmamızın son hipotezini destekler yöndedir. İyimserlikte yaş ve cinsiyet farklılıklarının incelendiği araştırmalardan elde edilen bulgular arasında bir tutarlılık yoktur. İyimserliğin yaşla birlikte arttığını (Kotter-Grühn ve Smith, 2011), azaldığını (Herzberg ve ark., 2006), yaşla iyimserlik arasındaki ilişkinin yönünün kültüre bağlı olarak değiştiğini (You ve ark., 2009) ya da bu iki değişken arasında ilişki olmadığını (Abrahm, 2007) gösteren araştırmalar vardır. İyimserliğin yordanmasına yaşın bir katkısının olmadığını gösteren bulgularımız bu iki değişken arasında ilişki bulamayan araştırmalarla uyumludur. Bununla birlikte, yaş ile

iyimserlik arasında pozitif ya da negatif ilişki bulan araştırmalar incelendiğinde, katılımcıların yaş aralıklarının çok ileri yaşları kapsayacak ölçüde geniş olduğu dikkat çekmektedir. Bu nedenle, yaşın iyimserliğin yordanmasına anlamlı bir katkısının olmadığını gösteren bulgumuzun örnekleminizin yaş aralığının ileri yaşları kapsamamasından kaynaklanmış olma olasılığını dikkate almak gerekmektedir.

İyimserlikte cinsiyet farklılıkları araştırmacıların ilgisini çeken bir konu gibi görünmemektedir. Doğrudan doğruya iyimserlikte cinsiyet farklılıklarını inceleyen araştırma sayısı son derece de kısıtlıdır. Ulaşabildiğimiz araştırmaların bulguları ise tutarlı değildir. Örneğin, Lin ve Raghbir (2005) erkek üniversite öğrencilerinin, Stipek ve arkadaşları (1981) erkek çocukların, Kassinove ve Sukhodolsky (1995) kız çocukların iyimserlik düzeyini daha yüksek olarak bulmuştur. Üniversite öğrencileriyle yürütülen bazı araştırmalarda ise iyimserlik düzeyinde cinsiyete bağlı herhangi bir farklılık gözlenmemiştir (Gençoğlu ve ark., 2014; Lapsley ve Hill, 2010). Gerek örneklemlerin yaş aralığının daha yakın olması, gerekse cinsiyet farklılıklarına ilişkin bulguları açısından araştırmamız üniversite öğrencilerinde cinsiyete bağlı farklılık bulamayan araştırmalara daha yakın gibi görünmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma temel olarak rasyonel olmayan ilişki inançları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığı ile iyimserliğin aracı değişkenler olarak rol oynayıp oynamadıklarını belirlemek amacıyla yürütülmüştür. Bu temel amacın yanı sıra, rasyonel olmayan ilişki inançları, reddedilme duyarlılığı, iyimserlik ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiş, ayrıca bu değişkenlerin yordanmasına yaş ve cinsiyetin yaptıkları katkılar üzerinde durulmuştur.

Reddedilme duyarlılığının rasyonel olmayan ilişki inançlarının “anlaşmazlık yıkıcıdır” boyutu, iyimserliğin ise “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “eşler değişmez” boyutları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkilerde aracı değişken olarak rol oynadıkları gözlenmiştir. İlgili literatürde reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin aracı rolüne ilişkin herhangi bir araştırmaya rastlanmadığından, bu bulguların bezer araştırmalara göre konuları hakkında herhangi bir tartışma yapmak mümkün değildir.

Reddedilme duyarlılığı, iyimserlik ve rasyonel olmayan ilişki inançlarının birbirleriyle ve romantik ilişki doyumu ile ilişkili olduğunu gösteren çeşitli bulgular elde edilmiştir. Bu bulgulardan bazılarının literatürde yer alan bazı araştırmaların bulgularıyla tutarlı olduğunu söylemek mümkündür. Bununla birlikte, ulaşılabildiğimiz literatür kapsamında, reddedilme duyarlılığı ile iyimserlik arasındaki ilişkinin incelendiği herhangi bir araştırmaya rastlanmaması nedeniyle, bu iki değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunduğunu gösteren bulgumuzun, bu konuda yapılacak olan araştırmaların sonuçları ortaya çıkıncaya kadar tek başına değerlendirilmesi gerekmektedir.

Rasyonel olmayan ilişki inançlarının “karşı cinsi anlamak zordur” boyutunda kadınların daha yüksek puan almaları dışında, yaş ve cinsiyetin araştırmada yer alan diğer değişkenleri yordanmasına katkı yaptığını gösteren herhangi bir anlamlı bulgu elde edilmemiştir. Rasyonel olmayan ilişki inançları, romantik ilişki doyumu, reddedilme duyarlılığı ve iyimserlikte yaş ve cinsiyete bağlı farklılıkların olduğunu ve olmadığını gösteren çok sayıda araştırma vardır. Bu nedenle, yaş ve cinsiyetin bu değişkenlerin yordanmasına katkısının olmadığını gösteren bulgumuzun en azından ilgili araştırmaların bir kısmı ile tutarlılık gösterdiğini söylemek mümkündür. Bununla birlikte, yaş ve

cinsiyetin rasyonel olmayan ilişki inançları, romantik ilişki doyumu, reddedilme duyarlılığı ve iyimserliği yordamadaki rolünün açıklığa kavuşturulabilmesi için bu tür araştırmalara devam edilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın literatüre iki açıdan katkı yaptığı düşünülebilir. Bunlardan ilki reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin aracı rollerinin incelenmesidir. Ulaşabildiğimiz literatür kapsamında bu değişkenlerin rasyonel olmayan ilişki inançları ile ilişki doyumu arasındaki ilişkide oynayabilecekleri aracı rolün incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Elde ettiğimiz bulgular, rasyonel olmayan ilişki inançlarının, en azından bazı boyutlarında, bu değişkenlerin aracı rolünün bulunabileceğine işaret etmiştir. Ancak, tek bir araştırmanın reddedilme duyarlılığı ve iyimserliğin aracı rolüne ilişkin kesin bir yargıya varmak için yeterli olamayacağından, bu konuyu irdelenecek araştırmalara gereksinin vardır. Bu da, araştırmamızın gündeme yanıtlanması gereken yeni bir soru ve incelenmesi gereken yeni bir konu getirdiği anlamına gelmektedir.

Araştırmamızın literatüre yaptığı diğer katkı reddedilme duyarlılığı ile iyimserlik arasındaki negatif yönde bir ilişkinin bulunduğunu ortaya koymasıdır. Bu değişkenlerin her ikisi de ayrı ayrı romantik ilişki doyumu ile ilişkili bulunan, ancak kendi aralarındaki ilişki incelenmemiş olan değişkenlerdir. Bu değişkenler arasında ilişki bulunması, herhangi biri ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide diğerinin aracı ya da düzenleyici değişken olarak rol oynayabileceği olasılığını, yanıtlanması gereken bir soru olarak, gündeme getirmektedir.

Araştırmanın bulgularını ve katkılarını değerlendirilirken göz önünde bulundurulması gereken bazı noktalar vardır. Örneklemimizin kartopu yöntemiyle oluşturulması nedeniyle, katılımcılarımızın değişik artalan özellikleri açısından birbirlerine benzer olma olasılığı vardır. Bu da örneklemimizin evreni temsil kapasitesinin yeterli olmama olasılığını gündeme getirmektedir. Bunun yanı sıra, katılımcı sayısı bu araştırmada yapılan bazı analizler için ideal düzeyde değildir. Buradan hareketle, analizler açısından ideal sayıda ve evreni temsil kapasitesi daha yüksek örneklemle yapılacak araştırmaların hem bulgularımızın sağlanması hem de gündeme getirdiği konulardaki bilgi birikimine katkı yapması açısından yararlı olacağı düşünülebilir.

KAYNAKÇA

- Abend, T. A. ve Williamson, G. A. (2002). Feeling attractive in the wake of breast cancer: Optimism matters, and so do interpersonal relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28,427-436,
- Abraham, W. T. (2007). *Dispositional optimism and pessimism: Stability, change, and adaptive recovery following life event experiences*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Iowa State University.
- Ai, A. L., Peterson, C., Bolling, S. F., & Koenig, H. (2002). Private prayer and optimism in middle-aged and older patients awaiting cardiac surgery. *The Gerontologist*, 42(1), 70-81.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Alder, E. S. (2010). *Age, education level, and length of courtship in relation to marital satisfaction*. Yüksek Lisans Tezi. Pacific University.
- Aspelmeier, J. E., ve Kerns, K. A. (2003). Love and school: Attachment/exploration dynamics in college. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20, 5-30.
- Assad, K. K., Donellan, M. B., ve Conger, R. D.(2007). Optimism: An enduring resource for romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 285-297.
- Baucom, D. H., Epstein, N., Sayers, S. L., & Sher, T. G. (1989). The role of cognitions in marital relationships: definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57(1), 31.
- Baumeister, R. F. ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation, *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Beştav, G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*.Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi.

- Boerner, K., Jopp, D. S., Carr, D., Sosinsky, L., ve Kim, S. K. (2014). "His" and "her" marriage? The role of positive and negative marital characteristics in global marital satisfaction among older adults. *The Journals of Gerontology: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69, 579-589.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bozkuş, O. ve Araz, A. (2015). Narsisizm evlilik uyumu ilişkisinde reddedilme duyarlılığı ve olumlu yanılsamaların aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 3,29-54.
- Booth, A. ve Edwards, J. N. (1985) Age at Marriage and Marital Instability. *Journal of Marriage and Family*, 47, 67-75.
- Brissette, I., Scheier, M.F. ve Carver, C.S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 102-111.
- Carver, C. S., Kus, L. A. ve Scheier, M.F. (1994). Effects of good versus bad mood and optimistic versus pessimistic outlook on social acceptance versus rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 138- 151
- Carver, C.S., Scheier, M. F. ve Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30, 879-889.
- Carver, C.S., Scheier, M.F., ve Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Cerver, C.S. ve Scheier, M. S. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18, 293-299.
- Catanese, K. R., & Tice, D. M. (2005). The effect of rejection on anti-social behaviors: Social exclusion produces aggressive behaviors. *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying*, 297-306.
- Chan, M. L. K. (2011). *Optimism in romantic relationship: Predicting relationship satisfaction from optimism in Hong Kong young adult couples*. Yayınlanmamış Mezuniyet tezi, City University of Hong Kong.

- Chapin, J. (2001). Self-protective Pessimism: Optimistic Bias in Reverse. *North American Journal of Psychology*, 3, 253-262
- Christian, J. L., O'Leary, K. D., & Vivian, D. (1994). Depressive symptomatology in maritally discordant women and men: The role of individual and relationship variables. *Journal of Family Psychology*, 8(1), 32.
- Cramer, D. (2004). Effect of the destructive disagreement belief on relationship satisfaction with a romantic partner or closest friend. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 77, 121-133
- Çakırlar, A. (2012) *Polislerde Evlilik Uyumunu Etkileyen Bazı Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi
- Çakmak-Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması: Diyarbakır İli Örneği*. Yayımlanmamış Doktora Tezi İnönü Üniversitesi.
- Dainton, M., Stafford, L. ve Canary, D. (1994). Maintenance strategies and physical affection as predictors of love, liking, and satisfaction in marriage. *Communication Reports*, 7, 89-98.
- Denli, Ö. S. (2016). *Evli çiftlerde eşler arasında algılanan kişilik benzerliğinin evlilik uyumu ve evlilik doyumuyla ilişkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi.
- Dicke, A. K. (1997). *Optimism and its effect on romantic relationship*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Texas Tech University.
- DiGuiseppe, R. (1995). Comprehensive cognitive disputing in RET. W. Dryden (Ed.) *Rational Emotive Behaviour Therapy: A Reader* (pp. 108-129). London: Sage Publication Ltd.
- Downey, G. ve Feldman, S.I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7, 1327-1343.
- Downey, G., Freitas, A. L., Michaelis, B., & Khouri, H. (1998). The self-fulfilling prophecy in close relationships: rejection sensitivity and rejection by romantic partners. *Journal of personality and social psychology*, 75(2), 545.

- Duran-Bozkurt, E. (2014). *Evli ve Çalışan Bireylerin Tükenmişlik Düzeyleri ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Dryden, W. (1987). *Current Issues in Rational-Emotive Therapy*. New York: Croom Helm Ltd.
- Edmundson, M. L. (2005). *Marriage Myths and Dysfunctional Relationship Beliefs among Undergraduates*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, University of Tennessee.
- Eidelson, R.J. ve Epstein, N. (1982). Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals, and satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 9, 13-22.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Ellis, A. (1993). Reflections on rational-emotive therapy. *Cognitive and constructive psychotherapies: Theory research and practice*, 69-73.
- Ellis, A. ve Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behaviour therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Ellis, A., Sichel, J., Yeager, R., Dimattia, D., ve Diguiseppa, R. (1989). *Rational emotive couples therapy*. New York: Pergamon.
- Erözkan, A. (2004a). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile reddedilme duyarlılıklarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5, 85-98.
- Erözkan, A. (2004b). *Romantik ilişkilerde reddedilmeye dayalı incinebilirlik, bilişsel değerlendirme ve başa çıkma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Ey, S., Hadley, W., Allen, D.N., Palmer, S., Klosky, J., Deptula, D., Thomas, J. ve Cohen, R. (2005). A new measure of children's optimism and pessimism: the youth life orientation test. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46,548–558

- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships, 9*, 39-55.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology, 6(01)*, 231-247.
- Foshee, V. (1996). Gender differences in adolescent dating abuse prevalence, type and injuries. *Health Education Research, 11*, 275- 286.
- Fowers, B. J. (1991). His and her marriage: A multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles, 24*, 209-221.
- Fowers, B. J., Lyons, E. M., & Montel, K. H. (1996). Positive marital illusions: Self-enhancement or relationship enhancement?. *Journal of Family Psychology, 10(2)*, 192.
- Galliher, R. V. ve Bentley, C. G. (2010). Links between Rejection Sensitivity and Adolescent Romantic Relationship Functioning: The Mediating Role of Problem-Solving Behaviors. *Journal of Aggression, Maltreatment ve Trauma, 19*, 603–623.
- Gençoğlu, C., Alkan, E. ve Koçyiğit, M. (2014). Bit mit olarak iyimserlik: Kızlar mı yoksa erkekler mi daha iyimser? *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 13*, 129-138
- Gitanjali, M. (2013). Rejection sensitivity: exploring the link between attachment pattern and psycho-social adjustment in early adolescence. shodhganga.inflibnet.ac.in
- Gizir, C. A. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8*, 37-45.
- Gizir, C. A. (2013). Üniversite öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim, 38*, 372-383
- Goel, S. ve Narang, D. K. (2012). Gender Differences in Marital Adjustment, Mental Health and Frustration Reactions during Middle Age. *Journal of Humanities and Social Science, 1*, 42-49
- Goodwin, R., ve Gaines, S. O. (2004). Relationships beliefs and relationship quality across cultures: Country as a moderator of dysfunctional beliefs and relationship quality in three former Communist societies. *Personal Relationships, 11(3)*, 267-279.

- Hafen, C. A., Spilker, A., Chango, J., Marston, E. S., ve Allen, J. P. (2014). Accept or reject? The impact of adolescent rejection sensitivity on early adult romantic relationships. *Journal of Research on Adolescence, 24*, 55-64.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 33*, 313-328.
- Hatfield, E., Greenberger, E., Traupmann, J. ve Lambert, P. (1982). Equity and sexual satisfaction in recently married couples. *Journal of Sex Research, 18*, 18-32
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology, 52*(3), 511.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry, 5*, 1-22.
- Heaton, T.B. (2002). Factors contributing to increasing stability in the United States. *Journal of Family Issues, 23*, 392-409.
- Henry, N. J., Berg, C. A., Smith, T. W. ve Florsheim, P. (2007). Positive and negative characteristics marital interaction and their association with marital satisfaction in middle-aged and older couples. *Psychology and aging, 22*, 428.
- Herzberg, P. Y., Glaesmer, H. ve Hoyer, J. (2006). Separating optimism and pessimism: a robust psychometric analysis of the revised Life Orientation Test (LOT-R). *Psychological assessment, 18*, 433-438.
- Hirschberger, G., Srivastava, S. Marsh, P., Cowan C.P. ve Cowan, P. A. (2009). Attachment, marital satisfaction, and divorce during the first fifteen years of parenthood. *Personal Relationships, 16*, 401-420.
- Honeycutt, J. M. (1991). The endorsement of myths about marriage as a function of gender, age, religious denomination, and educational level. *Communication Research Reports, 8*, 101-111.
- Houseknecht, S. K. Ve Macke, A. S. (1981). Combining marriage and career: Marital adjustment of Professional women. *Journal of Marriage and Family, 43*, 651-661.

- Hurley, C., Field, T. ve Bendell-Estof, D. (2012) Rejection Sensitivity and Marital Adjustment among Military Spouses during Deployments. *Psychology*, 3, 480-484.
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka ve Henry, M. (2014). Gender Differences in Marital Satisfaction: A Meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76, 105-129
- James, A., Hunsley, J. ve Hemsworth, D. (2002). Factor structure of the relationship belief inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 729-744.
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction?. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(1), 73-85.
- Kassinove, H. ve Sukhodolsky, D. G. (1995). Optimism, pessimism and worry in Russian and American children and adolescents. *Journal of Social Behavior and Personality*, 10, 157.
- Kayser, K. ve Himle, D. P. (1994). Dysfunctional beliefs about intimacy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 8, 127-140.
- Kenny, D. A. (2014). Learn how you can do a mediation analysis and output a text description of your results: Go to mediational analysis using DataToText using SPSS or R. Retrieved September, 26, 2014.
- Kenny, D.A. ve Judd, C.M. (2014). Power anomalies in testing mediation. *Psychological Science*.
- Kelley, H. H. ve Thibaut, J. W. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: Wiley-Interscience.
- Kotter-Grühn, D., ve Smith, J. (2011). When time is running out: changes in positive future perception and their relationships to changes in well-being in old age. *Psychology and aging*, 26, 381-387.
- Kurdek, L. A (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first ten years of marriage. *Developmental Psychology*, 35, 1283-1296.
- Lapsley, D. K ve Hill, P. L. (2010). Subjective invulnerability, optimism bias and adjustment in emerging adulthood. *Journal of youth and adolescence*, 39, 847-857.

- Le, B. ve Agnew, C.R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the investment model. *Personal Relationships*, 10, 37-57.
- Leary, M. R., Twenge, J. M., ve Quinlivan, E. (2006). Interpersonal rejection as a determinant of anger and aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 111-132.
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L ve Gottman, J. M. (1993). Long-Term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8, 301-313.
- Lin, Y. C. ve Raghurir, P. (2005). Gender differences in unrealistic optimism about marriage and divorce: Are men more optimistic and women more realistic?. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(2), 198-207
- Maner, J.K., DeWall, C.N., Baumeister, R.F., ve Schaller, M. (2007). Does social exclusion motivate interpersonal reconnection? Resolving the "porcupine problem." *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 42-55.
- Marston, E. G., Hare, A., & Allen, J. P. (2010). Rejection sensitivity in late adolescence: Social and emotional sequelae. *Journal of Research on Adolescence*, 20(4), 959-982.
- Maslow, A. (1987). *Motivation and personality*(3.baskı) New York: Harper ve Row.
- McLachlan, J., Zimmer-Gembeck, M.J. ve McGregor, L. (2010). Rejection sensitivity in childhood and early adolescence: Peer rejection and protective effects of parents and friends. *Journal of Relationships Research*, 1, 31-40,
- Möller, A. T. ve Van Zyl, P.D. (1991). Relationship beliefs, interpersonal perception and marital adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, 47, 28-35.
- Murphy, A. M., & Russell, G. (2016). Rejection sensitivity, jealousy, and the relationship to interpersonal aggression. *Journal of interpersonal violence*, 0886260515622572.
- Neff, L. A. ve Geers, A. L. (2013) Optimistic expectations in early marriage: A resource or vulnerability for adaptive relationship functioning? *Journal of Personality and Social Psychology*, 105, 38-60

- Norona, J. C., Salvatore, J. F., Welsh D. P. ve Darling, N. (2014). Rejection sensitivity and adolescents' perceptions of romantic interactions. *Journal of Adolescent*, 37, 1257-1267.
- Peterson, C. (2000). The Future of Optimism. *American Psychologist*, 55, 44–55.
- Peterson, C., ve Seligman, M. E. P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review*, 91, 347-374.
- Peterson, C., Seligman, M. E. P. ve Vallient, G. E. (1988). Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: A thirty-five year longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 23-27.
- Pickett, C. L. ve Gardner, W. L. (2005). The social monitoring system: enhanced sensitivity to social clues as an adaptive response to social exclusion.
- Regan, P. ve Anguiano, C. (2010). Romanticism as function of age, sex and ethnicity. *Psychological Reports* 107, 972-976
- Romans, J. S. ve DeBord, J. (1995). Development of the relationship beliefs questionnaire. *Psychological reports*, 76, 1248-1250.
- Romero-Canyas, R. ve Downey, G. (2005). Rejection sensitivity as a predictor of affective and behavioral responses to interpersonal stress: A defensive motivational system. K.D. Williams, J.P. ForgasveW. von Hippel (Eds.), *The Social Outcast: Ostracism, Social Exclusion, Rejection and Bullying* (s.131-154). NY: Psychology Press.
- Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., ve Kang, N. J. (2010) Rejection Sensitivity and the Rejection–Hostility Link in Romantic Relationships, *Journal of personality*, 78, 119-148.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 101-117.

- Rusbult, C. E. ve Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis, *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 175-204.
- Rusbult, C.E., Martz, J.M., Agnew, C.N. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives and investment size. *Journal of Personal Relationships*, 5, 357-391.
- Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5,
- Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Schumm, W. R., Webb, F. J. ve Bollman, S. R. (1998) Gender and marital satisfaction: data from the National Survey of Families and Households. *Psychological Report*, 83, 319-327.
- Seligman, M. E., Abramson, L. Y., Semmel, A. ve von Baeyer, C. (1979) Depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 242-247.
- Shepperd, J. A., William M. P. Klein, W. M. P., Waters, E. A. ve Weinstein, N.D. (2013). Taking Stock of Unrealistic Optimism. *Perspectives on Psychological Sciences*, 8, 395–411.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi. İnönü Üniversitesi
- Slavinskienė, J.ve Žardeckaitė-Matulaitienė (2012). The relations between socio-demographical factors, irrational beliefs, adult insecure attachment style and marital satisfaction of Lithuanian married couples.*Proceedings inARSA-Advanced Research in Scientific Areas*. www.arsa-conf.com/
- Spoor, J.R.ve Williams, K.D. (2007). The evolution of an ostracism detection system. J.P. Forgas, M.G. Haselton ve W. von Hippel (Eds.), *Evolution and the Social Mind: Evolutionary Psychology and Social Cognition* (s.279-292). NY: Psychology Press.

- Sprecher, S. ve Metts, S. (1989). Development of the 'Romantic Beliefs Scale' and Examination of the Effects of Gender and Gender-Role Orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 387-411
- Sprecher, S. ve Metts, S. (1999). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 834-851.
- Sprecher, S., ve Toro-Morn, M. (2002). A study of men and women from different sides of earth to determine if men are from Mars and women are from Venus in their beliefs about love and romantic relationships. *Sex Roles*, 40, 131-147.
- Srivastava, S. ve Angelo, K. M. (2009). Optimism, effects on relationships. H. T. Reis and S. K. Sprecher (Eds.), *Encyclopedia of human relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Srivastava, S., McGonigal, K. M., Richards, J. M., Butler, E. A. ve Gross, J. J. (2006). Optimism in close relationships: How seeing things in a positive light makes them so. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 143-153.
- Stackert, R. A. ve Bursik, S. K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429.
- Stipek, D. J., Lamb, M. E. ve Zigler, E. F. (1981). OPTI: A measure of children's optimism. *Educational and Psychological Measurement*, 41, 131-143.
- Strimpfel, J. M. (2012). *Rejection Sensitivity in Adolescent Offspring of Mothers with Borderline Personality Disorder*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, The University of Tennessee.
- Şimşek, Ç. (2014). *Polis Memurlarının Evlilik Doyumları, İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmaların ve Cinsiyet Rollerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi/
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2000). Person perception: Forming impressions of others. *Social psychology*, 62-97.

- Terveer, A.M. ve Wood, N. D. (2014) Dispositional Optimism and Marital Adjustment. *Contemporary Family Therapy*, 36, 351-362.
- Thibaut, J.W ve Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Tsirgielis, C. (2009) Rejection sensitivity in early adolescence .Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, University of Toronto.
- Tucker, J. M. ve Horowitz, J. E. (1981). Assesment of factors in marital adjustment. *Journal of behavior assesment*, 3, 243-252.
- Tufan-Çetin, B. (2010). *Evlilik Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi .
- Türküm, S. A. (1999). *İyimserlik ve Stresle Başa Çıkma*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Twenge, J. M., Baumeister, R. F., Tice, D. M. ve Stucke, T. S. (2001). If you can't join them, beat them: Effects of social exclusion on aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1058-1069.
- Ulusoy, Y. ve Duy, B. (2013). Öğrenilmiş iyimserlik psiko-eğitim uygulamasının öğrenilmiş çaresizlik ve akılcı olmayan inançlar üzerindeki etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13, 1431-1446.
- Van der Zee, F. ve M. Hembrecht (2009). The role of dysfunctional relationship beliefs in relationship satisfaction A comparison of singles with satisfied and less satisfied coupled people in their endorsement of irrational and anxious relationship beliefs. 27 Mart 2016. <http://dspace.library.uu.nl/bitstream/handle/1874/36739/Hembrecht%200105791.pdf?sequence=1>
- Vannier, S.A. ve O'Sullivan, L. F. (2016). Passion, connection, and destiny How romantic expectations help predict satisfaction and commitment in young adults' dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*.
- Walster, E., Walster, G. W. ve Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston: Allyn ve Bacon.

- Weinrach, S. G. (2006). Nine experts describe the essence of rational-emotive therapy while standing on one foot. *Journal of Rational-Emotive ve Cognitive-Behavior Therapy*, 24 217–223.
- Weiten, W., Dunn, D. ve Hammer, E. (2014). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 21st century*. Cengage Learning.
- Williams, K.D. (2001). *Ostracism: The power of silence*. NY: Guilford.
- Wrosch, C., ve Scheier, M. F. (2003). Personality and quality of life: The importance of optimism and goal adjustment. *Quality of Life Research*, 12, 59-72.
- Yıldız, Y. (2012). *İlişkiye İlişkin İnançların Evlilik Uyumunu Yordaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
- You, J., Fung, H.H.L. ve Isaacowitz, D. M. (2009) Age differences in dispositional optimism: across-cultural study. *European Journal of Ageing*, 6, 247-252.
- Zangl, J. (2011). *Rejection Sensitivity as Mediator Between Stigma and Romantic Relationship Satisfaction*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, The University of Vermont.

EKLER

EK-1

Rasyonel Olmayan İlişki İnançları, Romantik İlişki Doyumu, Reddedilme Duyarlılığı ve İyimserlik Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular

Karşı Cinsi Anlamak Güçtür İnancının İlişki Doyumunu Ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Karşı cinsi anlamak güçtür	.017	.000	-.006	-.040	.194	-.017	-.209	.043
Karşı cinsi anlamak güçtür	.087	.008	.001	.473	.432	.087	1.095	1.200

Zihin okuma beklentisi İnancının İlişki Doyumunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Zihin okuma beklentisi	.026	.001	-.006	.088	.272	.026	.324	.105
Zihin okuma beklentisi	.129	.017	.010	-.981	.604	-.129	-1.625	2.641

Cinsel mükemmeliyet İnancının İlişki Doyumunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Cinsel mükemmeliyet	.078	.006	.000	.240	.245	.078	.979	.957
Cinsel mükemmeliyet	.028	.001	-.006	.189	.548	.028	.345	.119

Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır İnancının İlişki Doyumunu ve Reddedilme Duyarlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır	.281	.079	.073	-.688	.188	-.281	-3.656	.957
Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır	.078	.006	.000	.428	.436	.078	.981	.962

Karşı cinsi anlamak güçtür İnancının İlişki Doyumunu ve İyimserliğin Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Karşı cinsi anlamak güçtür	.017	.000	-.006	-.040	.194	-.017	-.209	.043
Karşı cinsi anlamak güçtür	.099	.010	.003	-.213	.172	-.099	-1.241	1.541

Zihin okuma beklentisi İnancının İlişki Doyumunu ve İyimserliğin Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Zihin okuma beklentisi	.026	.001	-.006	.088	.272	.026	.324	.105
Zihin okuma beklentisi	.045	.002	-.004	.137	.242	.045	.566	.321

Cinsel mükemmeliyet İnancının İlişki Doyumunu ve İyimserliğin Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R ²	R ² değişim	B	SH	β	t	F
Cinsel mükemmeliyet	.078	.006	.000	.240	.245	.078	.979	.957
Cinsel mükemmeliyet	.056	.003	-.003	.153	.218	.056	.699	.489

Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır İncancının İlişki Doyumunu ve İyimserliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizleri

	R	R2	R2 değişim	B	SH	β	t	F
Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır	.281	.079	.073	-.688	.188	-.281	-3.656	.957
Cinsiyetlerin ihtiyaçları farklıdır	.112	.013	.006	-.244	.173	-.112	-1.409	1.986



EK-2

Yaş ve Cinsiyetin Anlaşmazlık Yıkıcıdır İnancının Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.070	.005	-.008					.382
Yaş				.041	.135	.024	.394	
Cinsiyet				-.545	.686	-.064	-.795	

Yaş ve Cinsiyetin Zihin Okuma Beklentisi İnancının Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.108	.012	-.001					.913
Yaş				-.071	.071	-.080	-1.001	
Cinsiyet				-.351	.359	-.078	-.979	

Yaş ve Cinsiyetin Cinsel Mükemmeliyet İnancının Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.104	.011	-.002					.842
Yaş				-.012	.079	-.012	-.153	
Cinsiyet				-.517	.399	-.104	-1.296	

Yaş ve Cinsiyetin Eşler Değişmez İnancının Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.086	.007	-.005					.579
Yaş				.045	.112	.032	.405	
Cinsiyet				.582	.569	.082	1.024	

Yaş ve Cinsiyetin Cinsiyetlerin İhtiyaçları Farklıdır İnancının Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.132	.017	.005					1.375
Yaş				.163	.098	.132	1.658	
Cinsiyet	.			.086	.498	.014	.173	

Yaş ve Cinsiyetin Reddedilme Duyarlılığının Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.067	.005	-.008					.354
Yaş				.393	.540	.059	.728	
Cinsiyet	.			-1.008	2.739	-.030	-.368	

Yaş ve Cinsiyetin İyimserliğin Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.091	.008	-.005					.648
Yaş				-.004	.215	-.002	-.020	
Cinsiyet	.			-1.238	1.090	-.091	-1.136	

Yaş ve Cinsiyetin Romantik İlişki Doyumunun Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	R	R ²	R değişim	B	SH	β	t	F
Sabit	.096	.009	-.003					.727
Yaş				.102	.241	.034	.422	
Cinsiyet	.			-1.341	1.224	-.088	-1.096	

EK- 3

Size verilen bu ölçekler, romantik ilişkisi olan kişilerle ilgili duygu, düşünce ve davranışları ortaya koy-mak için hazırlanmıştır ve araştırmacı tarafından yüksek lisans tezi için kullanılacaktır. Yapılmakta olan araştırma kapsamında sizden bütün ölçekleri ve bu formu doldurmanız istenmektedir. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız. **Vereceğiniz bütün bilgiler kesinlikle gizli tutulacak, kimlik bilgilerinizi belirtmeniz istenmeyecek ve araştırmanın amacı dışında kullanılmayacaktır.** Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır.

Araştırmanın sonuçları açısından lütfen size yöneltilen her soruya samimi cevap veriniz.

Katıldığınız için teşekkür ederim.

Psk. Burcu ÖZKAN

Ufuk Üniversitesi

Psikoloji Yüksek Lisans Programı

KİŞİSEL BİLGİ FORMU**1.)Yaşınız :****2.) Cinsiyetiniz : 1() Kadın 2 () Erkek****3.) Doğum yeriniz :****4.) Eğitim Durumunuz**

1() İlkokul 2()Ortaokul 3() Lise

4() Üniversite(mezun ya da öğrenci) 5() Lisansüstü

5.)Romantik ilişki deneyiminiz : 1.()Var 2.()Yok**6.)Yaşadığınız romantik ilişkinin yaklaşık süresi :**

EK-4**YYÖ (YAŞAM YÖNELİMİ ÖLÇEĞİ)**

YÖNERGE: Aşağıda 12 cümle verilmiştir. Her cümleyi dikkatle okuyarak beşli ölçek üzerinde size uygun olan dereceyi işaretleyiniz. ‘Doğru’ ya da ‘Yanlış’ cevap söz konusu değildir. Yardımlarınız için teşekkür ederiz. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız.

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Ne olacağının önceden kestirilemediği durumlarda hep en iyi sonucu beklerim.					
2. Kolayca gevşeyip rahatlayabilirim.					
3. Bir işimin ters gitme olasılığı varsa mutlaka ters gider.					
4. Herşeyi hep iyi tarafından alırım.					
5. Geleceğim konusunda hep iyimserimdir.					
6. Arkadaşlarımla birlikte olmaktan hoşlanırım.					
7. Yapacak birşeylerimin olması benim için önemlidir.					
8. İşlerin istediğim gibi yürüyeceğini nerdeyse hiç beklemem.					
9. Hiçbir şey benim istediğim yönde gelişmez.					
10. Moralim öyle kolay kolay bozulmaz.					
11. Her türlü olayda bir iyi yan bulmaya çalışırım.					
12. Başıma iyi şeylerin geleceğine pek bel bağlamam.					

EK -5

R D Ö (REDDEDİLME DUYARLILIĞI ÖLÇEĞİ)

YÖNERGE: Aşağıda ergenler ve genç yetişkinlerin kişilerarası ilişkilerine yönelik yaşantılarını temsil eden ve varsayım dayalı “muhtemel hayır denme ve reddedilme” durumlarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup, böyle bir yaşantının sizde ne tür bir etki yapabileceğini düşününüz. Cevabınızı 1 ile 6 arasındaki (1) Beni hiç endişelendirmez ile (6) Beni çok endişelendirir aralığında belirleyerek, aşağıdaki her cümleyi size uygun olan ifadelerle tamamlayıp işaretlemenizi gerçekleştiriniz. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız.

1. Sınıftaki birinden ödünç olarak notlarını istemek...	1	2	3	4	5	6
2. Kız/erkek arkadaşına onunla birlikte eve taşınmak istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
3. Hangi programa başvurmam gerektiği ile ilgili ebeveynlerimden yardım istemek...	1	2	3	4	5	6
4. İyi tanımadığım, çıktığım kişi hakkında başka birinden bilgi almak...	1	2	3	4	5	6
5. Kız/erkek arkadaşımın geceyi arkadaşlarıyla geçirmek için plan yapması, fakat benim gerçekten geceyi onunla geçirmek istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
6. Ailemden günlük harcamalarım için daha fazla para istemek...	1	2	3	4	5	6
7. Ders sonrası, ders hocasından anlamadığım bir bölümle ilgili daha fazla bilgi istemek...	1	2	3	4	5	6
8. Yakın bir arkadaşına yaklaşarak onu ciddi bir şekilde kızdıran bir şeyden sonra onunla konuşmak...	1	2	3	4	5	6
9. Sınıfımdaki birine kahve ısmarlamak...	1	2	3	4	5	6
10. Mezuniyet sonrası bir iş bulamadığımda aileme bir süre daha beni desteklemeleri gerektiğini söylemek...	1	2	3	4	5	6
11. Arkadaşımdan Şubat tatilinde benimle birlikte bir yere gelmesini istemek...	1	2	3	4	5	6
12. Sert bir tartışma sonrası kız/erkek arkadaşımı arayarak onu görmek istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
13. Bir arkadaşımın onun herhangi bir şeyini ödünç alıp alamayacağını sormak...	1	2	3	4	5	6
14. Ailemden benim için önemli bir davete (güne) gelmelerini istemek...	1	2	3	4	5	6
15. Arkadaşımdan bana büyük bir iyilik yapmasını istemek...	1	2	3	4	5	6
16. Kız/erkek arkadaşımın beni gerçekten sevip sevmediğini sormak...	1	2	3	4	5	6
17. Bir partide salondaki kız/erkeklerden birine onunla dans etmek istediğimi söylemek	1	2	3	4	5	6
18. Kız/ erkek arkadaşımın ebeveynlerimi ziyaret etmesi için eve gelmesini istemek	1	2	3	4	5	6

EK-6***R İ D Ö (ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU ÖLÇEĞİ)***

YÖNERGE: Aşağıda romantik ilişkilerden sağlanan doyuma ilişkin ifadeler bulunmaktadır.

Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak belirtiniz. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız.

	Hiç karşılıyor						Çok iyi karşılıyor
1. Sevgiliniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç memnun değilim						Çok memnunum
2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Çok daha iyi						Çok daha kötü
3. Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç bir zaman						Her zaman
4. Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç karşılıyor						Tamamen karşılıyor
5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç sevmiyorum						Çok sevmiyorum
6. Sevgilinizi ne kadar seviyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç yok						Çok var
7. İlişkinizde ne kadar problem var?	1	2	3	4	5	6	7

EK-7**İ İ Ö (İLİŞKİ İNANÇLARI ÖLÇEĞİ)****YÖNERGE:**

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen, şu andaki yoksa geçmişte karşı cinsle olan ilişkilerinizdir. Lütfen her ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her ifadenin önündeki boşluğa o maddeyle ilgili düşüncenizi en iyi yansıtacak olan kararın numarasını yazınız. Bunu yaparken aşağıdaki düzenlemeden yararlanınız. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız.

1- Kesinlikle yanlış

2- Yanlış

3- Kararsızım

4- Doğru

5- Kesinlikle doğru

1. Partnerim benim görüşlerime katılmadığını açıkça dile getirirse muhtemelen bu bana değer vermediğini gösterir.

2. Eğer partnerim ne hissettiğimi kendiliğinden anlamaz ve bunu ona ben söylemek zorunda kalırsam çok üzülürüm.

3. Kadın ve erkeklerin temel duygusal ihtiyaçları aynıdır.

4. Erkekler ve kadınlar bir ilişkide aynı temel şeyleri ararlar.

5. Evliliklerdeki problemlerin en önemli nedenlerinden biri, erkeklerin farklı duygusal ihtiyaçlara sahip olmalarıdır .

6. Cinsel ilişkide iyi performans göstermediğim zaman üzülürüm.

7. Cinsel ilişki performansındaki düşüşler benim açımdan kişisel başarısızlık anlamına gelmez.

1- Kesinlikle yanlış

2- Yanlış

3- Kararsızım

4- Doğru

5- Kesinlikle doğru

8. Eğer partnerim yeterince tatmin olamazsa bu benim başarısız olduğu anlamına gelmez.

9. Partnerim sekse istekliyken iyi performans gösteremezsem problemin bende olduğunu düşünürüm.

10. Partnerimin orgazm olmaması iyi seviştiğimi düşünmemi engellemez.

11. Partnerimin cinsel olarak tam tatmine ulaşmadığını düşünürsem üzülürüm.

12. Eğer partnerim seks için istekliyse ve ben istekli değilsem bu beni rahatsız etmez.

13. Birbirine aşık olan insanlar tek bir söz bile edilmeden birbirlerini düşüncelerini anlayabilirler.

14. Yakın ilişkide olan insanlar birbirlerinin aklından geçenleri okurmuşçasına birbirlerinin ihtiyaçlarını anlayabilirler.

15. Partnerimin her türlü ruh halimi hissetmesini beklemem.

16. Eğer partnerinize bir isteğinizi belirtmek durumunda kalıyorsanız, bu onun siz gereksinimlerinizin farkında olmadığını gösterir.

17. Kadın ve erkek birbirleri için her zaman bir sır olarak kalacaklardır.

18. Kadın ve erkekler karşı cinsi belki de hiçbir zaman tam olarak anlayamayacaklardır.

19. Karşı cinsiyetten birini gerçekten anlamak mümkün değildir.

20. Partnerler arasındaki yanlış anlaşılmalarda genellikle kadın ve erkeklerin doğuştan getirdikleri farklı psikolojik yapılarından kaynaklanır.

1- Kesinlikle yanlış

2- Yanlış

3- Kararsızım

4- Doğru

5- Kesinlikle doğru

21. Eğer bir ilişkinin gidişatından memnun değilsen, bu ilişkiyi daha iyi hale getirebilirsin.

22. Partnerimin değişebileceğini beklemiyorum.

23. Partnerim değişmek isterse, bunu yapabileceğine inanıyorum.

24. Bir partner, partnerinin ihtiyaçlarına karşı daha duyarlı olmayı öğrenebilir.

25. Partnerimin şimdi olduğundan daha farklı davranmayı başarabileceğini düşünmüyorum.

26. Önem verdiğim bir konuda partnerim benimkinden farklı bir görüş öne sürerse kişisel bir hakaret olarak alırım.

27. Partnerimle olaylara aynı açıdan bakmadığımda çok üzülürüm.

28. Partnerimin benimle aynı fikirde olmamasını kabul edemem.

29. Partnerimle görüş ayrılığına düştüğümüzde ilişkinin sona eriyormuş hissine kapılırım.

30. Tartıştığımız zamanlarda bile partnerimin bana olan duygularından kuşku duymam

31. Partnerim benimle tartışmasına tahammül edemez.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler :

Adı Soyadı : Burcu ÖZKAN

Doğum Tarihi : 21.06.1990

Eğitim Durumu:

Lisans Öğrenimi : Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih- Coğrafya Fakültesi,
Psikoloji Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi : Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji
A.B.D. Psikoloji Bölümü

İş Deneyimi : Özel Kurabiye Kreş ve Gündüz Bakımevi

İletişim : psy.burcuozkan@gmail.com

Tarih : 11.10.2016