

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERİN ALDATMA EĞİLİMLERİ VE AFFETME  
DÜZEYLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ**

**Seyran SEYFİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ADANA / 2017**

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERİN ALDATMA EĞİLİMLERİ VE AFFETME  
DÜZEYLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ**

**Seyran SEYFİ**

**Danışman: Yrd. Doç. Dr. Metehan ÇELİK  
Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. İsmail SANBERK  
Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Sinem Evin AKBAY**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ADANA / 2017**

**ukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Mdrlgne;**

Bu alışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

**Başkan:** Yrd. Doç. Dr. Metehan ÇELİK  
(Danışman)

**ye:** Yrd. Doç. Dr. İsmail SANBERK

**ye:** Yrd. Doç. Dr. Sinem Evin AKBAY

**ONAY**

Yukarıdaki imzaların, adı geçen ğretim elemanlarına ait olduklarını onaylıyorum.

.../.../2017

Prof. Dr. H. Mahir FİSUNOğLU  
Enstitü Müdürü

**NOT:** Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, izelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

## ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 17 / 03 / 2017

Seyran SEYFİ

## ÖZET

### EVLİ BİREYLERİN ALDATMA EĞİLİMLERİ VE AFFETME DÜZEYLERİNİN BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ

SEYRAN SEYFİ

**Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı**

**Danışman: Yrd. Doç. Dr. Metehan ÇELİK**

**Şubat 2017, 67 sayfa**

Bu araştırmanın amacı, evli bireylerin aldatma eğilimi ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmektir.

Araştırmanın örneklemini Adana ilinde yaşayan 200 (103 kadın, 97 erkek) evli bireyden oluşmaktadır. Bu çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Griffin ve Bartholomew'un (1994) geliştirdiği, Sümer (1999) tarafından Türkçe'ye uyarlanan İlişki Ölçekleri Anketi, Polat (2006) tarafından geliştirilen Aldatma Eğilimi Ölçeği, Thompson ve ark. (2005) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Bugay ve Demir (2010) tarafından gerçekleştirilen Heartland Affetme Ölçeği kullanılmıştır.

Parametrik testlerden T-Testi ve Regresyon Analizi ise veri analizinde yer almıştır. Verilerin analizinde T-Testi ve Regresyon analizi yöntemleri kullanılmıştır. Tüm veriler 0.05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

Araştırma bulgularına göre aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte, kadın katılımcılarda affetme düzeyi ve aldatma eğiliminde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Aldatma eğilimi, affetme düzeyi, bağlanma stilleri.

**ABSTRACT****INVESTIGATION OF THE INFIDELITY TENDENCY AND FORGIVENESS  
LEVEL DEPENDING ON ATTACHMENT STYLE IN MARRIED COUPLES****SEYRAN SEYFİ****MA Thesis, Department of Education Sciences****Supervisor: Asst. Prof. Dr. Metehan ÇELİK****February 2017, 67 pages**

The aim of this study is investigatig of infidelity tendency and forgiveness level depending on the differences on attachment styles in married couples. The actors of this study are consisted of 200 (193 women, 97 men) married people who live in Adana.

Participants were given Personal Information Sheet for determination of demographic variables. Relationships Scale Questionnaire is applied for the definition of attachment styles, the questionnaire is devoleped by Griffin and Bartholomew (1994), and Turkish adaptation is made by Sumer (1999). In order to determine married couples' infidelity tendency, Infidelity Tendency Questionnaire is applied, the questionnaire is developed by Polat (2006). Heartland Forgiveness Scale is applied for the measurement of forgiveness level, the scale is developed by Thompson and others (2005). T-Test and Regression Analyse are used for the data analyses.

Statistical analyses and assesments are shown that there is not significant difference between infidelity tendency and forgiveness in terms of attachment styles. Furthermore, women have a significant positive affect on forgiveness level and infidelity tendency.

**Key words:** Infidelity tendency, forgiveness level, attachment styles.

## ÖNSÖZ

Bir terapist olarak evli çiftlerle ilgili birçok farklı problem nedeniyle görüşme fırsatım oldu. Ancak evli çiftlerin profesyonel destek alma konusundaki motivasyonlarının ve ihtiyaçlarının yoğun olduğu bazı problem türleri dikkatimi çekti. Bunların başında aldatma gelmektedir. Evlilik birlikteliğine doğrudan bir tehdit olarak algılanan bu durumun affedilmesi söz konusu olmadan çiftlerin ilişkiyi devam ettirme isteğinin olmadığını gözlemledim. Evlilik ilişkisi bir çeşit bağlanmayı da beraberinde getirmektedir. Bağ kurmadığımız biriyle evlenmek istemeyiz. Kimi zaman bu bağ çift ilişkisini beslerken kimi zaman da ilişkiye zarar verecek özellikler taşıyabilmektedir. Bu nedenle bu üç unsurun, bağlanma, affetme ve aldatma eğiliminin, evli çiftlerle ilişkisini inceleme gereği duydum.

Hayatımın her anında bazen gizli bazen açıkça liderlik eden, birçok konuda olduğu gibi tezim konusunda beni her an cesaretlendiren kız kardeşim Şule YILDIRIM'a hayatıma kattığı anlam için teşekkür ederim. Ailemize katıldığı için çok şanslı olduğum, tez verilerinin incelenmesinden düzenlenmesine kadar en ince ayrıntısına kadar özveriyle destek olan değerli eniştem Erdem YILDIRIM'a yeterli olmasa da teşekkür ederim. O olmasaydı bu tez olmazdı. Çok sevgili yeğenim Didem ve Gizem Pasin'e hayatta iyi insanların olduğunu hatırlattıkları için bin teşekkürler. Canım ağabeyim Abidin SEYFİ'ye gerek eğitim gerek özel hayatımda desteğini, ilgisini hissettirdiği için çok teşekkür ederim.

Tezimin başlangıcından bitimine kadar değerli yardımını esirgemeyen danışmanım Yrd. Doç. Dr. Metehan ÇELİK'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Tez jürimde olarak beni onurlandırmakla kalmayıp verilerin analizinde yardım eden Yrd. Doç. Dr. İsmail SANBERK'e, çalışmama yön veren ve elinden gelen desteği esirgemeyen, bununla da kalmayıp jürim olmayı kabul eden Yrd. Doç. Dr. Sinem Evin AKBAY'a kendilerine teşekkür etme fırsatını verdikleri için minnettarım.

Adının anılış şeklinden kendisiyle tanışma isteği uyandıran, tanıdığım için, öğrencisi olduğum için şanslı olduğum Prof. Dr. Turan AKBAŞ'a teşekkür ederim.

Eğitim ve özel hayatımla ilgili aldığım her kararda yanımda olduklarını ve desteklerini sunan aileme, annem Fatma SEYFİ ve babam Hasan SEYFİ'ye sonsuz teşekkürler...

Seyran SEYFİ

Şubat, 2017

## İÇİNDEKİLER

<b>ÖZET .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>v</b>
<b>ÖNSÖZ .....</b>	<b>vi</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ .....</b>	<b>x</b>
<b>TABLolar LİSTESİ .....</b>	<b>xi</b>
<b>EKLER LİSTESİ.....</b>	<b>xii</b>

### BÖLÜM I

#### GİRİŞ

1.1. Problem.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	7
1.2.1. Alt Amaçlar .....	7
1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	8
1.4. Sayıltılar.....	12
1.5. Sınırlılıklar.....	12
1.6. Tanımlar.....	13

### BÖLÜM II

#### KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Bağlanma Kuramı.....	14
2.2. Aldatma Eğilimi.....	19
2.3. Affetme .....	23
2.4. Bağlanma Stilleri, Aldatma Eğilimi ve Affetme Düzeyi İle İlgili Araştırmalar.....	26
2.4.1. Bağlanma Stilleri İle İlgili Araştırmalar.....	27
2.4.2. Aldatma Eğilimi İle İlgili Araştırmalar .....	28
2.4.3. Affetme Düzeyi İle İlgili Araştırmalar.....	29

### BÖLÜM III

#### YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli.....	32
----------------------------	----



3.2. Evren ve Örneklem .....	32
3.3. Veri Toplama Araçları .....	34
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu .....	34
3.3.2. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) .....	34
3.3.3. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ).....	35
3.3.4. Heartland Affetme Ölçeği (HBÖ) .....	36
3.4. Verilerin Toplanması .....	36
3.5. Verilerin İstatiksel Analizi.....	37

## **BÖLÜM IV**

### **BULGULAR**

4.1. Katılımcıların Cinsiyetleri ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular .....	38
4.2. Katılımcıların Affetme Düzeyleri ile Cinsiyetleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular .....	39
4.3. Katılımcıların Bağlanma Stilleri ile Cinsiyetleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular .....	39
4.4. Evli Bireylerin Evlilik Biçimlerine İlişkin Bulgular.....	40
4.6. Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Yordamasına Dair Bulgular .....	42

## **BÖLÜM V**

### **TARTIŞMA VE YORUM**

5.1. Aldatma Eğilimi ve Cinsiyet .....	44
5.2. Affetme Düzeyi ve Cinsiyet .....	44
5.3. Affetme Düzeyi, Aldatma Eğilimi, Bağlanma Stilleri ve Cinsiyet .....	45
5.4. Evlilik Biçimlerine Göre Affetme Düzeyi, Aldatma Eğilimi ve Bağlanma Stilleri	46
5.5. Evli Bireylerin Affetme Düzeyi ile Bağlanma Stilleri .....	47
5.6. Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi ile Bağlanma Stilleri.....	47

## **BÖLÜM VI**

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

6.1. Sonuç .....	49
6.2. Öneriler .....	49
6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler.....	49
6.2.2. İlerideki Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	50
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>51</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>63</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>67</b>



## ŞEKİLLER LİSTESİ

**Şekil 1.** Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli..... 18



## TABLOLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b>	Kişilerarası ve Kendini Affetme Arasındaki Fark .....	25
<b>Tablo 2.</b>	Örneklem ve Demografik Verilerin Cinsiyete Göre Dağılımı .....	33
<b>Tablo 3.</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları .....	38
<b>Tablo 4.</b>	Affetme Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları .....	38
<b>Tablo 5.</b>	Bağlanma Stilleri Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları .....	39
<b>Tablo 6.</b>	Evli Bireylerin Affetme Düzeyi, Aldatma Eğilimi ve Bağlanma Stillerinin, Evlilik Biçimlerine Göre İncelenmesi .....	40
<b>Tablo 7.</b>	Evli Bireylerin Affetme Düzeyi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Korelasyon Matrisi .....	41
<b>Tablo 8.</b>	Evli Bireylerin Affetme Düzeyleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	41
<b>Tablo 9.</b>	Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki .....	42
<b>Tablo 10.</b>	Evli Bireylerin Aldatma Eğiliminin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	42

**EKLER LİSTESİ**

<b>EK 1.</b> Kişisel Bilgi Formu.....	63
<b>EK 2.</b> Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ) .....	65
<b>EK 3.</b> İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA).....	65
<b>EK 4.</b> Heartland Affetme Ölçeği (HBÖ).....	66



## BÖLÜM I

### GİRİŞ

#### 1.1. Problem

Kişilerarası ilişkilerin en önemlilerinin başında evlilik gelmektedir (Bradbury ve Finchan ve Beach, 2002). İnsanın ailesi dışında biriyle bu denli yakın bir yaşamasından olsa gerek yaşamının köşe taşlarını oluşturan unsurlardan biridir. Evlilik, bireylerin aile kurma yönünde attığı en büyük adımdır. Bu adımın büyüklüğü, keyif kadar memnuniyetsizliği de beraberinde getirebilmektedir. İki insanın uzun bir birlikteliği yürütmesi, hayatın zorlu ve sancılı bir dönemi olabilmektedir (Alpay, 2009).

Birey, hayatının çoğunu kapsayan evlilik sürecinde eşine karşı bir bağlanma ilişkisi geliştirebilir. Evlilik ilişkisi içinde geliştirilen bu bağlanma ilişkisi, bireylerin eşlerine karşı sergiledikleri tutum ve davranışları, ilişki sürecinde eşi ve kendisi hakkındaki duygu ve düşünceleri bağlanma stiline (güvenli, korkulu, kayıtsız, saplantılı) göre şekillenebilir (Çelik, 2009). Bağlanma kuramı, birey ve diğer insan arasındaki güçlü duygusal bağla ilişkilidir. İnsanlar, başkalarıyla yakın ilişki kurduklarında, özellikle romantik ilişkilerde, bağlanma özellikleri ilişkilerindeki düşünce, duygu ve davranışlarında önemli bir rol oynar (örn; Bowlby, 1973; Hazan & Shaver, 1987).

Bağlanma teorisine göre bireylerin bağlanma şekilleri büyük oranda bireyin bakım veren kişiyle erken dönemdeki etkileşimleriyle temellenir. Bu etkileşimler daha sonraki bağlanma şekillerini biçimlendirir (Ainsworth, 1989; Main, 1991). Bağlanma bakış açısına göre evlilik birliği yeni bir bakım verme ortamı yaratır ve daha önceki bağlanma kavramıyla mücadele eden bir bağlanma deneyimi sunar. (Bowlby, 1988). Bağlanma ile ilgili alanyazında evlilik ilişkisinin de çocuk ile bakıcı arasında kurulan ilişki gibi bir bağlanma ilişkisi sayılabileceği belirtilmektedir. Çünkü evlilikteki bağlanma ilişkisi, çocuk yetiştirme, çalışma yaşantısı, sosyal faaliyetlere katılma gibi “keşif” davranışları için “güvenli üs” işlevi gördüğü öne sürülmektedir. (Collin, 1996). Bunların yanı sıra, bireyin karakter ve duygusal ilerlemesiyle ilişkili kişisel farklılıkların anlaşılmasını kuramsal açıdan destekler niteliktedir (Sümer, 2006).

Bunlara ek olarak, evlilik, bireylere fiziksel ve psikolojik gereksinimlerini karşılama olanağı da vermektedir (Goodstein & Lanyon, 1975). Belli kuralları olan, değişimi gerekli kılan bir süreçtir (Crowell, Treboux & Waters, 2002). Ancak bu değişim her zaman olumlu olmayabilir, eşlerin çift ilişkisi dışında duygusal, cinsel vb.

tatmin arayışa girmesi evlilikleri, aile yapısını etkiler. Kişinin çift ilişkisi dışında bir duygusal, cinsel birliktelik yaşaması aldatma olarak nitelendirilmektedir. Hall ve Fincham'a (2006) göre, aldatma gerçekleştiğinde, eşler arasındaki anlaşma ve güven, bir başkasının duygusal, cinsel ya da romantik biçimde ilişkide yer almasıyla bozulur.

Aldatmalar – cinsel, duygusal veya her ikisi birden- uzun süreli romantik ilişkilerde acı vericidir. Bir birey eşinin ihanetini keşfettiğinde, büyük bir kararlar yüzleşir; eşini terk etmek ve birlikteliği sürdürmek veya ilişkiyi bitirmek isteyebilmektedir (Shackelford, Buss & Bennett, 2002). Aldatmanın hem bireysel hem de ilişkisel sonuçları vardır. Uzmanlar tarafından fiziksel istismardan sonra ilişkiye en çok zarar veren ikinci olay olarak değerlendirilmektedir (Whisman et al., 1997). İlişkilere zarar veren etkilere ek olarak aldatma ciddi bireysel sorunlara yol açabilir. İhanete uğramış eş depresyon, aşırı öfke, terk edilme hisleri, reddedilme hissi, düşük özgüven, güven kaybı ve travma sonrası stres bozukluğunun belirtilerini göstermektedir (Cano ve O'Leary, 2000; Glass, 2002; Schneider et al., 1998). Sadakatsiz eş ise aldatmanın ortaya çıkmasıyla birlikte duygusal mücadeleye bağlı olarak suçluluk, öfke, utanç ve depresyon yaşayabilir (Fife & Weeks, 2013). Aldatmanın bu kadar yıkıcı olarak algılanmasının nedenleri arasında bağlandığımız kişinin temsil ettiği anlamın sarsılmasıdır. Kişi için güven, moral destek, aile olarak, hayat arkadaşı olarak simgesel bir anlam taşıyan eş diğer insanlara karşı bağlanma ilişkilerinin de sorgulanmasına sebep olabilir. Aldatılan kişinin tüm insanları güvenilmez olarak nitelendiren aşırı genellemesi bu duruma verilecek örnekler arasında yer almaktadır.

Aldatma üzerine yapılan araştırmalar öncelikle ve büyük oranla evli bireylerle odaklanmıştır (Akt. Fricker, 2006; Drigotas & diğ., 1999; Forste ve Tranfer, 1996; Oikle, 2003; Roscoe, Cavanaugh, ve Kennedy, 1988; Treas & Giesen, 2000). Evlilikte aldatmayı anlamaya çalışan kuramlardan biri de bağlanma kuramıdır. Bağlanma, insanların neden aldattığını anlamaya yönelik yararlı bir bakış açısı sağlar. Önceki araştırmalar (örn. Hazan & Shaver, 1987) kaygı oranı yüksek bireylerin, ilişkilerinde daha fazla yakınlık isteği duyduğunu işaret etmektedir. Çünkü kaygılı bireyler terk edilme endişesi yaşarlar ve daha fazla yakınlık istemektedirler. Kaygılı bireylerin, terk edilme korkularını gidermek ve güçlü yakınlık isteğini tatmin etmek için ilişki dışı birliktelik aramasının muhtemel olduğu düşünülmektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler, kendi eşleriyle de dahil başka kişilerle de yakın ilişki kurmaktan kaçınmaktadırlar. Bu nedenle kısa süreli cinsel ilişki kurma eğilimindedirler (Dewall, Lambert, Slotter, Pond, Deckman, Finkel, Lunchies & Fincham, 2011). Bağlanma

türlerine yönelik verilmiş bu örnekler, insanların ilişki seçiminde, eşi dışında birinin yakınlığını arama konusunda bağlanma stilinin belirleyiciliğini yansıtmaktadır. Her konuda olduğu gibi bu konuda da doğrusal değil döngüsel bir ilişki vardır. Kaygılı bağlanma stiline sahip herkesin benzer tepkiler vermesi beklenemez. Ayrıca aldatma gibi karmaşık bir durumun tek bir açıklaması olması beklenemez. Lewandowski ve Ackerman'a (2006) göre, yakınlık, eşlik etme, cinsellik, güvenlik ve duygusal ilişki gibi gereksinimlerin yetersiz karşılanmasıyla aldatma eğilimiyle olumlu ilişkisi olduğu belirtilmektedir. Aldatmanın burada yazılmamış daha pek çok sebebi olabileceği bilinmektedir.

Duygusal odaklı terapistler, bireylerin eşlerinin evlilik dışı ilişkilerini tanımlarken bağlanma terimlerini kullandıklarına tanık olurlar. Örneğin, "beni en çok inciten, senin *beni düşünmemiş* olmadı, *senin için önemli değilim*, *beni dikkate almadın*. Biraz 'heyecan' için ilişkimizi riske attın. *Sana tekrar nasıl bağlanabilirim?* Bana yalan söyledin, anlaşmamızı bozdun. Yaralandım- çift olarak *biz olma hissini kaybettim...* *Senin güvenine ihtiyacım var-* onu verdiğinde de sana inanmam. *Güven yok, ayaklarımı basabileceğim sağlam bir zemin yok.* " Bu sözler, başkalarının sana değer verdiği, başkalarına bağlı olduğun ve ihtiyaç duyduğunda seni reddetmek yerine seni koruyup şefkat göstereceği duygusuna dayanan güvenli bağlanmayı işaret eden, bağlanma teorisyenlerince tekrar edilir. Bu duygu sarsıldığında travmatik kayıp ve ayrılık kaygısı süreci ortaya çıkar, öfkeli protestolar yerini 'başkalarıyla temas kurmadan -onlara bağımlı olmaya' değişkenlik gösterir. Depresif belirtiler oluşur, umutsuzluk ortaya çıkar. Aldatmaya tanık olanlar için duygusal odaklı terapistler 'bağlanma yaralanması' deyimini kullanırlar (Johnson, 2002). İnsan olarak yaşadıklarımızla şekillenmeye devam ederiz. Aldatmaya maruz kalmak da güven duygusunun beraberinde bağlanma şeklinin de biçimlenmesini, incinmekten korunmak için kaygılı veya korkulu bağlanmayı tetikleyebilir. Bağlanma stili aldatma davranışını etkileyebileceği gibi bağlanma stili de aldatma davranışından etkilenebilmektedir.

Aldatma evliliklerin % 20 ila 25'inde görülür (Akt. Hall & Finchman; Greeley, 1994; Laumann, Gagnon, Michael, & Michaels, 1994; Wiederman, 1997). Aldatma birçok çiftin karşılaştığı bir problemdir, bazıları bu travmayı atlatırken bazıları ilişkilerini sonlandırma kararı alırlar (Hall & Finchman, 2006). Yetişkin bağlanma stilleri ve onun aldatma ile ilişkisi hakkında çok fazla çalışma yayınlanmamıştır (Blow & Hartnett, 2005). Bulgular, kaygılı bağlanmada yüksek puan alanların aldatma ihtimallerinin daha yüksek olduğunu işaret eder (Bogaert & Savada, 2002), kayıtsız



bağlanan erkekler ve saplantılı bağlanan kadınların daha fazla sayıda asıl ilişkileri dışında ilişkileri vardır (Allen & Baucom, 2004). Yukarıdaki çalışmalar bağlanma ve aldatma arasındaki ilişkiyi belirtirken, Thompson ve arkadaşlarının yaptığı çalışmalarda iki değişken arasında uyumsuzluklar bulunmaktadır (Thompson, 1983; Blumstein & Schwartz, 1983; Bogaert & Savada, 2002). Daha önce de değinildiği gibi bağlanma stili aldatma davranışının tek başına belirleyicisi değildir. Bağlanma stili ve aldatma davranışının ilişkilendirilmesi evlilik- romantik ilişkinin de bir bağlanma gerektirdiğinden kaynaklanmaktadır.

Çiftler birçok sebepten dolayı terapiye gelirler, en önemli konulardan biri çiftlerden birinin ya da her ikisinin aldatma davranışına kalkışmasıdır (Olmstead et al., 2009). Aldatıldığını fark etme genellikle yetişkin aşk ilişkisinde bir tehdit ve bu ilişkinin istikrarına zarar veren bir unsur olarak değerlendirilir. Bu, ilişkilere hemen hemen fiziksel istismar kadar zarar verir (Whisman, Dixon, & Johnson, 1997). Bağlanma insanların aldatma girişiminde bulunma sebebini anlamak açısından yararlı bir bakış açısı sağlar. Önceki araştırmalar kaygısı yüksek bireylerin ilişkilerinde yakınlıkla ilgili şikayetlerinin daha fazla olduğunu göstermiştir (Allen ve Baucom, 2004). Söz konusu yakınlık isteği eşi tarafından karşılanmayan kaygılı bağlanan bireyler, bu yakınlık ihtiyaçlarını başka bir partnerle giderme yoluna gidebilmektedir. Bu davranışın yıkıcılığı birçok farklı müdahale yöntemiyle etkisi azaltılabilir. Ancak affetmenin terapi sürecine dahil edilmesi çok da eski olmayan bir yöntemdir.

Birliktelik dışı etkileşim (extradyadic interaction), genellikle kabul edilemez, çoğunlukla olumsuz duygusal ve davranışsal sonuçları olan ve bunların devam etmesiyle sonuçlanan, daha kapsamlı bir şekilde çalışılması gereken bir olgu olarak değerlendirilir (Cartun, 2009). Aldatılan eşlerin çoğunluğu, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu belirtileri göstermektedir. Aldatılan bireylerde, ilişkiye dair stresin yüksek; bağlılık, güven ve empatinin ise düşük olduğu gözlenmiştir. Aldatılan bireylerin kendilerine ve eşlerine dair olumlu düşüncelerinin yara aldığı belirlenmiştir. Genellikle, bu ciddi üzüntü sonrasında aldatılan bireyin yaşam ile ilgili olumlu düşünceleri ve hedefleri şiddetli bir şekilde zarar görmüştür (Gordon, Baucom & Snyder, 2004). Kişilerin bireysel olarak mutsuzlukları kişisel ilişkilerine, iş yaşantılarına yansımakta, bireyi ve çevresini mutsuz edebilmektedir. Bu da aldatılma düşüncesinin getirdiği sarsıntı bireysel bir durum olmaktan çıkıp kişiyi ve yakın çevresini etkileyen bir durum olarak karşımıza çıkabilmektedir. Affetme bu etkinin azaltılmasına yardımcı olabilecek alternatif bir müdahale olabilmektedir.

Bağlanma teorisi ve yapılan araştırmalar aile işlevi ve gelişimi anlamamız için büyük katkı sağlamaktadır (Bowbly, 1969, 1973). Aile yaşamı, mutluluk ve neşeye dolu olabilir ama en sağlıklı ailelerde de acı ve incinmişlik vardır. Acıyı azaltma ve affetmeyi artırma yolunu keşfedememiş ailelerin yaraları kolayca iyileşmez, problemin sonuçlanması yaşam boyu sürer. Affetme, bitmemiş işleri (aldatma vb.) çözmeyi sağlayan ve işlevsel olmayan örüntüleri onarmada yardımcı olabilecek müdahale tekniklerinden biridir (DiBlassio, 1998). Ayrıca ilişkilerde yaşanan incinmişlikleri bağışlayamama birçok kişiyi rahatsız etmektedir (Wade & Worhtington, 2003). Bundan dolayı, bu durumu deneyimleyen bireyler için affetme durumunun psikolojik danışma sürecine dahil edilmesi gereği doğar. Ülkemizde affetme üzerine yapılan çalışmaların sınırlı olması da göz önüne alınması gereken bir diğer unsur olarak yer almaktadır (Ergüner-Tekinalp ve Terzi, 2012). Bu tür çalışmaların sayısını artırarak, psikolojik danışmada affetmeyle ilgili elde edilen bilgi birikimi danışma sürecine dahil edilebilir. Bu sayede aldatma vb. olumsuz deneyimlerle baş etmek için başvuran danışanlara alternatif çözüm stratejileri oluşturulabilmektedir.

Evlilik yaşantısı, her eş için duygusallık, deneyimlere ilişkin farkındalık, karşılıklı çekicilik, iletişim becerisi ve kişilerarası sorunları çözüme ulaştırma becerisi gerektirmektedir (Goodstein & Lanyon, 1975). Özellikle yaşanan sorunlar aldatma gibi bireyi örseleyici bir deneyimse sorun çözme için alternatif üretilmesi kaçınılmaz bir hal almaktadır. Bu çözüm seçeneklerinden biri olarak karşımıza çıkan affetme, kişinin nasıl bir bağlanma stili geliştirdiğiyle de ilişkilendirilebilmektedir. Güvenli ve saplantılı bağlanan çiftler, eşlerini affetme konusunda daha motiveyken, kaçınan ve korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin motivasyonu daha düşük olabilmektedir. Worhtington ve Diblasio (1990), affetme olgusunun ikili ilişkilerde, bilhassa yolunda gitmeyen evliliklerde kullanılabileceği belirtmişlerdir. Çünkü affetme zarara uğrayan bireyin güvenin tekrar inşası için zarar verene telafi olanağı sunmasıdır. Ayrıca, ilişkinin daha güvenilir olmasını sağlayan unsurlara yönelik eşlerin birlikte karar vermeleri gerekmektedir (Hargrave & Sell, 1997). Aldatmanın ortaya çıkması evliliklerde kırgınlıklara ve çatışmaya yol açabilir. Taysi'ye (2007) göre, evlilikte çatışma yaşandığında affetme, öfke ve intikam çemberini kırmakla birlikte, güven ve ilişki için ümit verici niteliktedir. Güvenin yeniden inşası ise kişinin eşine tekrar bağlanmasıyla mümkündür. Ayrıca bu sarsıntının yarattığı etki kişinin bağlanma stilinde değişikliği e beraberinde getirebilmektedir.

Affetme, haksız muameleden dolayı yoğun duygusal acı çekmiş bireylere yardımcı olabilmektedir (Baskin & Enright, 2004). Ayrıca affetme, hayatın pekçok sosyal alanda önemli ve etkilidir. Bireyin iyilik haline de olumlu yönde katkı sağlamaktadır. Bu etkiye rağmen, ülkemizde affetme kavramına dair çok az araştırma yer almaktadır. Üstelik affetme kavramının Türkiye’de yapılmış araştırmalarda incelenen değişkenler, bunların incelenme şekli belirsizlik göstermektedir (Bugay ve Demir, 2011). Affetme kapasitesi evliliğin uzun ömürlü ve tatmin edici oluşuna katkıda bulunan en önemli faktörlerden biridir (Fenell, 1993). Buna ek olarak evlilik terapistlerine göre affetme, aldatma gibi sınırı aşan temel ilişkilerde iyileşme sürecinin kritik bir parçasıdır (Gordon, Baucom & Snyder, 2005). Toplumdaki psiko-sosyal değişimler, aile ve evlilik danışmanlığının da aralarında bulunduğu konular açısından, PDR hizmetleri yelpazesinin genişlemesini sağlayacaktır (Yeşilyaprak, 2009). Bu anlamda PDR uzmanlarının affetme kavramına yönelik bilgi ve fikir sahibi olmaları mesleki ve kişisel gelişim açısından önemlidir. Ayrıca bu konularla ilgili danışmanlık alacak olan bireylere katkı sağlayabileceği öngörülmüştür.

Aldatmayı tedavi etmenin zorluğuna dikkat çeken çok az araştırma mevcuttur. Danışanları affetme ile ilgili eğitmenin tedavinin en önemli bölümlerinden biri olabileceği öne sürülmektedir. Terapistler, danışanlarının affetmeye bakış açısını anlamının önemini vurgulamışlardır. Bu çoğunlukla danışanın affetme tanımının farkında olmasını ve terapistin danışanın kullandığı dili kullanmayı içerir (Olmstead, Blick & Lilbourne, 2009). Ayrıca, affetme ile bireyin psikolojik sağlığı arasında kuvvetli bir ilişki olduğunu vurgulayan birçok araştırma yer almaktadır (akt; Bugay, 2009; Brown, 2003; Brown ve Phillips, 2005; Maltby, Macaskill, ve Day, 2001; McCullough & Witvliet, 2002). Neticesinde incindiği bir kişiyi, durumu bağışlayabilmek psikolojik açıdan güçlü olmayı gerektirir.

Paradoksal olarak, en çok sevdiğimiz kişiler çoğunlukla en fazla incittiğimiz kişilerdir. Çok az insan eşi tarafından “incinmiş”, “hayal kırıklığına uğramış”, “ihanete uğramış”, “üzülmüş” veya “haksızlık edilmiş” hissetmez. Evlilikte kişilerarası sınırı aşan davranışlar, çiftlerde güçlü olumsuz duygusal tepkiye ve rahatsızlık verme potansiyeline neden olabilir. Beklenmedik şekilde, çiftler, affetmenin evlilik süresini ve doyumuna katkıda bulunan en önemli faktörlerden biri olduğunu kaydetmişlerdir. (Fenell, 1993). Çoğu zamanda eşler, örneğin saplantılı bağlananlar, eşlerinden kopmamak adına onların her davranışlarını kabul edip affettikleri için de incinebilmektedir. Burada koşulsuz bir affetmeden değil, ilişkiyi onaracak ve daha

olumlu bir ortama taşıyacak olan affetmeden bahsedildiği vurgulanmak istenmiştir.

Terapistler aldatma ve bağışlamayı ardışık davranış olarak ele alma eğilimindedirler (Olmstead, 2009). Bağışlama veya ayrılma, aldatmanın şekline bağlıdır. Erkekler kadınlara kıyasla, eşlerinde cinsel aldatmayı duygusal aldatmadan daha zor affedilebilir bulurlar ve cinsel aldatma yaşayan eşlerini terk etmeye, duygusal aldatmaya göre daha yakındırlar. Kadınlarsa erkeklerin tam tersi olarak eşlerinde duygusal aldatmayı, cinsel aldatmadan daha zor affedilebilir bulmaktadırlar ve duygusal sadakatsizlik yaşayan eşlerini terk etmeye, cinsel aldatmaya göre daha yakındırlar. Bu kültüre ve yaşa göre değişiklik göstermemektedir (Shackelford et al., 2002). Ancak gerek toplumsal alandaki değişiklikler, gerek evlilik yaşantısına bakış açısının değişmesi aldatma davranışına yönelik günümüzde cinsiyetler arası farkları azaltmaktadır. Hovardaoğlu (1996), tek eşlilik-çok eşlilik kavramlarının dışında, ilişkinin sürekliliği ile ilişkiye dair sadakatin çoğu kez aynı anlamda yer aldığını vurgulamıştır. Genellikle, ilişki süresinin, sadakat derecesi olarak değerlendirildiği de belirtmiştir.

Tüm bu bilgiler göz önüne alındığında evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesi düşüncesi araştırmanın amacının oluşturmaktadır.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine ve demografik değişkenlere göre incelenmesidir.

### **1.2.1. Alt Amaçlar**

1. Evli bireylerin Heartland Affetme Ölçeği'nden aldıkları puan cinsiyetlerine bağlı olarak farklılaşmaktadır.
2. Evli bireylerin Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden aldıkları puan cinsiyetlerine bağlı olarak farklılaşmaktadır.
3. Evli bireylerin İlişki Ölçekleri Anketi'nden aldıkları puan cinsiyetlerine bağlı olarak farklılaşmaktadır.
4. Evli bireylerin İlişki Ölçekleri Anketi, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Heartland Affetme Ölçeği'nden aldıkları puan cinsiyetlerine bağlı olarak farklılaşmaktadır.

5. Evli bireylerin Heartland Affetme Ölçeği'nden alınan puanlar İlişki Ölçekleri Anketi'nden alınan puanlara bağlı olarak farklılaşmaktadır.
6. Evli bireylerin Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden alınan puanlar İlişki Ölçekleri Anketi'nden alınan puanlara bağlı olarak farklılaşmaktadır.

### 1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Bağlanma hayatın başlangıcından itibaren şekillenmektedir. İlerleyen dönemlerde romantik ilişkilere ve eş seçimine etkisi araştırmacıların günümüzde inceledikleri önemli bir konudur. Yaşamın ilk dönemlerindeki bağlanma ilişkisinin gelecekteki yakın ilişkilerin temelini oluşturduğuna dair sonuçlar bulunmuştur (Waters et al., 2002). Bundan dolayı, bireylerin bağlanma stilleri ile evlilik yaşantılarına yönelik araştırmaların bu tür bulgulara katkı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca bağlanma davranışının eş seçimiyle ilişkisi akıllara aldatma davranışıyla da ilişkisi olabileceğini sorusunu getirmektedir. Bu araştırma bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkiyi inceleyerek bu sorunun cevabını bulmayı hedeflemektedir. Ancak bu ilişkiyi başka bir boyutu da affetmedir. Johnson'a göre (2005), aldatma, aldatılan eşin bağlanma gereksinimleri ve korkularını harekete geçiren güvenli bağlanmayı yıkıcı bir şekilde tehdit eden bir unsur olarak ifade edilebilir. Ayrıca; ilişkinin sürüp sürmeyeceğinin belirlenmesine neden olan bir krize yol açar. Bu krizin atlatılmasına yardımcı olan unsurların başında yer alan affetme davranışı araştırmanın kapsamında yer almaktadır. Bu araştırmanın, aldatma sonrasında etkilenen güvenin yeniden inşasında affetmeyi nasıl dahil edileceği yönünde çalışmalara katkı sağlayabileceği öngörülmektedir.

Bowbly'e göre aldatma aile örüntüleri ile ilişkilidir. Ebeveynlerin birbirini aldatması sadece model oluşturmakla kalmaz, aynı zamanda çocuk için kaçınma örüntüsünü de sergiler. Bu nedenle, ebeveynleri aldatan bireylerin kendileri de aldanma davranışında bulunmaları daha mümkündür (Carnes, 1983). Aldatmanın olması halinde, çocuk aldatan ebeveyniyle özdeşleşebilir veya ebeveyn örüntülerine dayanan ilişkilerde kaçınma davranışları sergileyebilir. Bu kaçınma davranışları yetişkin çocuğun aldatmasına neden olabilir (Platt, Nalbone, Casanova & Wetchler 2008). Buradan da anlaşıldığı üzere aldatma davranışı sadece aldatmayı yaşayan çiftleri değil, o insanlarla yakın ilişki halindeki bireyleri de etkilemektedir. Birçok çift aldatma sonrasında yaşanan kırgınlığı ve güvensizliği yönetmekte zorlandığı için ilişkisini noktalama gereği duymaktadır. Aldatma eğilimiyle ilişkili olabilecek durumlar incelenerek aldatma

davranışını daha iyi anlama yoluna gidilebilir. Böylelikle aldatma davranışının ortaya çıkardığı olumsuzlukları gidermeye yönelik araştırmalara zemin oluşturulabilir.

Spencer (2009), ebeveynleri aldatma ve boşanma yaşayan çocukların kendi aldatma, risk alma ve bağlanma özelliklerini incelediği çalışmasında ebeveynlerinin aldatma deneyimiyle birlikte evliliği devam ettiren bireylerin kendi aldatma oranlarının yüksek çıktığını bulmuştur. Araştırma sonuçları ebeveyni/ebeveynleri aldatma yaşamış bireylerin belirgin bir şekilde kendi aldatma girişimlerinin daha fazla olduğunu göstermiştir. Ayrıca bir ebeveynin aldatması birçok nedenden dolayı çocuğun güvensiz bağlanmasına öncülük edebilir. Kaygılı bağlanma aşırı bir terk edilme korkusu devam ederken, umutsuz bir yakınlık isteği nedeniyle oluşabilir. Diğer taraftan, ebeveyn aldatması bireyin yakınlıktan kaçınmayı ve diğerlerine yönelik olumsuz bakış açısı edinirken, kaçınmacı bağlanmaya yönlendirebilmektedir (Spencer, 2009). Bu araştırma, okulda çalışan psikolojik danışmanlar için aile sorunları ile ilgili görüşmeye gelen çocuklara bağlanma stilleri çerçevesinde yaklaşarak alternatif bir bakış açısı geliştirme olanağı verebilir. Ayrıca ebeveyni ayrı, terk edilme kaygısı yaşayan vb. durumları anlamada ve danışana kendini anlaşılmış hissettirmede destek olabilir.

Evliliklerde sık rastlanan bir problem de aldatmadır. Toplumsal hayatta ve medyada sık karşılaşılan bir durum olmasına rağmen aldatmaya dair araştırmalar yapmak kolay değildir. Bu durum aldatmanın karmaşık doğası dikkate alındığında beklenene uygundur (Atkins, Baucom & Jacobson, 2001). Bu konuya yönelik yapılan araştırmalar incelendiğinde genellikle pek çok sorunun yanıtlanmadığı gözlenmiştir (Blow ve Hartnett, 2005). Bu araştırmayla aldatma alanında yapılmış çalışmaları bağlanma stilleri ve affetme ilişkisiyle değerlendirip konu çeşitliliğine katkı sağlanmış olmaktadır. Böylelikle aldatma durumuna açıklık getirebilecek yeni bakış açıları oluşturmayı hedeflemektedir.

Evlilik süreci içinde yaşanan aldatma, evliliğin yapı taşlarına zarar veren bir durumdur. Yıkıcı yönü bu denli etkili olmasına rağmen hakkında araştırma yapılması ve bilgi edinilmesi hiç kolay değildir. Ayrıca Türk toplumunun geleneksel yapısını koruyor olması göz önüne alındığında mahrem bir nitelik taşımaktadır (Kantarıcı, 2009). Konu mahrem olduğu kadar da önemlidir. Bu nedenle yapılan araştırmaların miktarı ve niteliği alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca konuyla ilgili çalışan pratisyenlere referans noktası oluşturmayı hedeflemektedir.

Genellikle, aldatmada bireylerin yaşamında karmaşaya yol açar ya da değişiklik yaratır. Ayrıca çocuğun bağlanma stilinde değişime neden olabilir; aldatma sonucunda

(ebeveynlerinin birbirini aldatması kastedilmiştir) çoğunlukla güvensiz bağlanma stilinin ortaya çıktığı belirtilir. Bu durum, aldatmanın bireyin özgüvenini azaltmasına, güveninin ve mahremiyet kavramının sarsılmasına yol açtığı için olabilir (Sori, 2007). Bireyleri ve onları yakınlarının bu denli etkileye etkileyen bir durumun telafisi ruh sağlığı çalışanlarını yakından ilgilendirmektedir. Bu çalışmanın içeriği uzmanların müdahale teknikleri arasında affetmeye yer vermesine yardımcı olabilir. Aldatma keşfedildiğinde bireyin evliliğinde, mutluluğu beklenenden daha dramatik bir yıkıma uğrayabilir. Teorik olarak, evlilikte mutluluğun düşük seviyede olması, aldatılan kişide düşük özgüvene, düşük özgüven de bireyde doğrudan, evlilik ilişkisinde dolaylı olarak daha fazla strese yol açar (Stanford, 2012). Aldatmanın yarattığı stres durumu bireyi ve ilişkide olduğu insanları olumsuz etkileyebilir. İlişki problemleriyle de ilgilenen psikolojik danışmanlık alanında çalışan uzmanlar, sadece aldatmanın yarattığı olumsuz yaşantılarla kalmayıp söz konusu stres durumuyla ilgili olarak da bireylere ve ailelere yardımcı olma yoluna gidebilir.

Türk toplumunda affetme kavramının incelenmesi önemlidir. Bu önem alanyazında yoğun bir inceleme alanı oluşturmuştur. (Taysi, 2007). Psikolojik destek sunan meslek gruplarının, bireye sağladığı fiziksel ve psikolojik yararları göz önüne alındığında, affetmenin yarattığı etkileri incelenmesini gerekliliği görülmektedir. Psikolojik destek aşamasında psikolojik danışmanlar yaygın olarak kırılmış, incitilmiş ve başkalarını kırmış olan danışanlarla görüşmektedirler. Bu incinmişliklere bakıldığında bağışlanamamış durumların psikolojik destek aşamasında çoğunlukta olduğu gözlenmiştir. Affetme kavramına dair incelemelerin yapıldığı yer genellikle Kuzey Amerika'dır. Bu kavram, Türkiye'de iki farklı çalışmada sadece evli çiftleri kapsayacak şekilde incelenmiştir (Alpay, 2009 ve Taysı, 2007). Konuyla ilgili Türkiye'de yapılacak araştırmaların kültürel yapıyı daha iyi temsil ettiği düşünülmektedir. Böylelikle terapi sürecinde affetmenin hangi durumlarda nasıl dahil edileceğine yönelik teorik bilgiye zemin oluşturma düşünülmektedir. Ayrıca affetme davranışının kişisel problem çözme yollarında biri olması, terapi teknikleri arasında yer alması açısından da katkıları olabileceği öngörülmektedir.

Affetmenin psikolojik destek sürecinde, yakın ilişkilerde karşılaşılan olumsuz duyguların üstesinde gelmeyi sağlayan unsurlardan biri olarak tartışılması son yıllarda gözlenen bir durumdur. Yakın ilişkilerde karşılaşılan incinmişlikleri bağışlayamama pek çok bireye rahatsızlık vermektedir (Wade & Worhtington, 2003). Bu nedenle bu durumla karşılaşan bireyler için affetme kavramını psikolojik destek aşamasında

değerlendirilmesi gerekmektedir. Türkiye’de affetme kavramını inceleyen araştırmalar bir hayli sınırlıdır (Ergüner-Tekinalp ve Terzi, 2012). Aldatılan danışanın güven inşa etmesi önemlidir, ancak suçu işleyen kişiyi, olayı veya durumu affetmesi danışanın daha huzurlu olmasına katkıda bulunabilir. Affetmenin terapötik bir müdahale yöntemi olarak ele alındığı yabancı alanyazına rağmen ülkemizde affetme bir müdahale yöntemi olarak yaygın değildir. Bu araştırmayla terapötik müdahale yöntemlerine esin oluşturması öngörülmektedir.

Haksızlığa uğradıkları için derin duygusal acı yaşamış insanlara, affetmenin yardımcı olabileceğini öne sürülmektedir (Baskin & Enright, 2004). Hargrave ve Sells (1997), affetme kavramını aile ve evlilik terapisi kapsamında güven ilişkisinin yeniden inşası olarak değerlendirmiştir. Sosyal birimlerin niteliği açısından affetme, yakınlık, güven ve bağlılıkla benzerliği olduğu ifade edilebilir. Bazı sosyal yapılar (örneğin; evlilikler, aileler veya topluluklar) affetmeyle ileri derecede ilişkilidir (örneğin; evliliklerin, ailelerin veya toplulukların üyeleri suçlu bulduklarını kolayca affederler) (McCullough & Witvliet, 2002).

Aldatma probleminin yaygın olmasına rağmen, birçok terapist aldatmayı kavramsallaştıramamakta veya bu problem için bir tedavi planı oluşturamamaktadır (Whisman, Dixon & Johnson, 1997). Şimdilerde, alanda aldatmayı tedavi etmeye yönelik özel bir müdahaleye ihtiyaç olup olmadığı veya çift terapisi yaklaşımlarının bu tarz problemleri olan çiftlere yeterli gelip gelmediği belli değildir (Baucom et al., 2006). Bu bağlamda affetme kavramı, bireylerin kişilerarası ilişkilerde karşılaştıkları kırgınlıkları, incinmişlikleri, hatta travmatik yaşantıların üstesinden gelmeyi kolaylaştırmaktadır. Yardımcı bir faktör olmasıyla birlikte iyileşmeyi tetikleyen terapötik bir unsurdur (Wade, Bailey & Shafer, 1998). Affetmek, kişinin incinen saygınlığını tekrar elde etmesini, kendini zarar görmüş biri olarak değerlendirmektense bağışlama yetisi olan bir birey olarak tekrar nitelendirmesini destekleyen mühim bir terapötik unsurdur. Bu açıdan psikolojik danışmanların affetme konusunda yetkinlik kazanmaları, affetmeye psikolojik destek aşamasında etkili ve verimli bir şekilde yer vermeleri mühimdir (Ergüner-Tekinalp ve Terzi, 2012)

Bu bilgiler göz önüne alındığında bağlanma stilleri, aldatma ve kendini bağışlama arasındaki ilişkiyi araştırılmanın uygun olduğu düşünülmüştür. Psikolojik danışmanlık biriminin okullarda çalışma alanı sadece sınav stresi vb. konularla sınırlı olamayacak kadar geniştir. Birçok çocuk ve ergen ailevi sorunları nedeniyle danışmanlık hizmeti almaktadır, söz konusu bireyler ebeveynlerinin yaşadığı problemin



içinde yer almaktadır. Bunun yanı sıra ailelerle ilgili görüşmeler de yapılmaktadır. Aldatma, affetme ve bağlanma stillerinin ilişkisinin incelenmesi çocukların hem de ebeveynlerin incinmişliklerini daha iyi anlamak ve yardımcı olmak için katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Ayrıca affetmenin duygusal açıdan destekleyiciliği, bireyin yoluna devam etmesi için alternatif oluşturur niteliktedir.

Tüm bunlar dikkate alındığında evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine ve bazı demografik değişkenlere göre incelenmesinin gerekli olabileceği düşünülmüştür.

#### 1.4. Sayıtlar

- Araştırmada yer alan veri toplama araçları ölçmek amacıyla hazırlandığı özellikleri ölçebilme gücüne sahiptir.
- Örneklem alınan grup, Adana ilini temsil etmektedir.
- Araştırmaya katılan katılımcılar, uygulanan veri toplama araçlarına samimiyetle ve nesnel bir şekilde cevap vermişlerdir.
- Araştırmaya katılan bireylerin eşlerine güvenli, korkulu, kayıtsız, saplantılı stillerde bağlandıkları varsayılmıştır.

#### 1.5. Sınırlılıklar

- **Cevap aranan sorulardan kaynaklanan sınırlılıklar:** Sorular değişikçe bulguların da değişmesi kaçınılmazdır. Bu çalışma belli konulara cevap bulma arzusundadır. Yani sorularıyla (hipotezlerle) sınırlıdır.
- **Örneklem sınırlılığı:** Örneklem alınan grup, Adana ilinde yaşayan evli bireylerle sınırlıdır.
- **Kullanılan ölçme araçlarından kaynaklanan sınırlılıklar:** Kullanılan ölçme araçlarının ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- **Değişken sınırlılığı:** Araştırmanın değişkenleri farklılaştıkça kuşkusuz bulgularda değişebilir.
- **Zamansal sınırlılık:** Ulaşılan bulgular araştırmanın yapıldığı zamanla sınırlıdır.

## 1.6. Tanımlar

**Bağlanma Stilleri:** Bowlby (1973-1980) bağlanma kuramı'yla, bireylerin, önemsedikleri insanlarla güçlü duygusal bağlar oluşturma meyillerinin sebeplerini dile getirmiştir. Buna dayanarak geliştirilen *Dörtlü Bağlanma Modeli*, *güvenli (secure)*, *saplantılı (preoccupied)*, *kayıtsız (dismissing)*, *korkulu (fearful)* bağlanma stillerinden oluşmaktadır.

**Güvenli (secure) bağlanma biçimi:** bireylerin kendilerine saygıları ve güvenlerinin yüksek olduğu, kendileri ve diğerlerine yönelik algılarının olumlu olduğu bağlanma stildir. (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

**Saplantılı (preoccupied) bağlanma biçimi:** bireyin kendini kıymetsiz, olumsuz olarak değerlendirmesine rağmen, diğerlerini olumlu olarak değerlendirdiği bağlanma stildir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

**Kayıtsız (dismissing) bağlanma biçimi:** bireyin kendine dair değerlendirmesinin olumlu, diğerlerine dair değerlendirmesinin olumsuz olduğu bağlanma stildir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

**Korkulu (fearful) bağlanma biçimi:** bireyin kendisini ve diğerlerini olumsuz, kıymetsiz olarak değerlendirdiği bağlanma stildir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

**Aldatmak (infidelity):** duygusal veya cinsel ayrıcalıklı bir ilişkisi olan biri veya her ikisinin birden birincil ilişkisinin dışında biriyle olması ve kararlaştırılan kuralların ihlal edilmesiyle ilgili cinsel ve/veya duygusal eylemdir (Blow ve Hartnett, 2005).

**Affetme (forgiveness):** bir kişinin kendisini haksız yere inciten kişi ve olayla savaşını bir tarafa bırakarak, inciten kişiye yönelik kızgınlık, bu kişiyi yargılama ve o kişiye aynı şekilde davranma haklarından vazgeçmeye yönelik istekliliğidir (Enright ve ark, 2000).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde bağlanma kuramı, çocuklukta bağlanma ve yetişkinlikte bağlanma olarak ayrı ayrı ele alınmıştır. Ayrıca bağlanma kuramıyla ilişkili olduğu düşünülen içsel çalışan modellerle ilgili bilgi verilmiştir. Aldatmanın tanımı, gerekçeleri vb. hakkında bilgi verildikten sonra bağışlama ve kendini bağışlama konularına değinilmiştir.

#### 2.1. Bağlanma Kuramı

İnsanın hayata tutunabilmesi için bağlanması şarttır. Bu nedenle bağlanma kuramı, bağlanmanın beşikten mezara devam ettiğini ileri sürer. Yaşamın ilk yıllarında ebeveynlere veya bakım veren kişiye yönelik olan bu bağ, ilerleyen dönemlerde sevgiliye, eşe bağlanma olarak şekil bulur.

##### 2.1.1. Çocuklukta Bağlanma

Çağdaş psikolojinin köşe taşlarından biri, Bowlby'nin (1969, 1973, 1989), bağlanma, ayrılma ve kaybı açıklayan üç ciltten oluşan bağlanma kuramıdır. Bowlby'nin asıl amacı, bebeklerin birincil bakıcılarına duygusal olarak nasıl bağlandıkları ve onlardan ayrıldıklarında verdikleri stres tepkilerini açıklamaktır. Ayrıca bağlanma davranışının insanoğlunda "beşikten mezara" karakterize olduğunu ileri sürdü.

Bağlanma kuramı, bireyin kendisi için önemli bulduğu bireylere dair güçlü duygusal bağlar oluşturmasının sebeplerini göstermektedir. Duygusal bağ oluşturma yönelim ve gereksinimi, bebeklerin yaşamlarının devamını sağlamaktadır (Dönmez, 2000).

Bağlanma kuramı biyolojik esastır ve hayat boyunca himaye ve gözetme evrimsel bir işlev sağlar. Doğal seleksiyon sürecinde tahdit edici unsurlardan kurtulmak için bakım veren kişinin sunduğu himayeyi garantilemek adına bakım verenle yakınlık devam ettirilmelidir. Bundan dolayı, her bebek bağlanma davranış sisteminiyle kuşatılmış bir şekilde doğar. Bu nedenle sistem endişe, korku ve hastalık durumlarında faaliyet göstermeye meyillidir (Bowlby, 1969). Bu dönemde bakım veren kişinin

çocuğun isteklerini karşılayan, kolay ulaşılır biri olması ilişkilerinin niteliğini belirler. Bebeğin güven duyması için ilişkinin niteliği önemlidir.

Bağlanma sisteminin esas görevi; tehlike ya da rahatsızlık olduğunda bakım verene ulaşabilme (yakınlık arama, yakınlığın devamını sağlama), bakım verenin ulaşılabilir olmasının sağladığı güvenlik ve rahatlık duygusudur (güvenli sığınak). Etrafını inceleme ve tanıma benzeri bağlanma dışı davranışlar esnasında bakım vereni, rahatlık ve güvenlik adına ulaşabileceği “güvenli üs” olarak değerlendirmesi, yetişkin yaşamdaki yakın ilişkilerde de gözlenmektedir (Güngör, 2000).

Bowlby'nin bağlanma kuramı, bebeklerin ve genç çocukların birincil bakıcıdan (genellikle anneden) bir süreliğine ayrıldıktan sonraki bağlanma davranışlarının gözlenmesiyle geliştirildi. Buna göre bebekler bakıcıdan ayrıldığında sırayla *protesto*, *umutsuzluk* ve *ayrılma* evrelerinden geçer (Hazan & Shaver, 1987). *Protesto*, bebekler bağlanma figürünü (bakım veren kişi) etkin şekilde aramaya ve ona seslenmeye meyillidir. *Umutsuzluk*, bağlanma figüründen belli bir müddet uzaklaştığında ve ona erişme girişimi karşılıksız kaldığında, bebekler duygusal çöküntü ve umutsuzluk yaşarlar. Bu bebeklerin pasif ve hareketsiz olduğu döneme denk gelir. Son evre, *ayrılma* ise bağlanma figürüne erişme girişimi karşılıksız kaldığında, bebeklerin bağlanma figürüne ulaşmaktan vazgeçmesi ve ondan kopmasını içerir (Bowlby, 1980).

Ainsworth, Bleher, Waters ve Wall (1978), ilerleyen dönemlerde Bowlby'nin bağlanma kuramına dayanarak, Yabancı Ortam adıyla anılan bir teknikle psikoloji laboratuvarında 12-18 aylık çocukları ve annelerinin hareketlerini incelediler. Amaçları, annelerinden ayrıldıklarında ve yeniden kavuştuklarında çocukların sergiledikleri davranışsal reaksiyonları incelemek ve anne-çocuk arasında bağlanma stillerindeki olası farklılıkları değerlendirmektir. Söz konusu deneyde anne kısa süreliğine odada çocukla beraber kalır. Sonra çok sayıda oyuncuğun bulunduğu odada çocuk tanımadığı biriyle baş başa kalır. Anne birkaç dakikadan sonra odaya yeniden girer. Çocuğun annesinin geri gelmesine verdiği tepkiler incelendikten sonra, çocuklar ve anneleri arasında üç farklı bağlanma stilinden birinin benimsendiği iddia edilmiştir. Bunlar, *güvenli* (*secure*), *kaygılı/ kararsız* (*anxious-ambivalent*) ve *kaçınmacı* (*avoidant*) bağlanma stilleridir (Main & Solomon, 1986; Main & Hesse, 1990).

Annesine (bakım veren kişi) güvenli bağlanan çocuklar, annelerinden ayrıldıklarında yaşadıkları kısmi huzursuzluğa rağmen, etraflarını rahatça incelemeye çalışmışlardır. Güvenli bağlanan çocuklar, tanımadıklarıyla kolayca iletişime geçmiş ve anneleri odaya yebniden girdiğinde mutlu olmuşlardır. Ek olarak, incelemelerini

anneleriyle anlatmak istemişlerdir. Annesine kaygılı-kararsız (saplantılı) bağlanmış olarak değerlendirilen çocuklar, annelerinden uzaklaştıklarında endişeleri yoğunlaşmış ve gerilmişlerdir. Ayrıca etrafindakilerle iletişime geçmeyi kabul etmemişlerdir. Etrafi incelemeye dair motivasyonları düşüktür. Anneleri odaya tekrar girdiğinde sakinleşmeleri zor olmuştur. Annelerine sarılmaya çalışmalarının yanı sıra onu itmişlerdir (Ainsworth et al., 1978). Kaygılı- kararsız bağlanma stili olan bebekler ve çocuklar bağlanma figürüne dair saplantı geliştirmekle birlikte, çok kolay ağlamaktadırlar. Kaçınan bağlanma stili olan çocuklar ise, annelerinden uzaklaştıklarında çok fazla etkilenmemişlerdir. Anneleri odaya tekrar girdiğinde onlara gösterdikleri ilgi çok azdır. Diğerleriyle etkileşime geçmekten, yakınlıktan kaçınmışlardır (Shaver, Collins & Clark, 1996)

Çocukluk döneminde aileleriyle yakın, sevgi temelli ilişkilerin varlığını belirten kişiler *güvenli* bağlananlar olarak kategorize edilmiştir. Çocukluk döneminde aileleriyle reddedici, kaçınıcı ilişkilerin varlığını belirten yetişkinlerse, *kaçınmacı* bağlananlar olarak kategorize edilmiştir. Aileleriyle ilişkilerinin kısmen sevgi ve yakınlık dolu, kısmen de reddedici olduğunu vurgulayan kişiler *kaygılı-kararsız* bağlanma stili olarak kategorize edilmiştir. Bowlby ile Ainsworth ve arkadaşlarının öne sürdükleri erken dönem birincil bakım veren kişi ile etkileşim, bağlanma stilleri üzerinde belirleyicidir. (Hazan & Shaver, 1987). Bu alanda yapılan diğer çalışmalar da Ainsworth ve arkadaşlarının bulgularıyla paraleldir. Yaşamın ilk evrelerindeki bağlanma stilleri, bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde pek değişiklik göstermemiştir (Kobak & Sceery, 1988).

### 2.1.2. Yetişkinlikte Bağlanma

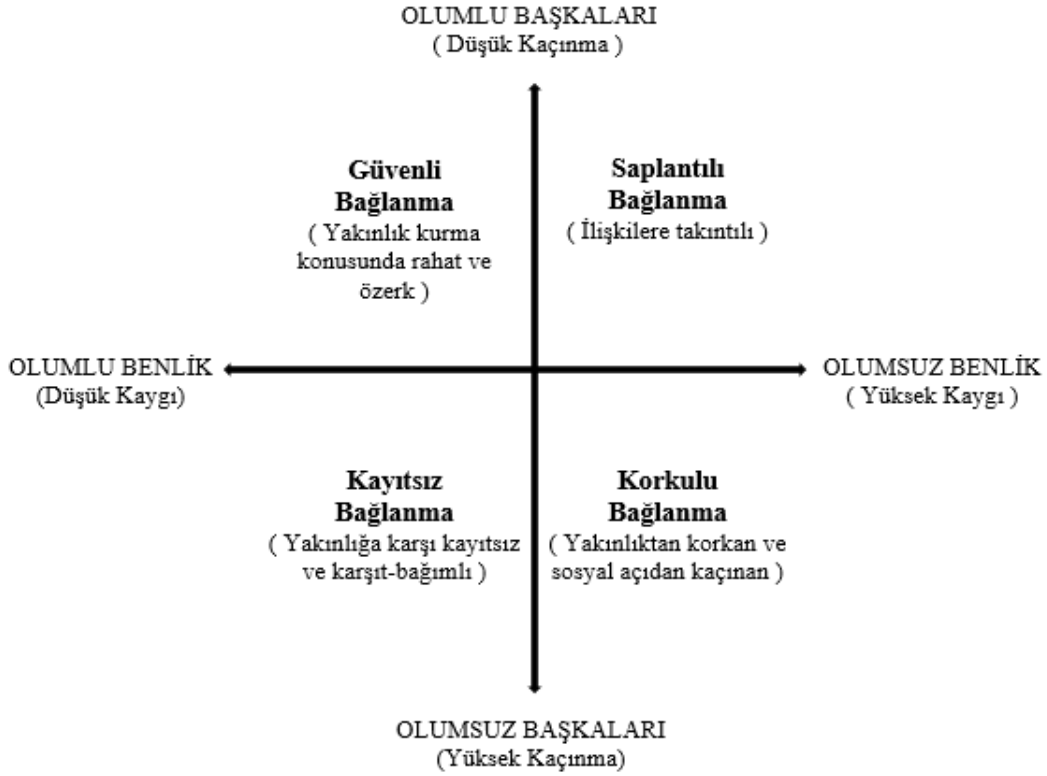
1980'lerin ortalarında, araştırmacılar bağlanma stilleri ve yönelimlerinin insanların romantik aşk ve cinsel ilişkilere yönelik bilişsel-duygusal davranışlarını nasıl etkilemiş olabileceklerini araştırmaya başladı (Hazan ve Shaver, 1987). Son on beş yılda, artarak büyüyen kanıtlar bağlanma yöneliminin insanların romantik ilişkilerini düşünme ve hissetme şekillerini etkilediğini göstermektedir (Collins ve Read, 1994; Feeney ve Noller, 1996; Klohnen ve John, 1998). Bowlby'nin (1969/1982, 1973) bağlanma kuramı yakın ilişkilerde yaşanan bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçleri açıklamada yaygın olarak kullanılmaktadır.

Bireyin bebeklik ve çocukluğundaki bağlanma stiliyle yetişkin yaşamındaki

bağlanma stili dikkat çekici oranda birbirine benzemektedir. Erken dönemdeki bağlanma figürü (bakım veren kişi) güvenli bir üs işlevi görürken; olgun bireyin bağlanma figürü (eşi), kendini güven içinde duyumsamasını sağlar. Bunun yanı sıra, uzaklaşma veya kopma söz konusu olduğunda bebeklerin ağladığı ve bağlanma figürüne (bakım veren kişi) ulaşmaya çalıştığı gözlenir. Bu durumda kişi olumsuz duygulanım yaşar. Söz konusu olgun birey olduğunda ağlama, bağlanma figürüne (eş) ulaşmaya çalışma kaçınılmazdır. Pek tabii ki; bu sürece olumsuz duygulanım da eşlik eder. Yetişkinlik ve erken dönem bağlanma kalıplarının birbiriyle paralellik gösteren özellikleri kadar birbirlerinden ayrıştığı noktalar da mevcuttur (Hazan ve Shaver, 2000; Zeifman ve Hazan, 2000).

Bu farklılıklar incelendiğinde olgunluk dönemindeki bağlanmada çiftlerin birbirine yönelik beklentileri karşılımları ön plandadır. Ancak, bakım veren kişiyle bebeğin bağlanmasında tek taraflı, bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarını karılması gibi, bir ilişki söz konusudur. Yakın ilişki yaşayan eşlerin konumu ve yapabildikleri denktir, her ikisi de birbirini destekleyip karşıdakinin güven gereksinimini karşılayabilir. Oysa bebeğin bakım veren kişinin bu tür gereksinimlerini karşılayabilecek özellikte değildir. Olgunluk dönemindeki bağlanma figürü kişiyle yakın yaşta olmakla birlikte aralarında seksüel bir ilişki söz konusudur. Olgunluk dönemindeki seksüalite, kişinin birbirini karşılıklı gözetmesini, ilgilenmesini lüzumlu kılar. Diğer açıdan libidial dürtülerle gözetilme gereksinimi duygusal bağ gereksinimini tetiklemektedir (Hazan ve Shaver, 1967, 1994).

Bowlby'nin kendilik ile diğerlerine yönelik bilişsel imgelem olguları esas alınarak bağlanma kuramını tekrar gözden geçirilmiştir. Bireyin kendiliği ile başkalarına yönelik pozitif veya negatif bilişsel imgelemi hesaba alınarak değişik düzenlemeler yapılmıştır. Bunun sonucunda bağlanma stili üç yerine, dört kategoride değerlendirilmiştir ve Dörtlü Bağlanma Modeli öne çıkmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Hazan ve Shaver, 1987) (Şekil-1).



Şekil 1. Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modeli

Kaynak: Klohnen ve Oliver, 1998

*Güvenli bağlanma stili (Secure attachment style):* Kendilik ve diğerlerini değerlendirmede bireyin pozitif bir tutum içinde olduğu bağlanma stildir. Bu stilde bağlanan bireyler, başkalarının sevgisine layık olduklarını düşünürler. Ayrıca diğerlerine yönelik güven duygusu geliştirip onların kabul edici olduklarını varsayarlar. Diğerleriyle duygusal bağ kurmakta zorlanmazlar, bunu yaparken de otonom kimliklerini devam ettirirler. Hazan ve Shaver'ın güvenli bağlanma stiline denk gelen bağlanma stildir.

*Saplantılı bağlanma stili (Preoccupied attachment style):* Kişinin kendilik algısı negatifken başkalarını pozitif olarak değerlendirdiği bağlanma stildir. Saplantılı bağlananlar diğerlerine karşı tavırları olumluyken kendilerini kıymetsiz olarak algırlar. Yakın ilişkilerde saplantılıdırlar. Hazan ve Shaver'ın kaygılı-kararsız bağlanma stiline denk gelmektedir.

*Korkulu bağlanma stili (Fearful attachment style):* Kendiliğin de diğerlerinin de negatif olarak değerlendirildiği bağlanma stildir. Kişi, kendini kıymetsiz olarak algırlarken diğerlerinin de kuşku aldatici ve kabul etmekten uzak bulurlar. Diğerleriyle duygusal bağ oluşturmaktan uzak durmalarının sebebi kabul görmeyecekleri inancından

kaynaklanmaktadır. Bu sayede incinmekten uzak durmuş olurlar.

*Kayıtsız bağlanma stili (Dismissive attachment style):* Kendilik algısının pozitifken başkalarının negatif olarak algılanmasını temsil eder. Kişinin kendilik imajı, kıymetli olduğu yönüdeyken, başkalarına yönelik algısı çoğunlukla negatiftir. Duygusal bağ kurmak onlar için önemli değilmiş gibi davranırlar, bu tür davranışları dikkate almama eğilimindedirler. Bu stil Hazan ve Shaver'ın kaçınan bağlanma stilini karşılamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999a, 1999b; Bartholomew & Horowitz,1991; Weiss, 1991; Hazan & Shaver, 1987).

## 2.2. Aldatma Eğilimi

Romantik ilişkide aldatma, güçlü duygusal tepkilerin kaynağı ve ilişkinin düzenine yönelik tehlikedir (Buss, 2000). Aldatmak (infidelity) birbirine bağlılık göstereceklerine dair anlaşmaya varmış çiftlerin, ikili ilişkileri haricinde bir kişiye yönelik duygusal, fikirsel ve davranışsal tutumlarının ilişkiyi tehdit edecek biçimde yakınlık içermesidir (Atwood ve Schwartz, 2002). Lusterman'a göre (2005), evlilikte aldatma, eşlerden birinin tekeşliliğe inanmaya devam ederken diğerinin tekeşliliği *gizlice* ihlal etmesidir. İki kişinin paylaştığı ve dışarıya kapalı olan bir duygusal bağ kurma seviyesi mevcuttur. Bundan dolayı, kişinin aldatma davranışı çoğunlukla çiftin bağlılık konusunda karar birliği yaptıkları konuları değerlendiriş biçimleri ve bu karar birliğinin tehlikede olduğu algısıyla ilişkilidir (Whitty & Carr, 2003).

Araştırmalarda, aldatma daha çok sevgili, evli veya yakın ilişki içinde olan iki bireyin arasındaki cinsel tekeşlilik anlaşmasının bozulmasıyla ölçülür (Hertlein, Wetchler & Piercy, 2005). Diğer bir tanıma göre aldatma, “yakın ilişki bağını tehdit eden gizli cinsel, romantik veya duygusal ilişki” olarak tanımlanmıştır (Gurman, 2002) .

İlişkilerde aldatmanın üç çeşidi vardır. *Duygusal aldatma;* eş, sevgi, zaman ve ilgi gibi duygusal kaynaklarını başka birine harcamasıdır. *Cinsel veya fiziksel aldatma;* asıl eşi dışında başka biriyle cinsel eylemde bulunmasının sonucudur. Birleşik tip, ikisini de içermektedir, sadece duygusal veya cinsel aldatmaya göre ilişkiler için en büyük tehlikeyi göstermektedir (Glass & Wright, 1985).

Humpley (1987), aldatmayı tanımlayan altı maddelik bir şema oluşturmuştur. Harway (Derl., 2005), bu şemaya yedinci bir madde eklemiştir:

### 1. Zaman



2. Duygusal ilişkinin derecesi
3. Cinsel ilişki kurma veya cinsel ilişkiden kaçınma
4. Gizli veya açık olması
5. Tek taraflı veya iki taraflı evlilik dışı ilişkinin (ya da cinsel ilişkinin) olması
6. Heteroseksüel veya homoseksüel olması
7. Evlilik dışı (cinsel) ilişkilerin sayısı

Amerika’da evlenen bireylerin oldukça büyük bir çoğunluğu tek eşli olmayı ümit eder (Wiederman & Allgeier, 1996). Maalesef evlilik dışı cinsel ilişki oranları oldukça yükseltir (Johnson et al., 2002), erkeklerde % 34, kadınlarda ise % 19’u hayatlarının bir döneminde evlilik dışı cinsel ilişki yaşadıklarını belirtmişlerdir (Wiederman, 1997). Aldatma ortaya çıktığında genellikle evlilikte ihanet olarak görülüyor ve genel olarak evliliğin parçalanmasına neden olan sebeplerin en büyüğüdür (Amato & Previti, 2003).

Evlilikte aldatmaya yönelik istatistiksel farklılıklara rağmen batı kültüründe, evliliklerde her iki birey birbirine karşı sadık kalmaları yönünde mutabıktırlar. Evli olmayan birçok çift, heteroseksüel, gey veya lezbiyen, tekeşliliği evliliğin merkezine alır. Aldatmanın keşfedilmesi, aldatılan için son derece travmatiktir, bazen aldatan için de geçerlidir (Lusterman, 2005). Aldatılma söz konusu olduğunda belki de en çok sorulan soru; “bir daha bu insana güvenebilecek miyim?” sorusudur. Aldatılanın eşine karşı sadece inancı zedelenmez, yalan karşısında aldatılanın güvenebilme becerisi de sarsılır (Harway (Derl.), 2005).

Önceki araştırmalar, aldatma şeklinde cinsiyet farklılıkları olduğu yönündedir. Buna göre, erkekler cinsel aldatmayı, kadınlar ise duygusal aldatmayı tercih ettiğini gösterir. Evlilik dışı ilişkilerle ilgili psikobiyojik değerlendirmelere göre, sadakatsiz erkeklerin evlilik dışı ilişki yaşamayanlarla kıyaslandığında androjen salınımı daha yüksek ve cinsel becerileri daha iyidir (Fisher et al., 2009). Evrimsel bakış açısına göre ise, tarihsel olarak erkekler genetik başarıyı güvence altına almak için en iyi stratejisi cinsel çeşitliliktir. Kadınlar için ise, döllenme ve hamilelikten dolayı, yaşam için gerekli kaynakları sağlayabilmek adına uzun süreli ilişki daha iyidir. Bu istekler erkekleri kadınlara göre daha fazla aldatmayla ilişkilendirilmesine öncülük eder (Akt.; Munsch, 2012; Buss 1994, 1996; Guerrero ve diğ., 2004; Kenrick et al., 1996; Symons 1979). Her iki cinsiyet de aldatmanın her iki durumundan da rahatsızlık duymaktadırlar (Buss

et al., 1992). Ancak; bazı araştırmalar aldatmanın *duygusal ağırlığının* cinsiyet farklılığı gözettiğini iddia etmektedirler (Buss et al., 1999).

Terapistler, çiftlerden birinin ya da her ikisinin birden aldatmasından dolayı zarar gören ilişkilerini onarmak için terapi alan birçok çift olduğunu belirttiler. Çift terapistleri, evlilik dışı ilişkinin çift ilişkisine en çok zarar veren davranış olduğunu, tedavisinin de son derece zor olduğunu belirtmişlerdir (Wishman, Dixon ve Johnson, 1997). Dünyadaki diğer kültürlerde ve toplumlarda olduğu gibi Amerika'da da aldatma, en sık karşılaşılan boşanma sebebidir (Amato & Rogers, 1997; Betzig, 1989).

### 2.2.1. Aldatma Nedenleri

Aldatma birçok şekilde oluşmaktadır. Profesyonel bir konferanstaki tek gecelik ilişki yüzeysel bir karşılaşmayla çerçevelenir veya güçlü duygusal bağlılık ve gündün güne aldatmayı içeren dört yıllık alternatif bir ilişkiden oluşur. Bazı insanlar evliliğini bitirmek amacıyla bir ilişkiye başlar, bazıları evliliklerinin yolunda olduğunu ve arada eğlenceli bir ilişki yaşamak ister. Aldatma birçok farklı şekilde değerlendirilebilir. Bir eş, başkasıyla özel durumda yatağa girmiş eşini hemen kabul edebilir, diğer eş gerçek bir cinsel ilişki içermeyen bir flörtü veya kocasının evrak çantasında yarı giyinmiş sekreterinin fotoğrafını bulmayı tolere edemeyebilir (Whisman, Dixon, ve Johnson, 1997).

Nedenleri incelendiğinde, aldatmanın oldukça farklılık gösterdiği ve çetrefilli olduğu söylenebilir. Toplumsal ve psikoanalitik alanyazında bireylerin etik geçmişleri, aşka yönelik pozitif, cinselliği ise negatif atıfta bulunmaktadır. Bu anlayış toplumsallaşma aracılığıyla bir sonraki kuşağa devretmektedir. Erken dönemlerde cinsellik de cinsel eş gibi toplumsal kabulden uzak ve kötü olarak nitelendirilmektedir. Buna rağmen cinselliğin, hissettirdiklerinin gerekliliği kabulüyle karşılaşmaktadırlar. Erken dönemde aşk cinsellikten ayrı tutulurken, olgunluk döneminde bu iki kavramın bütünleştirilip evlendiği kişiyle deneyimlenmesi beklenmektedir. Göz ardı edilen şey ise, evlenen her bireyin cinselliği eşiyile deneyimlemekten keyif almayacak olma ihtimalidir. Bu da cinselliği dışında biriyle deneyimleme olanaklarını değerlendireceği şeklinde değerlendirilebilir. Kişi, duygusal destek ve yakınlığı bir eşte, cinsel yakınlığı diğer bir eşte deneyimlemeye uğraşabilir (Weil, 1975).

Evlilik ilişkisinden duyulan memnuniyetin niteliği de aldatma gerekçeleri arasında yer almaktadır. Evlilik ilişkisinden memnuniyet duymayan veya evlilikteki

cinsel, duygusal yakınlığın yetersiz olduğunun düşünülmesi, bu yakınlığın düşük nitelikte oluşu, aldatmanın nedenlerini arasında yer alabilmektedir. Evlilik yaşantısında mutlu olamama, fikir uyuşmazlığı da aldatma eğiliminin sebepleri arasında liste başı olarak yer almaktadır. Her iki cinsiyette de aldatma eğilimindeki yükselme, çatışma eğilimindeki yükselmeyle; çatışma eğilimindeki düşüş ise aldatma eğilimindeki düşüşle paralellik göstermektedir (Polat, 2006).

Aldatma eğiliminin sebeplerine yönelik birçok açıklama yapılabilir ancak, aşağıda temel olarak gözlenen altı özellik sıralamışlardır.

- a. Suçlama: Bu çalışmaya göre, kadınların eşlerini aldatma sebepleri arasında, eşlerinin iş için ayırdıkları sürenin uzunluğu ve ebeveynlerine, özellikle annelerine, yönelik geribildirimleri reddetmeleri yer almaktadır.
- b. Sosyal yapı: Bireylerin yaşadıkları ortamın dayatmacı oluşu ve katı kurallar içeriyor olması sebebiyle yapılan erken evlilikler, buluş çağında ilgi duyduğu kişilerle geçirdiği sürenin, görüşme ihtiyacı duyduğu kişi sayısının yetersiz oluşu, evlenmeden önce birbirlerini tanıma fırsatının verilmemiş oluşu aldatma eğilimini açıklayan unsurlardandır.
- c. Baştan çıkarma: Erkekler, kendisine yönelik ilgi talebine karşı koyamadıklarını ifade etmişlerdir. Baştan çıkma erkekler için önemli bir aldatma sebebi olarak yer almaktadır. Ayrıca erkekler kadınların da erkekler gibi 'baştan çıkma'ya karşı koyamayacaklarını düşünmektedirler. Kadınlar için ise "baştan çıkma" aldatma sebebi olarak yer almamaktadır.
- d. Cinsellik: Erkekler, eşlerinin evlilik öncesi cinsel birlikteliği reddetmesi durumunda, eşi dışındaki kadınlarla cinsel ilişki deneyimini paylaştığı, kadınların da bu talebi karşılayamadıklarından eşlerinin evlilik öncesi cinsel gereksinimlerine yönelik, kendi dışındaki kadınlarla cinsel münasebetini olağan olarak değerlendirdikleri gözlenmiştir.
- e. İntikam: Erkekler, intikam alma konusunda kadınlara oranla daha hassastırlar. Bilhassa, kadınların eşlerinden intikam almak istemeleri aldatmaya eğiliminin sebepleri arasındadır. Kadınlar eşini cezalandırmak, ona uygun karşılığı vermiş olmak, eşine öfke duyuyor olmak adına, inatlaşma kaynaklı sebeplerden aldatabilmektedirler. Bahsi geçen bu konular, "kadınların aldatması" durumuna erkeklerin yaptığı açıklamadan oluşmaktadır.

- f. Uyarar arayışı: Rutin hayattan usanma, heyecan arayışı, iyi zaman geçirme isteği, yeni birinin varlığı gibi sebepler aldatma eğilimini açıklamaktadır.
- g. . Uyarar arayışı: Her iki cinsiyet için de önemli bir konudur, kadın ve erkek için de aldatma eğiliminin tetikleyicisidir. Mesela, aldatma sebebini ‘uzun süredir aynı kişiyle evli olmak’ olarak niteleyen kişi buna örnek teşkil etmektedir (Yeniçeri ve Kökdemir, 2004).

### 2.3. Affetme

Birey toplumsal özelliği gereğince içinde bulunduğu topluma uygun davranış nitelikli bir etkileşim oluşturma gayretindedir. Yaygın olarak kişilerarası ilişkilerde hissettikleri, fikirleri ve tutumları birbirine uygundur. Bu ilişkiler hayatın önemli bir kısmında yer almaktadır. Çoğu zaman insanlar bu yönü korumaya ve sürdürmeye yönelik davranır. İnsanla hayat süresince fiziksel olduğu kadar duygusal açıdan destekleyici ilişkiler oluştururlar. Bu yakın ilişkilerde tatmin sağlayan, sevinç duyan insan, kırgınlık, incinmişlik de duymaktadır. Bu tür yakın ilişkilerden alınan duygusal desteğe birey tüm yaşamında gereksinim duymaktadır (Özabacı, 2011).

Bell (2008) affetmeyi, gücenme ve saygısızlığın üstesinden gelme olarak tanımlamıştır. Üstesinden gelinmesi gereken başka durumlar (örneğin; öfke, ilgisizlik, hayal kırıklığı, üzüntü ve güvensizlik) da söz konusu olabilir.

Diğer bir deyişle affetme, kişinin kusur işleyene yönelik intikam, öfke gibi negatif etkileyen duygulardan bilinçli olarak feragat etmesi ve bunların daha pozitif etki bırakan duygularla yer değiştirmesi adına gösterilen uğraştır (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Hargrave ve Sells (1997) ise affetmeyi, kişinin ilişkide maruz kalınan incitici davranışa karşılık güvenin yeniden inşasına müsamaha göstermesi, maruz kaldığı incitici davranışa rağmen ilişkide güvenin tekrar sağlanmasına izin vermesi ve hem inciten hem de incinen kişinin aralarındaki ilişkiyi düzeltmeye, bu kırıcı davranışla ilgili tartışabilmeleri olarak tanımlamaktadırlar.

Psikolojik bakış açısına göre ise affetme, suç işleye yönelik olumsuz duygu, düşünce ve davranışların kökünü kazımak; aynı zamanda olumlu duygu, düşünce ve davranışlar geliştirmektir (Subkoviak, Enright, Wu, Assin, Freedman, Olson & Sarinopolous, 1995). Bu durum, yalancı- affetme, acıyı minimize etme veya reddetmekle aynı değildir (Gassin & Lengel, 2011).

Bağışlama bir incitme davranışıyla başlar. Birini kırmak karşıdakinin fiziksel, etik ve psikolojik alanlarına müdahale etmekle gerçekleşir (Worthington, 1998). McCullough ve Witvliet (2002), ağaşlanma, aldatılma, saldırıya maruz kalma gibi negatif yüklü durumlarda bireylerin hata yapandan uzaklaştıklarını ya da öz almaya çalıştıklarını gözlemlemişlerdir. Bugay ve Demir'e göre (2011), suçun oranı, kim tarafından yapıldığı, suçun sebep olduğu durumlar, suçta kişinin sorumluluğu, suçun telafisi için af istenmesinin, karşıdakini bağışlamayla anlamlı bir ilişki içinde olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, yukarıda sıralanan tüm bu özelliklerin bağışlamayı arttırdığı bulunmuştur.

Yakın ilişkilerde genellikle problem ve tartışma yaşanmaktadır, uyuşmazlıklar olağandır. Negatif deneyimler, tutum ve duyguları da negatif etkileme eğilimindedirler. Affetme ise söz konusu negatif deneyimlerle mücadele etmeyi sürdürme, yakın ilişkinin sürekliliğini desteklemektedir (Gordon ve Baucom, 2003).

Yapılan çalışmalar, güçlü bir sadakat-bağlılık ilişkisinde affetmenin psikolojik faydalarının daha çok göze çarptığını göstermiştir (Karremans ve ark., 2003). Ancak; sadakat- bağlılık ilişkisi içindeki bireyler, affetme eğilimlerinde farklılık gösterir. Bununla birlikte, ebeveyn-yetiştin çocuk ilişkisi, arkadaş veya romantik ilişkiye göre daha az gönüllülük (istemlilik) gerektirir. Ebeveyne yönelik algılanan yakınlığın derecesi yetişkin çocuklar arasında büyük ölçüde değişir ve affetmenin etkilerinde çok önemli bir rol oynayabilir.

### **2.3.1. Kendini Affetme**

Sosyal bilimler literatüründe kendini bağışlama ile ilgili birçok tanımlama yer almaktadır ancak bunlar kişinin kendi hatalarıyla karşılaştığında kendini sevme ve saygı duymasını vurgulamasından oluşur. Felsefe literatüründe ise, birini incitmiş olmaktan dolayı kişinin kendini küçümsemesi ve kendinden hoşnut olmama düşüncesi ortaya çıktığında kişinin kendine karşı iyi niyet göstermesiyle ifade edilir (Horsbrugh, 1974). Filozoflar, kendini affetmenin kişinin kendine saygısını yenilemesini içerdiğini varsayarlar (Dillon, 2001; Holmgren, 1998). Buna ek olarak Holmgren (1998) üç unsurdan meydana geldiğini ifade eder; ilki nesnel bir hata ya da kabahat gerektirir; ikinci olarak bu kusurların tetiklediği olumsuz duyguların üstesinden gelinmesidir; üçüncü olarak kendinin içsel olarak kabulü başarılmalıdır.

Psikoloji literatüründe ise kendini- bağışlama "kendi nesnel hatasını kabul

ettiğinde karşılaştığı kendine-gücenmişliğini bırakmada istekli olmak, kendine karşı merhamet, cömertlik ve sevgi beslemektir” şeklinde tanımlanmıştır (Enright, 1996). Bauer ve ark. (1992), kendini- bağışlama ile ilgili daha soyut bir tanımlama önerirler; kendinle evde olma hissetmenin ‘kendinden uzaklaşma’ ile yer değiştirmesidir. Kendini- bağışlamada, yapılan hatanın geniş bir perspektifte ele alınması ve kişinin sadece insan olduğunu fark etmesi gerektiğini vurgular. Enright’a (1996) göre ise, kendini- bağışlama, bir aşama modeli kullanılarak da ifade edilebilir. Buna göre kişi şu şekilde ilerler: keşfetme aşaması (inkar, suçluluk, utanç vb.), karar aşaması (fikir değişmesi vb.), çalışma aşaması (kişisel farkındalık, merhamet vb.) ve son olarak sonuç aşaması (anlam kazanmak, yeni amaç vb.).

Başkalarını bağışlayan kişi incitici davranışa maruz kalan kişi iken kendini bağışlayan kişi kendisine ya da başkasına zarar vermiş olan ve bundan dolayı ortaya çıkan kendine yönelik kızgınlıktan vazgeçen kişidir (Hall ve Fincham, 2005). Affetmek hem kişinin kendini kapasitesini kabullenmesine hem de yaşamını anlamlandırmasına yardımcı olmaktadır (Aschleman, 1996).

Kişilerarası ve kendini bağışlama tanımsal benzerliğin yanı sıra başka özellikler paylaşılırlar. Affetmenin bu iki şekli, zamana yayılma ve nesnel bir hata gerektiren süreçlerdir, suçlunun affedilme hakkın yoktur ama yine de affedilir. Kendini bağışlama da kişilerarası bağışlamayla paralel olarak bir suçu görmezlikten gelme ve unutmadan farklıdır. Kendini affetme, o kişinin davranışı kabul edilebilir veya göz ardı edilebilir demek değildir (Downie, 1965). Buna ek olarak, kişilerarası bağışlamayla, kendini bağışlama düşünmeden yapılmayan bilinçli bir çabadır. Kişilerarası ve kendini affetme arasındaki fark Tablo.1’de gösterilmiştir (Horsbrugh, 1974).

Tablo 1

*Kişilerarası ve Kendini Affetme Arasındaki Fark*

	<b>Kendini Affetme</b>	<b>Kişilerarası Affetme</b>
Nesnel suçun şekli	Davranışlar, düşünceler, istekler, duygular	Davranışlar
Affetme odağı	Kendine ya da başkasına zarar verme	Mağdura zarar verme
Empati	Affetmeyi engellemek	Affetmeyi kolaylaştırmak
Sınırlar	Koşullu veya koşulsuz	Koşulsuz
Kurban ile uzlaşma	Gerekli	Gereksiz
Kaçınma odağı	Suçla ilgili uyarın (mağdur, durumlar, düşünceler vb.)	Suçlu
İntikam odağı	Suçlu (örneğin kendi)	Suçlu (örneğin başkası)
Yardımsızlık odağı	Suçlu (örneğin kendi)	Suçlu (örneğin başkası)
Affetmemenin sonuçları	Aşırı	Orta

Gerçekten kendini affetmek için, kişinin davranışın yanlış olduğunu ve bu davranış için sorumluluk aldığını veya suçu kabul ettiğini ya açıkça ya da örtük olarak kabul etmek gerekir (Dillon, 2001; Holmgren, 1998). Bu unsurlar olmaksızın kendini affetmede, alakasız ve sahte af olasıdır. Sahte kendini af, suçlu sorumluluk almada ve hatasını kabul etmede başarısız olduğunda meydana gelir. Böyle bir durumda, kişi gerçekten hata yaptığında inanmadığında kendini bağışlayabilir. Sorumluluk almak ve hataları gerçekleştirmek genellikle, suçluluk ve pişmanlık duygularını başlatır. Kişi kendini affetmeye doğru hareket etmeden bununla ilgili tamamen deneyimli olmalıdır (Hall ve Fincham, 2005).

Birçok araştırmacı ve klinisyen affetmenin başarılı bir evliliğin köşe taşı olduğuna inanır (Worthington, 1994), bu görüş her iki eş tarafından paylaşılır (Fenell, 1993). Genellikle, affetmenin var olan zorlukları çözdüğüne ve gelecekteki problemleri engellemeye yardımcı olabildiğine inanılır (Worthington, 1994 & DiBlassio, 1990).

#### **2.4.Bağlanma Stilleri, Aldatma Eğilimi ve Affetme Düzeyi İle İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde bağlanma stilleri, aldatma eğilimi ve affetme düzeyine yönelik araştırmalar yer almaktadır.

### 2.4.1. Bağlanma Stilleri İle İlgili Araştırmalar

Rackley'in (2014), bağlanma stilleri ve cinsiyetin cinsel aldatmadaki rolü ile ilgili, 152 Afrika kökenli amerikalı psikoloji ve hemşirelik öğrencisi üzerinde yaptığı çalışma incelenmiştir. Buna göre, bağlanma stili affetmenin yordayıcısıdır. Özellikle affetme kaygılı bağlanmayla (kaçınan bağlanmaya kıyasla) ilişkilidir. Ancak; tüm bağlanma stillerinde cinsiyetin affetmeyle ilişkisi bulunmamaktadır.

Treger ve Sprecher (2011), 14 yılı aşkın bir sürede, 3.879 üniversite öğrencisiyle sosyoseksüalite ve bağlanma stillerinin duygusal ve cinsel aldatma üzerindeki etkisini incelemiştir. Buna göre, kayıtsız bağlanma stili erkeklerin duygusal aldatma olasılığını artırırken; kaçınan bağlanma stili kadınların cinsel aldatma ihtimalini artırmaktadır. Güvenli bağlanan kadınlarda, diğer bağlanma stiline kadınlara kıyasla daha az cinsel serbestlik gözlenmiştir. Hipotezlerden biri olan, kaygılı bağlanan kadınların daha fazla cinsel serbestliği olduğunu destekleyen bir sonuca ulaşamamıştır. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan erkeklerin cinsel serbestlik oranlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Çetin'in (2010), evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması inceleyen araştırmaya 246 evli birey (129 kadın, 117 erkek) katılmıştır. Bu araştırmada eşlerin bir arada yaşıyor olması kriteri sağlanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar dikkate alındığında, cinsiyet ve yaş, kaçınan bağlanma stiliyle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca toplam varyansı oldukça düşük bir oranını (%0.077) açıklamaktadır. Ek olarak yakınlıktan kaçınma ile evlilik doyumu arasında olumsuz yönlü ve anlamlı bir ilişki gözlenmiştir.

Sığırcı'nın (2010), evli insanların bağlanma stilleri ve evliliğe ilişkin inançların evlilik doyumu ile ilişkisini incelediği çalışma, 120 kadın (%54,5), 100 erkek (%45,5), toplam 220 kişinin katılımıyla gerçekleşmiştir. Buna göre bağlanma tarzlarından sadece kaçınan bağlanma tarzının evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Ayrıca, kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça evlilik doyumu düşmektedir.

Çavuşoğlu'nun (2011), evli bireylerde bağlanma stilleriyle evlilik uyumu ve aldatma eğiliminin ilişkisini incelediği araştırması, 118'i kadın, 98'i erkek toplam 217 katılımcıdan oluşmaktadır. Buna göre, bağlanma stilleri gösteren bireylerin evlilik uyumları ile aldatma eğilimleri incelenmiş ve anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Katılımcıların evlilik uyumları arttıkça, aldatma eğilimleri anlamlı olarak azalmakta ya



da katılımcıların evlilik uzumları azaldıkça aldatma eğilimleri anlamlı olarak artmaktadır. Katılımcıların cinsiyet ve eğitim düzeylerine göre aldatma eğilimleri farklılaşmamaktadır.

#### **2.4.2. Aldatma Eğilimi İle İlgili Araştırmalar**

Nannini ve Meyers'in (2010), cinsel ve duygusal aldatmada kıskançlık üzerine yaptığı araştırmaya 165'i kadın, 152'si erkek toplam 317 üniversite öğrencisi katılmıştır. Buna göre, kadınlar tüm aldatma durumlarında daha fazla duygusal stres yaşamaktadırlar. Her iki cinsiyet de benzer şekilde, sadece duygusal aldatmanın veya her iki aldatma türünün de olduğu durumlarda, duygusal bileşenleri içeren aldatmanın daha üzücü olduğunu kanıtlamışlardır.

Finchman ve May'in (2016), romantik ilişkilerdeki aldatma ile ilgili araştırmaları incelediği çalışmasında, aldatma erkekler ve kadınlarda aynı oranlarda gözlenmektedir. Aldatma, yaz aylarında mevsimsel bir artış göstermektedir ve boşanmaların en yaygın gerekçesidir.

McDaniel ve arkadaşları (2016), 176 aileden 338 evli/birlikte yaşayan bireyle evlilik doyumu ve sosyal medya sitelerinde aldatmayla ilişkili davranışları incelemişlerdir. Bu araştırmaya göre, sadece %12'si aldatmayla ilişkili davranışlar sergilediklerinin belirtmişlerdir. Ek olarak katılımcılardan daha az ilişki tatmin yaşayan, daha kararsız, kaçınan bağlanan ve yüksek oranda anksiyete yaşayan bireyler aldatmayla ilişkili davranış sergilemişlerdir. Bağlanma anksiyetesi, aldatmayla ilişkili davranışları büyük oranda öngörmektedir.

Russell ve arkadaşları (2013), güvensiz bağlanma ve evlilikte aldatmayla ilgili 207 yeni evliyle çalışmışlardır. Buna göre, bireyin kendi ve eşinin bağlanma anksiyetesinin olması aldatmayı yordamaktadır. Eşlerin kendi veya eşinin yüksek bağlanma anksiyetesinin olması aldatma edimini artırmaktadır. Ayrıca, kaçınan bağlananın aldatma davranışıyla ilişkisi yoktur. Evlilik doyumu, cinsel frekans ve kişilik özelliklerinde ise eşler arasında fark gözlenmemiştir.

Macapagal ve arkadaşları (2014), evli olamayan ama ciddi bir ilişkisi olan 262 kişiyle, toplumsal cinsiyet, bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi ile ilgili bir araştırma yapmıştır. Buna göre, erkeklerin tüm aldatma şekillerinde daha yüksek bir eğilim gösterdiği bulunmuştur. Diğer taraftan, kaçınan bağlanma stili, güvenli ve kaygılı

bağlanma stillerine göre daha fazla aldatma eğilimi göstermektedir. Aldatma eğilimini etkileyen diğer iki unsur ise aldatma algısı ve eşle kurulan ilişkidir.

Brase ve arkadaşları (2014), aldatma ve cinsiyet farklılığına yönelik yaptıkları araştırmada, cinsiyet farklılığının bağlanma stiliyle ilişkisi olmadığı bulunmuştur. Ancak, bireysel farklılıkların etkisinin olabileceği düşünülmektedir.

Owen ve arkadaşları (2013), cinsiyet, toplumsal cinsiyet, inanç, bağlanma ve sosyoseksüel yönelimin, ilişki sadakatsizliğinde cinsiyet farklılığına etkisinin karşılaştırmasını araştırmışlardır. Katılımcılar 238'i kadın, 239'u erkek toplam 477 heteroseksüel bireyden oluşmaktadır. Buna göre, cinsiyet farklılığının diğer değişkenlerle bir ilişkisi bulunmamıştır. Bulgular ilişki tatmini yükseldikçe aldatma eğiliminin düştüğü yönündedir.

Direktör ve Nuri (2016), yaşları 18 ile 37 arasında değişen, araştırma süresince en az bir yıldır romantik ilişkisi olan 82'si kadın, 81'i erkek toplam 163 katılımcıyla, algılanan ebeveyn kabul-reddinin aldatma üzerindeki etkini incelemişlerdir. Buna göre, erkeklerin aldatma eğiliminin kadınlara göre anlamlı olarak yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kantarıcı'nın (2009), evli bireylerin bağlanma stillerini, aldatma eğilimlerini ve çatışma yönetim biçimlerini araştırmıştır, bu çalışmaya 145 kadın, 55 erkek toplam 200 evli birey katılmıştır. Araştırma sonucuna göre, güvenli bağlanana bireylerin, güvensiz bağlanan bireylere oranla aldatma eğilimlerinin daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca, erkeklerin aldatma eğilimleri kadınlara oranla daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

### **2.4.3. Affetme Düzeyi İle İlgili Araştırmalar**

Fincham'ın (2014), affetme ve aile ilişkilerine yönelik yaptığı incelemeğe göre, affetme aile ilişkilerinin kalitesini artırmaktadır. Aile üyelerinin affetme davranışıyla psikolojik sağlık, doğrudan ilişkilidir.

Braithwaite ve arkadaşlarının (2016), affetme ve sürekli kırılmalık; ilişki doyumu ile daha az bağışlayıcılığın üzerindeki nevrotik ve katostrofik etki adlı çalışmanın ilkinde 355, ikincisinde 354 katılımcı yer almıştır. Katılımcıların romantik ilişki süresi ortalama 1-2 yıldır. Her iki çalışmaya göre, affetme ilişki tatminiyle olumlu ve doğrudan ilişkilidir.

Kato (2016), romantik ilişkilerdeki ayrılıkta affetmenin etkisini, 334 katılımcı üzerinde incelemiştir. Buna göre affetme ilişkinin sürekliliği için önemli bir etkendir.

Chung'un (2014), 208 evli öğretmenden oluşan örneklemeyle, evlilik tatmini ile bağlanma; affetme, ruminasyon ve empatinin rolü ile ilgili yaptığı araştırmaya göre; kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri affetmeyi olumsuz yönde etkilemektedir.

Liao ve Wei'nin (2015), 403 üniversite öğrencisinin katıldığı, güvensiz bağlanma ve depresif semptomların affetmeyle ilişkisini incelediği araştırmaya göre; büyük oranda kendini affetmenin rolü güvensiz bağlanma ile (örneğin kaygılı, kaçınan bağlanma...) ilişkilidir ancak başkalarını affetme ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Gates (2014), suça eğilim, utanç eğilimi ve affetmenin aldatmayı takip eden güvenli bağlanma üzerinde etkileşimini incelemiştir. Aldatma sonrası bağlanma stillerinin affetmeyle ilişkisini incelediği çalışmasına, katılımcılar aldatılan kişilere destek sunan bir internet sitesine başvuranlardan seçilmiştir. Araştırmaya katılan 305 kişinin 136'sının verileri analiz edilmeye uygun bulunmuştur. Bu araştırmaya göre, affetme ve güvenli bağlanma doğrudan ilişkilidir. Bağlanma figürleri tarafından ihanete uğramış olan katılımcıların affetme düzeyi yükseldikçe güvenli bağlanma düzeyinin anlamlı şekilde düştüğü gözlenmiştir.

Tirtashi ve arkadaşlarının (2013), boşanma yönelimli kadınların affetme ve bağlanma stillerini inceledikleri çalışma, 40 kişiden oluşan boşanma yönelimli kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Buna göre, güvenli bağlanma stili ve affetme arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki mevcuttur. Ayrıca, kaçınan bağlanma stili ve affetme olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki göstermiştir. Sonuçlara göre güvenli bağlanma stiline sahip kadınlar eşlerini daha kolay affetmektedirler. Ancak; kaçınan bağlanma stiline sahip kadınlar eşlerini affetmemektedirler.

Shateri ve arkadaşlarının (2016), kırılğan bağlanma stilinin affetme eksikliği ve depresyonla ilişkisini inceledikleri araştırma iki bölümden oluşmaktadır. İlk çalışmaya 122, ikinciye 145 kişi katılmıştır. Buna göre, affetme eksikliğinin depresyona zemin hazırladığını sonucuna varmakla birlikte bağlanma ve affetme arasındaki ilişkinin ileriki çalışmalarda araştırılmaya devam edilmesi gerektiğini öne sürmektedir.

Taysi'nin (2007), ikili ilişkilerde bağışlama: ilişki kalitesi ve yüklemelerin rolünü incelediği çalışmasına 80 evli çift (80 kadın, 80 erkek) katılmıştır. Bağışlamaya bakıldığında, evli kadınların ve evli erkeklerin bağışlamaya önem verdikleri görülmektedir. İncinme derecesi açısından kadınların ortalamaları, erkeklerin ortalamalarından yüksek bulunmuştur. Evli kadınlar, evli erkeklere göre eşlerin verdikleri zararı daha fazla incitici bulmuşlardır. Bağışlama, yükleme ve evlilik uyumu yönünden cinsiyetler arasında bir farklılık görülmemiştir. Çiftlerde bağışlama üzerinde,

evlilik uyumunun ve yüklemelerin yordayıcı etkisi bulunmuştur. Evli kadınlar ve evli erkeklerde bağışlama, nedensellik yüklemelerine göre sorumluluk yüklemeleri tarafından daha iyi yordanmıştır. Evli kadınlarda ve evli erkeklerde, evlilik uyumunun da bağışlamayı yordadığı görülmüştür. Bu bulgulara ek olarak, zararın şiddeti arttıkça bağışlamanın zorlaştığı bulunmuştur.

Çitil ve Durmuş'un (2015), kadınlar neden bağışlamaz adlı nitel araştırmasında farklı meslek alanlarından 117 evli kadın katılımcı yer almıştır. Buna göre katılımcıların evlilik süresi 3 ay ile 53 yıl arasındadır. Yaş ortalaması ise 39.82'dir. Buna göre, kadınların evliliklerinde bağışlamayacakları durumlar 14 ana ve 5 alt kategoride toplanmıştır. İlk sırada aldatma, ikinci sırada şiddet ve üçüncü sırada kötü alışkanlıklar yer almaktadır. En çok ifade edilen bu üç durumu kadınların bağışlamama nedenleri 17 ana kategori altında karşılaştırmalı olarak sunulmuştur. Sonuç olarak, kadınların aldatma, şiddet ve kötü alışkanlıkları; kadın aşağıladığı, kadın-erkek eşitliğine aykırı olduğu, sevgi ve saygıyı bitirdiği ve kadının onurunu zedelediği için affetmeyeceklerini göstermektedir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde, araştırma modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması, verilerin analizi ile ilgili bilgiler verilmektedir.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma evli bireylerin aldatma eğilimleri, affetme düzeyleri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır. Ayrıca, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik süresine göre demografik değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi incelenmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, Adana'da yaşayan evli bireylerden meydana gelmiştir. Örneklemeye dahil edilen katılımcılar, 20 yaş ve üstü, en az bir yıl süreyle evli olmalarına dikkat edilerek örneklemeye alınmışlardır. Veri toplama araçlarının kendi kendine doldurulması gerektiği için katılımcıların en az ilkokul mezunu olması şartı aranmıştır. Adana'da yaşayan evli bireylerden oluşan örneklemde yararlanarak evli bireylerin bağlanma stilleri, aldatma eğilimleri ve affetme düzeyleri incelenmiş olup kartopu veri toplama yöntemi kullanılmıştır.

Veriler, Haziran 2013 – Aralık 2013 tarihleri arasında kartopu veri toplama yöntemiyle elde edilmiştir. Katılımcılara zarflar içinde ulaştırılan veri toplama araçları, gizliliği sağlamak için kapalı olarak teslim alınmıştır.

Tablo 2

*Örneklem ve Demografik Verilerin Cinsiyete Göre Dağılımı*

		Cinsiyet				Toplam	
		Kadın	%	Erkek	%	N	%
	Katılım	103	51,50	97	48,50	200	100,00
Eğitim Düzeyi	İlkokul	8	4,00	6	3,00	14	7,00
	Ortaokul	8	4,00	7	3,50	15	7,50
	Lise	24	12,00	12	6,00	36	18,00
	Üniversite	63	31,50	72	36,00	135	67,50
	Toplam	103	51,50	97	48,50	200	100,00
Evlilik Biçimi	Görücü Usulü	32	16,00	28	14,00	60	30,00
	Flört Ederek – Tanışarak	70	35,00	64	32,00	134	67,00
	Diğer	1	0,50	5	2,50	6	3,00
	Toplam	103	51,50	97	48,50	200	100,00
Evlilik Süresi	1-5 Yıl	34	17,00	23	11,50	57	28,50
	6-11 Yıl	23	11,50	20	10,00	43	21,50
	12 Yıl ve Üzeri	46	23,00	54	27,00	100	50,00
	Toplam	103	51,50	97	48,50	200	100,00
Yaş	20-30 Yaş	28	14,00	5	2,50	33	16,50
	31-40 Yaş	42	21,00	41	20,50	83	41,50
	41-50 Yaş	26	13,00	38	19,00	64	32,00
	21-60 Yaş	4	2,00	12	6,00	16	8,00
	61 Yaş ve Üzeri	3	1,50	1	0,50	4	2,00
	Toplam	103	51,50	97	48,50	200	100,00

Araştırma demografik değişkenler açısından incelendiğinde, 103'ü (% 51,5) kadın, 97'si (% 48,5) erkek olmak üzere toplam 200 kişi katılmıştır. Bu 200 kişiden yaşları 20 ile 40 arası olanların sayısı 116 (%58), 41 ile 61 yaş ve üzeri olanların sayısı 84'tür (% 42).

Eğitim durumu incelendiğinde yükseköğrenim görenler 135 (% 67,5) kişiyle en fazla katılımı olan gruptur. İlkokul eğitimi almış olanlar ise 14 (% 7) kişiyle en az katılım gösteren grup olarak yer almaktadır.

Evlilik süresi incelendiğinde 12 yıl ve daha uzun süre evli kalanların sayısı 100 (% 50) kişiyken, 1 ile 5 yıl arası evli kalanların sayısı 57 (% 28,5), 6 ile 1 yıl evli kalanların sayısı 43'tür (% 21,5).

Katılımcıların evlilik biçimlerine bakıldığında ise flört ederek evlenenlerin sayısı 134 (% 67), görücü usulü evlenenler ise 60 (% 30), diğer seçeneğini işaretleyenler ise 6 (% 3) kişidir.

Katılımcıların yaşlarına bakıldığında ise en fazla katılımcının 31-40 yaş arası (% 41,50), en az katılımcının da 61 yaş ve üzeri 4 (% 2) olduğu görülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplama araçları olarak demografik değişkenleri belirlemek için Kişisel Bilgi Formu, bağlanma stillerini belirlemek için İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) aldatma eğilimini ölçmek için Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ), affetme düzeyini belirlemek için Heartland Affetme Ölçeği kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından düzenlenen kişisel bilgi formunda araştırmanın alt amaçlarına yönelik veri elde etmek adına yaş, cinsiyet, eğitim durumu, evlilik yılı ve evlilik biçimini içeren sorular yer almaktadır (Ek- 1).

#### **3.3.2. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)**

Bağlanma stillerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. İÖA, 1-7 arası basamaklardan oluşan likert tipi 30 maddelik bir ölçektir. Bağlanma biçimleriyle ilişkili farklı maddeler toplanıp, bu toplamın her bir ölçekteki madde sayısına bölünmesiyle dört yetişkin bağlanma biçimini (güvenli, kayıtsız, saplantılı, korkulu) ölçmek amaçlanmaktadır. Bağlanma biçimlerine atanmada katılımcının en yüksek puana sahip olduğu bağlanma biçimi dikkate alınmaktadır (Griffin ve Bartholomew, 1994).

Uyarlanan ölçek 17 maddeden ve yakın ilişkilerdeki bağlanma stilini ölçmeyi amaçlayan dört alt ölçekten (güvenli, kayıtsız, korkulu, saplantılı) oluşmaktadır. Ölçeğin 5., 7. ve 17. maddesi ters puanlanmaktadır. Ölçeğin 5. maddesinin hem orijinal hem de ters puanlanmış hali kullanılır.

Güvenli bağlanma stilini ölçeğin 3, 7, 8, 10 ve 17. maddeleri; korkulu bağlanma stilini ölçeğin 1, 4, 9 ve 14. maddeleri; saplantılı bağlanma stilini ölçeğin 5 (ters puanlanmış), 6, 11 ve 15. maddeleri; kayıtsız bağlanma stilini ise ölçeğin 2, 5 (orjinal), 12, 13 ve 16. maddeleri oluşturmaktadır. Katılımcılar her bir maddenin kendilerini ve

ilişkilerini ne derece tanımladığını 4 basamaklı bir ölçek üzerinde değerlendirmekte (1= hiç katılmıyorum, 2= katılmıyorum, 3= katılıyorum, 4= tamamen katılıyorum) ve en yüksek ortalamaya sahip oldukları dört bağlanma stilinden birinde sınıflandırılmaktadırlar.

İlişki Ölçekleri Anketi Türk Kültürüne Sümer ve Güngör (1999) tarafından uyarlanmıştır. Uyarlanan bu ölçekte 17 madde bulunmaktadır. Ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlık katsayıları .27 ile .61 değerleri arasındadır. Test tekrar test yöntemi ile tüm boyutlarda güvenilirlik katsayıları .54 ile .78 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Bağlanma biçimleri arasında beklendiği yönde ilişkiler mevcuttur. Literatürle tutarlı biçimde karşıt bağlanma biçimleri aynı faktörde toplanmaktadır, yapı geçerliği yüksektir (Ek-2).

### 3.3.3. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)

Polat (2006), Aldatma Eğilimi Ölçeği'ni, evli bireylerin aldatma eğilimlerini değerlendirmek amacıyla geliştirmiştir. 30 maddeden oluşan bu ölçek, beşli likert tipindedir (Bkz. Ek 4). 30 maddeden 18'i olumlu (aldatma eğilimini ölçen) 12'si ise olumsuz yönlüdür (aldatma olarak kabul edilmeyen davranışlar) ve ters puanlanır. Ayrıca 4, 9, 10, 11, 14, 16, 17, 18, 20, 23, 27 ve 28. maddeler ise ters puanlanmaktadır.

Her bir madde göz önüne alınarak katılımcıların "Tamamen Katılıyorum", "Katılıyorum", "Kararsızım", "Katılmıyorum" ve "Kesinlikle Katılmıyorum" ifadelerinden, kendilerini en iyi ifade eden seçeneği işaretlemeleri beklenmektedir. "Tamamen Katılıyorum" ifadesi 5 puan alırken, "Kesinlikle Katılmıyorum" ifadesi 1 puan almaktadır. Ölçekten alınan en düşük puan 30 ve yüksek puan 150'dir. Ölçekten elde edilen skorun yüksekliği, aldatma eğilimindeki artışa işaret etmektedir.

Ölçekte evli bireyler için ödül ya da bedel olabilecek maddelere yer verilerek, bu bireylerin ilişkiye bağlılığı ya da aldatma eğiliminin ortaya çıkması beklenmiştir. Güvenirlik için Cronbach alfa ve iki yarım güvenirligine bakılmıştır. Cronbach alfa katsayısı .95; iki yarı güvenirlik de .95 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar ölçeğin iç tutarlığının yüksek olduğunu göstermiştir. Kantarcı (2009), ölçeğin cronbach alfa güvenirlik katsayısı .92 olarak hesaplamıştır (Ek- 3). Test-tekrar test güvenirligi için, 50 deneğe iki hafta ara ile Aldatma Eğilimi Ölçeği tekrar verilmiştir. Bu iki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki korelasyon hesaplanarak, testin tekrarı güvenirlik katsayısı .84 ( $p<.01$ ) ( $n=19$ ) bulunmuştur. Bu sonuç, ölçeğin zamana göre kararlı



olduğunu göstermektedir (Polat, 2006).

### 3.3.4. Heartland Affetme Ölçeği (HBÖ)

Heartland Affetme ölçeği Thompson ve ark. (2005) tarafından bireylerin affetme eğilimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu ölçek 7'li Likert tipi 18 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçeğin kendini, başkalarını ve durumu affetmek olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği için yapılan çalışmalar sonucunda, test tekrar test katsayısı kendini affetme alt ölçeği için .83, başkasını affetme için .72, durumu affetme alt boyutu için .73 ve toplam puan için .77 olarak hesaplanmıştır. Cronbach  $\alpha$  katsayıları da sırasıyla .75, .78, .79 ve toplam puan için .86 olarak rapor edilmiştir. Ayrıca ölçeğin ölçüt bağlantılı geçerliğini hesaplamak için kullanılan ölçeklerle arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre affetme ruminasyon, düşmanlık ve öc alma ile olumsuz bir ilişkili bulunmuştur (Thompson ve ark., 2005).

Ölçek maddelerinin değerlendirmesinde her alt ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek seviyeyi yansıtır. Testten genel bir toplam almak için 2, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 15, ve 17 ters çevrildikten sonra toplanır. (Bugay 2010). Ayrıca ilk altı madde kendini affetme, 2. altı madde başkalarını affetme, son altı madde durumu affetme alt boyutunu oluşturmaktadır (Thompson ve ark., 2005).

Ölçeğin Türk kültürü için çeviri ve uyarlama çalışması Bugay ve Demir (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach  $\alpha$  iç tutarlılık katsayısı kendini affetme alt ölçeği için .64, başkalarını affetme alt ölçeği için .79 ve durumu affetmek alt ölçeği için .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tümü için Cronbach  $\alpha$  değeri ise .81 olarak hesaplanmıştır. Daha sonra daha büyük bir örnekleme ölçeğin psikometrik özellikleri Bugay, Demir ve Delevi (2012) tarafından incelenerek ölçeğin orijinal 3 faktörlü yapısının Türk örnekleme için uygunluğu test edilmiş ve Doğrulayıcı Faktör Analizi uyum değerleri yeterli (GFI = .92, AGFI = .90, RMSEA = .06) düzeyde bulunmuştur (Ek- 4).

### 3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları örnekleme kartopu örnekleme yöntemiyle dağıtılarak katılımcıların kendi kendilerine doldurmaları sağlanmıştır. Veri toplama araçları kapalı bir zarf içinde ulaştırılmıştır. Formları nasıl doldurmaları gerektiği ilk sayfada

açıklanmıştır. Gizliliğin korunacağı belirtilmiştir. Bu doğrultuda zarflar kapalı olarak alınmıştır. Eksik maddelerin yer aldığı veya rastgele doldurulduğu düşünülen (hep aynı seçeneğin işaretlenmesi vb.) veriler değerlendirmeye alınmamıştır. Toplamda 200 evli bireye ulaşılmıştır.

### **3.5. Verilerin İstatiksel Analizi**

Araştırmada nicel verilerin analizinde “t testi”, “korelasyon” ve “regresyon analizi” teknikleri kullanılmıştır.

Araştırma verilerinin analizinde SPSS programı kullanılmıştır. Parametrik hipotez testlerinin varsayımlarının karşılandığı için evli bireylerin aldatma eğilimi ve affetme düzeyinin bağlanma stillerine göre incelemesi için “basit regresyon” yapılmıştır.

Veri toplama işlemi tamamlandıktan sonra anket formlarının hepsine cevap verilip verilmediğine göre kontrol edilmiştir. Değerlendirilmeye alınan anketlere birden başlayarak numara verilmiştir. Verilen cevaplar kodlanmıştır. Toplanan verilerin analizi SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 17.0 for Windows programı ile bilgisayarda gerçekleştirilmiştir. Hata payı 0.05 olarak alınmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde, evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesi cinsiyet, evlilik biçimi ile ilişkisini incelemeye yönelik yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular, araştırma amaçlarının sırasına göre verilmiştir.

#### 4.1. Katılımcıların Cinsiyetleri ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Kadın ve erkek katılımcıların affetme düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını incelemek için bağımsız gruplar t testi yapılmış sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 3

*Aldatma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Kadın	103	125,18	19,10	198	4,565	.000
Erkek	97	112,37	20,59			

Tablo 3’te görüldüğü gibi, kadınların aldatma eğilimleri ( $\bar{X}=125,18$ ) erkeklerin aldatma eğilimlerine ( $\bar{X}= 112,37$ ) göre daha yüksektir. Yapılan bağımsız gruplar t testi analizi sonuçları kadın ve erkek evli bireyler arasında kadınlar lehine bir farklılığın olduğunu göstermektedir [ $t(198) = 4,565; p < .05$ ].

#### 4.2. Katılımcıların Affetme Düzeyleri ile Cinsiyetleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 4

*Affetme Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Bağımsız Gruplar t – Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	103	36,22	8,57	198	2,243	.026
Erkek	97	33,54	8,36			

Tablo 4'te görüldüğü gibi, kadınların affetme düzeyi ( $\bar{x}=36,22$ ) erkeklerin affetme düzeyine ( $\bar{x}= 33,54$ ) göre daha yüksektir. Yapılan bağımsız gruplar t testi analizi sonuçları kadın ve erkek evli bireyler arasında kadınlar lehine bir farklılığın olduğunu göstermektedir [ $t(198) = 2,243$ ;  $p < .05$ ].

#### 4.3. Katılımcıların Bağlanma Stilleri ile Cinsiyetleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 5

*Bağlanma Stilleri Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları*

	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Güvenli Bağlanma	Kadın	103	11,76	2,23	198	1,067	.287
	Erkek	97	11,41	2,33			
Korkulu Bağlanma	Kadın	103	10,42	2,35	198	1,818	.071
	Erkek	97	9,86	1,99			
Saplantılı Bağlanma	Kadın	103	10,05	1,56	198	1,622	.106
	Erkek	97	9,67	1,74			
Kayıtsız Bağlanma	Kadın	103	13,45	2,18	198	-,951	.343
	Erkek	97	13,75	2,37			

Tablo 5'de görüldüğü gibi, kadın ve erkeklerin bağlanma Stilleri Alt Ölçekleri'nden aldıkları puanların ortalaması birbirine çok yakındır. Yapılan bağımsız gruplar t testi analizi sonuçları kadın ve erkek evli bireyler arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir [ $t(198) = 1,067$ ,  $t(198) = 1,818$ ,  $t(198) = 1,622$ ,  $t(198) = -.951$ ;  $p > .05$ ].

#### 4.4. Evli Bireylerin Evlilik Biçimlerine İlişkin Bulgular

Evli bireylerin affetme düzeyi, aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin, evlilik biçimlerine göre puanların farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak için yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi sonuçları Tablo 6'da yer almaktadır.

Tablo 6

*Evli Bireylerin Affetme Düzeyi, Aldatma Eğilimi ve Bağlanma Stillerinin, Evlilik Biçimlerine Göre İncelenmesi*

	Evlilik Biçimi	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Affetme Düzeyi	Görücü Usulü	60	35,00	8,27	192	,514	.608
	Flört-tanışarak	134	34,84	8,80			
Aldatma Eğilimi	Görücü Usulü	60	117,40	22,14	192	-,719	.473
	Flört-tanışarak	134	119,73	20,38			
Güvenli Bağlanma	Görücü Usulü	60	11,21	2,25	192	-1,46	.145
	Flört-tanışarak	134	11,72	2,21			
Korkulu Bağlanma	Görücü Usulü	60	10,60	2,20	192	1,76	.079
	Flört-tanışarak	134	10,00	2,17			
Saplantılı Bağlanma	Görücü Usulü	60	9,78	1,48	192	-,498	.619
	Flört-tanışarak	134	9,91	1,71			
Kayıtsız Bağlanma	Görücü Usulü	60	13,00	2,44	192	-2,36	.019
	Flört-tanışarak	134	13,82	2,16			

Tablo 6'da görüldüğü gibi, affetme düzeyi [ $t(192) = ,514$ ;  $p > .05$ ], aldatma eğilimi [ $t(192) = -,719$ ;  $p > .05$ ], bağlanma stilleri alt ölçeklerinden güvenli bağlanma [ $t(192) = -1,464$ ;  $p > .05$ ], korkulu bağlanma [ $t(192) = 1,766$ ;  $p > .05$ ], saplantılı bağlanma [ $t(192) = -,498$ ;  $p > .05$ ] ile evlilik biçimi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bağlanma stilleri alt ölçeklerinden kayıtsız bağlanma ile evlilik biçimi arasında tanışarak ve flört ederek evlenme lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(192) = -2,362$ ;  $p < .05$ ].

#### 4.5. Evli Bireylerin Affetme Düzeyi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Araştırmaya katılan evli bireylerin affetme düzeyleri ile bağlanma stillerinin dört alt boyutu (güvenli, korkulu, saplantılı, kayıtsız) arasında ilişkiye yönelik veriler Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7

*Evli Bireylerin Affetme Düzeyi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Korelasyon Matrisi*

		Güvenli Bağlanma	Korkulu Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma
	r	.109	.215**	.144*	-.001
Affetme Düzeyi	p	.125	.002	.041	.984
	N	200	200	200	200

\*\* 0.01 level (2-tailed)

\* 0.05 level (2-tailed)

Tablo 7’de görüldüğü gibi, affetme düzeyi ile korkulu bağlanma [ $r(200)= ,215$ ;  $p<.05$ ] ve saplantılı bağlanma [ $r(200)= ,144$ ;  $p<.05$ ], arasında pozitif yönde ilerleyen anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Affetme düzeyi ile güvenli bağlanma [ $r(200)= ,109$ ;  $p>.05$ ] ve kayıtsız bağlanma [ $r(200)= -,001$ ;  $p>.05$ ] arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Evli bireylerin affetme düzeylerini yordayan değişkenleri saptamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 8’de affetme düzeyinin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları görülmektedir.

Tablo 8

*Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Affetme Düzeyini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişkenler	B	sh B	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
Güvenli Bağlanma	,146	,293	,039	,550	,583	,109	,036
Korkulu Bağlanma	,851	,281	,219	3,022	,003	,215	,212
Saplantılı Bağlanma	,598	,418	,116	1,432	,154	,144	,102
Kayıtsız Bağlanma	-,100	,284	-,026	-,345	,730	-,001	-,025
Affetme Eğilimi	-,011	,029	-,026	-,367	,714	-,033	-,026
R= ,262	R <sup>2</sup> = ,069						
F (5, 194)= 2,871	p= ,016						

Tablo 8 incelendiğinde bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinden korkulu bağlanma stilinin affetme düzeyini anlamlı şekilde yordadığı görülmektedir. ( $R=.262$ ,  $R^2 =.069$ ,  $p< .05$ ). Adı geçen değişkenler, affetme düzeyindeki toplam varyansın yaklaşık % 7'sini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin affetme düzeyi üzerindeki görece önem sırası korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma, güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanmadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları (Tablo 3) incelendiğinde ise, korkulu bağlanmanın affetme düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma boyutlarının önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür.

#### 4.6. Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Yordamasına Dair Bulgular

Araştırmaya katılan evli bireylerin affetme düzeyleri ile bağlanma stillerinin dört alt boyutu (güvenli, korkulu, saplantılı, kayıtsız) arasında ilişki olup olmadığını incelemek için korelasyon değerlerine bakılmıştır.

Tablo 9

##### *Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*

		Güvenli Bağlanma	Korkulu Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma
	r	-,134	,015	-,045	-,010
Aldatma Eğilimi	p	,058	,829	,522	,894
	N	200	200	200	200

Tablo 9'da görüldüğü gibi, aldatma eğilimi ile bağlanma stili alt ölçekleri güvenli bağlanma [ $r(200)= -,134$ ;  $p>.05$ ], korkulu bağlanma [ $r(200)= ,015$ ;  $p>.05$ ], saplantılı bağlanma [ $r(200)= -,045$ ;  $p>.05$ ] ve kayıtsız bağlanma [ $r(200)= -,010$ ;  $p>.05$ ] arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Evli bireylerin affetme düzeylerini yordayan değişkenleri saptamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 10'da aldatma eğiliminin yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları görülmektedir.

Tablo 10

*Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Aldatma Eğilimi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	sh B	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
Güvenli Bağlanma	-1,279	,723	-,142	-1,783	.076	-,134	-,126
Korkulu Bağlanma	,338	,700	,030	,403	,688	,015	,034
Saplantılı Bağlanma	,179	1,040	,011	,134	,893	-,045	,012
Kayıtsız Bağlanma	-,186	,706	,020	-,254	,800	-,010	-,019
Aldatma Eğilimi	-,066	,179	-,027	-,367	,714	-,033	-,260
R=.141	R <sup>2</sup> =.020						
F(5,194)=.784	p= .562						

Tablo 10 incelendiğinde bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aldatma eğilimini yordamadığı görülmektedir. (R=.141, R<sup>2</sup> =.020, p>.05). Adı geçen değişkenler, aldatma eğilimindeki toplam varyansın yaklaşık % 2'sini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin aldatma eğilimi üzerindeki görece önem sırası güvenli, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanmadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları (Tablo 10) incelendiğinde ise, korkulu bağlanmanın aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma boyutlarının önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür.



## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesine yönelik elde edilen bulgular araştırmanın alt amaçları doğrultusunda incelenmiş ve tartışılmıştır.

#### 5.1. Aldatma Eğilimi ve Cinsiyet

Bu araştırmaya göre kadın ve erkek katılımcılar aldatma eğilimi açısından incelenmiştir. Buna göre, kadın katılımcıların erkeklere göre aldatma eğilimi açısından anlamlı şekilde farklılaştığı gözlenmiştir. Kadın katılımcılar, erkeklere oranla daha yüksek aldatma eğilimi göstermektedir. Benzer araştırmalarda da cinsiyetin aldatma eğilimi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır (Çavuşoğlu 2011; Kato, 2014; Zandbergen & Brown, 2015). Erkek ve kadın birçok benzer özelliğin yanı sıra farklılık da gösterebilmektedir. Örneğin bir erkek için tek gecelik bir ilişki aldatma olarak nitelendirilmezken; bir kadın için eşi dışında biriyle telefonda flört etmek aldatma olarak ede alınabilmektedir. Bu nednele de kadınlar flört, bakma, aynı ortamda bulunma vb. davranışları “aldatma” olarak nitelerken; erkekler bu tür davranışların eşinin aldatma olarak nitelendirilmeyeceğini düşünüyor olabilirler. Ayrıca kadınlar kendini izleme (self- monitoring) davranışına daha çok başvuruyor olabilirler. Bu da toplumsal kurallara, beklentilere uymalayan davranışlarını sorgulamalarına, bunlara anlam yüklemelerine yol açıyor olabilir.

#### 5.2. Affetme Düzeyi ve Cinsiyet

Bu araştırmada affetme düzeyi ile ilgili olarak cinsiyetler arasında kadınlar lehine bir farklılık gözlenmiştir. Metaanalitik bir araştırmaya göre ise kadınların affetme düzeyi erkeklere oranla anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur (Miller ve ark., 2008). Ancak affetmenin cinsiyetle bağlantısını inceleyen bir başka araştırmada da affetme ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. (Tousaint & Webb, 2010). Geleneksel inanış kadın ve erkeğin toplumsal anlamda farklı rollere sahip olduğu konusunda ısrarcı olurken benzer noktaları göz ardı etmiştir. Kadın ve erkek görünüş, düşünüş vb. konularda farklılık göstermekle birlikte birçok ortak ve

benzer özellikler sergilemektedir. Tek bir cinsiyete uygun görülen davranışlar her iki cinsiyetin de ilgisini çekebilmekte ancak toplumsal cinsiyet rollerine uygun davranmak adına bu istekleri bastırma yoluna gidilmektedir. Son zamanlarda toplumsal cinsiyet rollerinin daha androjen yapıda olduğu topluluklarda bireyler bastırma mekanizmalarını daha az kullandıkları için cinsiyete bağlı davranış farklılıkları da ortadan kalkmaktadır. Bununla birlikte toplumda kadına bağışlayıcı, anlayışlı, kabullenici olma konusunda atıflarda bulunmaktadır. Bu vb. düşüncelere ekonomik zorluklar, ilişkinin devamlılığı, çocuklara ilişkin her iki eşin sorumlulukları göz önüne alınarak kadınların daha affedici olduğu durumlar söz konusu olabilmektedir.

### **5.3. Affetme Düzeyi, Aldatma Eğilimi, Bağlanma Stilleri ve Cinsiyet**

Yapılan araştırma evli bireylerin cinsiyetlerine göre bağlanma stilleri ve affetme düzeyi açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı göstermektedir. Bununla birlikte aldatma eğilimi kadınlarla lehine anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Bran ve arkadaşlarının (2007), yaptığı çalışmada kadınların etreklere oranla daha fazla aldatma eğilimi gösterdiği yönündedir. Yumbul ve arkadaşları (2010), ise evli ve ilişkisi olan katılımcılarla yürüttükleri çalışmada, katılımcıların aldatma eğilimlerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuşlardır. Kantarcı (2009) ve Kankaya'ya (2015) göre erkeklerin aldatma eğilimi kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Görüldüğü üzere aldatma ile ilgili birbirinden farklı araştırma sonucu mevcuttur. Bu da bu alanla ilgili daha fazla araştırma yapılması gerektiğini, araştırmaların, kültürel, sosyal vb. normlardan etkilendiğini işaret ediyor olabilir. Bazı toplumlarda kadınlar aldatma eğilimlerini gizleme gereği duyuyor olabilirlerken, bazı toplumlar bunun açık ifadesine fırsat verebilmektedir. Netice itibariyle kadın ve erkeklerin benzer istek ve yapıda olduğu varsayımından yola çıktığımızda her ikisinin de aldatma konusunda benzer tutumlar sergilemeleri beklendik bir durum olabilir. Araştırma sonucunda aldatma eğiliminin kadınların lehine çıkmasında kadınların aldatmayı erkeklerden farklı olarak değerlendiriyor olmalarının rolü söz konusu labilir. Örneğin; tek gecelik ilişki bir erkek için aldatma sayılmazken kadın için telefonla görüşmek bile aldatma kapsamında değerlendiriliyor olabilir. Bu da kadınları flört davranışları, birisini hoş bulmayı vb. aldatma olarak değerlendirmelerine bu vesileyle de aldatma eğilimlerinde yükselmeye neden olmuş olabilir.

Evliliklerinde kadınların hangi davranışları, ne sebeple affedemeyecekleri inceleyen bir araştırmada, kadınların aldatmayı bağışlanması en zor davranış olarak nitelendirdikleri gözlenmiştir (Çitil ve Durmuş, 2015). Başka bir araştırmada ise hem evli erkeklerin, hem evli kadınların affetmeye önem verdikleri sonucuna varılmıştır (Taysi, 2007). Toussaint (2010), affetme açısından erkek ve kadınlar arasında belirgin bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Benzer şekilde Cann ve Baucom'un (2004) yaptığı çalışma aldatma söz konusu olduğunda, kadın ve erkeklerin affetmeyi ilişkilerinde önemli bir unsur olarak değerlendirdikleri belirtilmiştir. Affetme her iki cinsiyet için de benzer oranda yapıcı bir rol oynamaktadır. Bu duruma her iki cinsiyetin benzer duyarlılıkla yaklaşacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada evli bireylerin cinsiyetleri ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak Toğuşlu'nun (2014) araştırmasına göre, bağlanma stillerinin evli kadın ve erkeklerde cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca Beştav'ın (2007), araştırması da bu sonucu destekler niteliktedir. Geleneksel toplulukların aksine modern toplumlarda kadın ve erkek cinsiyet rolleri giderek eşitlenmekte ve androjen bir yapı almaktadır. Bu nedenle erkek ve kadınların hayata bakış açısı olayları değerlendirilmesinde de çok büyük farklılıklar gözlenmemesi mümkündür. Bunun yanı sıra toplumun çok katmanlı yapısını göz önünde bulunduracak olursak geleneksel cinsiyet rollerine uygun davranışlar sergileyen insanlar mevcuttur. Bu doğrultuda erkeğin daha bağımsız, kaygısız vb. kişilik ve davranış özellikleri desteklenirken, kadının daha bağımlı olması gerektiği yönünde beklentiler söz konusudur. Bu da kişilik yapılanmasında etkili olabilmektedir. Ayrıca bağlanma bireyin cinsel davranış kalıplarının olmadığı bebeklik döneminde oluşmaktadır. Bu da bağlanma davranışının cinsiyetle değil kişilik özellikleri birincil bakım veren kişiyle kurulan ilişki bazında değerlendirilmesinin daha uygun olabileceği sonucunu doğurmaktadır. Bu durumda bağlanma stilleri ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmamasını beklendik bir durumdur. Ancak bağlanma stillerinin sekonder ilişkilerle değişmesi sonucunda cinsiyet bağlanma ilişkisinden bahsetmek mümkün olabilir.

#### **5.4. Evlilik Biçimlerine Göre Affetme Düzeyi, Aldatma Eğilimi ve Bağlanma Stilleri**

Bu araştırmaya göre evli bireylerin evlilik biçimi affetme düzeyi, aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri arasında ilişki gözlenmemiştir. Buna benzer olarak, evli

bireylerin bağlanma stillerini inceleyen bir araştırmada evlenme biimlerine göre bağlanma stilleri arasında bir farklılık gözlenmemiştir (Kuyumcu, 2011). Evlilik biçimleri her ne kadar görücü usulü ve tanışarak evlenme şeklinde ayrılmışsa da modern yaşamda görücü usulü evlilik eski geleneklerdeki gibi çiftlerin birbirini görmeden yaptıkları bir evlilik modeli değildir. Çiftler birileri aracılığıyla tanıştırıldığında bunu görücü usulü olarak nitelemektedir. Buna ek olarak birbirlerini tanımak için nişanlılık vb. süre verilerek tanıyarak/tanışarak evlenmektedirler. Bu nedenle iki evlenme biçimi arasında bir farklılığın bulunmaması mümkündür.

### **5.5. Evli Bireylerin Affetme Düzeyi ile Bağlanma Stilleri**

Bu araştırmaya göre, kayıtsız bağlanma, güvenli bağlanma ve affetme düzeyi arasında ilişki anlamsızdır. Affetme düzeyi korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma yönünde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki söz konusudur. Yakın ilişkilere karşı kayıtsız bir tutum sergileyen bireyler için ilişkiyi bitirmek; evlilik ilişkisini önemseyen biri kadar değer taşımayabilir. Bu nedenle de kayıtsız bağlanma stilinde affetme düzeyi diğer bağlanma stillerinden farklılık gösterebilir. Başka bir araştırmada ise, güvenli bağlanan bireyler, güvenli olmayan bağlanma grubundakilere göre, partnerlerinin olumsuz davranışına daha az sorumluluk yüklemesi yapmakta ve bunun aracılığıyla daha fazla bağışlama göstermektedir; diğer bağlanma stillerinin ise affetmeyi yordayıcılığı düşüktür (Yıldırım, 2009). Bu araştırma da yukarıda açıklanan fikri destekler niteliktedir. Ayrıca güvenli bağlanana kişi, eşinin negatif yönlü davranışlarını da pozitif davranışlarında olduğu gibi kaul edici bir tutumla ele alabilir. İlişkide problemin ne olduğundan çok çözümün e olabileceğine dair, yani ilişkiyi sürdürmeye yönelik davranışlar sergilemeyi tercih edebilir. Affetme davranışı da ilişkiyi devam ettirmekle kalmayıp ilişki kalitesini de olumlu yönde etkileyen bir özellik taşımaktadır.

### **5.6. Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi ile Bağlanma Stilleri**

Araştırmaya göre, bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aldatma eğilimini yordamadığı görülmektedir. Benzer şekilde başka bir araştırmada da, farklı bağlanma stillerine sahip olan çiftlerin evlilik uyumları ve aldatma eğilimleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Çavuşoğlu, 2011). Ancak farklı sonuçlara sahip araştırmalar da mevcuttur. Kantarcı'ya

(2009) göre, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin, güvenli bağlanma stiline sahip bireylere göre aldatma eğilimlerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırma sonucunda aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farkın gözlenmemesi, çiftlerin kendi bağlanma stiline uygun kişileri tercih etmesiyle açıklamak mümkün olabilir. Örneğin güvenli bağlanma stiline sahip bireyler eş olarak, güvenli bağlanan bireyleri seçerken; korkulu bağlanan bireyler saplantılı bağlanan kişileri kendine eş olarak seçebilmektedir. Kişinin kendine uygun olduğunu düşündüğü partnerle birlikte olduğunu düşünmesi, bireyin başka ilişki arayışlarına girmesinin önünü alabilmektedir.



## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonuçlarının genel bir değerlendirmesi yapılmıştır. Bu değerlendirmeler doğrultusunda aldatma eğilimi, affetme düzeyi ve bağlanma stilleri ile ilgili ileride yapılacak olan araştırmalara ilişkin öneriler sunulmuştur.

#### 6.1. Sonuç

Bu araştırma, evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesini hedeflemektedir. Bu doğrultuda kadın ve erkek katılımcılar aldatma eğilimi açısından incelendiğinde, kadın katılımcıların erkeklere göre aldatma eğilimi açısından anlamlı şekilde farklılaştığı gözlenmiştir.

Cinsiyetle olan ilişkisi incelendiğinde affetme düzeyinde de aldatma eğilimde olduğu gibi, kadınlar lehine anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Ayrıca evli bireylerin evlilik biçimi affetme düzeyi, aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri arasında ilişki gözlenmemiştir.

Bağlanma stillerinin affetme ile ilişkisi incelendiğinde ise kayıtsız bağlanma ile affetme seviyesi arasında olumsuz yönde bir ilişki gözlenmiştir. Aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelendiğindeyse bağlanma stillerinin kategorilerinden olan güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerinin aldatma eğilimini yordamadığı bulunmuştur.

#### 6.2. Öneriler

Aşağıda araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda uygulamalara ve bu konuda yapılacak araştırmalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

##### 6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler

- 1- Aldatılmış olan bireylerin çift ilişkisine yönelik ciddi bir güven kaybı söz konusu olmaktadır. Bu güven kaybını ise tüm kadınlara/erkeklere genellemektedir. Bu problemi yaşayan bireylerin yeniden güven inşa edebilmesi ve bunu destekleyen psikolojik destek alabileceği kurumların,

kişilerin vb. olması; problemi yaşayan kişilerin bu kurum ve kişilere yönlendirilmesi önemlidir.

- 2- İlişkilerin kritik dönemlerinde aldatma davranışının nasıl şekillendiği incelenebilir. Örneğin, evliliğin ilk yılı, çocuk sahibi olma, ebeveyn kaybı, hastalık vb. durumlarda çiftlerin aldatma eğilimi incelenebilir. Bu kritik dönemler için çift danışmanlığı programları yürütülebilir.
- 3- Çiftlerin evlilik öncesinde evlilik uyumu, evlilikten beklentileri vb. ifade edebilecekleri bir psiko-eğitim programı aldatmayı “önleyici” ya da “azaltıcı” bir rol oynayabilir.
- 4- Affetme kavramı psikolojik danışma eğitim sürecine dahil edilebilir.
- 5- Psikolojik danışma sürecinde farklı danışan gruplarıyla bağışlama müdahaleleri denenebilir.
- 6- ‘Kendini bağışlama’nın terapötik bir araç olarak kullanımı sağlanabilir.

### **6.2.2. İlerideki Araştırmalara Yönelik Öneriler**

1. Bu çalışma evli bireylerle sınırlandırılmıştır. Oysa bir çift ilişkisi yaşayan nişanlı, sevgili vb. birçok çift aldatma ve affetme durumlarını yaşayabilmektedir. Sonraki araştırmaların örnekleme bu grupları da dahil edecek şekilde genişletilebilir.
2. Aldatmanın birçok farklı kaynağı olabilmektedir. Çiftlerin aldatmaya yönelmesinin ekonomik, kültürel vb. kaynakları araştırılabilir.
3. Aldatma bireyleri birçok farklı şekilde etkileyebilmektedir. İnsanların bu durumdan nasıl etkilendiği, ne tür baş etme mekanizmaları kullandığı incelenebilir.
4. Affetme davranışından sonra çift ilişkisinin nasıl etkilendiği, ilişkinin devam etmesi halinde ilişki niteliği vb. hakkında araştırmalar yapılabilir.
5. Bağlanma stillerin eş seçiminde oynadığı roller incelenebilir.
6. ‘Kendini affetme’ kavramının dahil edildiği araştırmalar yapılabilir.
7. Affetmenin diğer yakın ilişkilerdeki, ebeveyn- çocuk vb., rolü incelenebilir.
8. Affetme kavramıyla ilgili genelde yabancı kaynaklar referans alınmıştır. Bunun yanı sıra içinde yaşadığımız toplumun kültürel değerleri göz önüne alınarak çalışmalar yürütülebilir. Farklı kültürlerin affetmeye yaklaşımı karşılaştırılmalı olarak incelenebilir.

## KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S., Bleher, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Allen, E. S., & Baucom, D. H. (2004). Adult attachment and patterns of extradyadic involvement. *Family Process*, 43, 467–488.
- Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Amato, P. R., & Rogers, S. J. (1997). A longitudinal study of marital problems and subsequent divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 59, 612–624.
- Aschleman, K. A. (1996). *Forgiveness as a resiliency factor in divorced or permanently separated families*. Unpublished master's thesis, University of Wisconsin, Madison.
- Atkins, D. C., Baucom, D. H., & Jacobson, N. S. (2001). Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 735-749.
- Atwood, J.D., Schwartz L.(2002). Cyber-sex: The new affair treatment considerations. *Journal of Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions*, 1(3), 37-56.
- Bartholomew K, Horowitz L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four- category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Baskin, T.W. & Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Counselling and Development*. 82(1), 72-90.
- Baucom, D. H., Gordon, K. C., Snyder, D.K., Atkins, D.C. & Christensen, A. (2006). Treating Affair Couples: Clinical Considerations and Initial Findings. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*. 20(4), 375-392.
- Bauer, L., Duffy, J., Fountain, E., Halling, S., Holzer, M., Jones, E., et al. (1992). Exploring self-forgiveness. *Journal of Religion and Health*, 31(2), 149–160.



- Bell, M. (2008). Forgiving someone for who they are (and not just they've done). *Philosophy and Phenomenological Research*, 77(3), 625- 658.
- Beştav, G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hazettepe Üniversitesi, Ankara.
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217-233.
- Blumstein, P. & Schwartz, P. (1983). *American Couples: Money, Work, Sex*. New York: William Morrow.
- Bogaert, A. F. & Sadava, S. (2002). Adult attachment and sexual behavior. *Personal Relationships*, 9, 191–204.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment And Loss: Vol 1: Attachment (2nd Ed. 1984; Reprinted, 1989)*. London: Penguin Books.
- Bowlby, J. (1973), *Attachment And Loss: Seperation, Anxiety And Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980), *Attachment And Loss: Sadness And Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Tavistock Press.
- Bradbury, N. B., Fincham, F. D. & Beach, S. R. (2002). Evlilik doyumunun doğası ve belirleyicileri üzerine araştırmalar: Son on yılın derlemesi). *Psikoloji Bülteni*, 8 (24-25), 120-127, 295-309.
- Braithwaite, S. R., Mitchell, C. M., Selby, E. A., & Fincham, F. D. (2016). Trait forgiveness and enduring vulnerabilities: Neuroticism and catastrophizing influence relationship satisfaction via less forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 94, 237-246.
- Brand, R. J., Markey, C. M., Mills, A. & Hodges, S. D. (2007). Sex Differences in Self-reported Infidelity and its Correlates. *Sex Roles*. 57, 101-109.
- Brase, G. L., Adair, L. & Monk, K. (2014). Explaining sex differences in reactions to relationship infidelities: comparisons of the roles of sex, gender, beliefs, attachment, and sociosexual orientation. *Evolutionary Psychology*, 12 (1), 73-96.
- Bugay, A. ve Demir, A. (2011). Hataya ilişkin özelliklerin başkalarını affetmeyi yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35), 8-17.

- Bugay, A. (2010). *Investigation of social-cognitive, emotional and behavioral variables as predictors of self-forgiveness*. Unpublished PhD thesis, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Bugay, A. ve Demir, A. (2010). A Turkish Version of Heartland Forgiveness Scale. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1927-1931
- Bugay, A., Demir, A. & Delevi, R. (2012). Assessment of the factor structure, reliability and validity of the Turkish version of Heartland Forgiveness Scale. *Psychological Reports*, 111 (2), 1-10.
- Buss, D. M. (1996). Paternity Uncertainty and the Complex Repertoire of Human Mating Strategies. *American Psychologist*, 51 (2), 161-162.
- Buss, D. M. (2000). *The Dangerous Passion: Why Jealousy is as necessary as love and sex*. New York: Free Press.
- Cann, A. ve Baucom, T. R. (2004). Former partners and new rivals as threats to a relationship: Infidelity type, gender, and commitment as factors related to distress and forgiveness. *Personal Relationships*, 11 (3), 305-318.
- Cano, A. & O'Leary, K. (2000). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68 (5), 774-781.
- Carnes, P. (2001). *Out of the shadows*. Minneapolis, MN: Comp Care Publishers.
- Cartun, M. A. (2009). The role of attachment in extradyadic behavior. Unpublished master's thesis, University of North Carolina, Wilmington.
- Chung, M. S. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246-251.
- Cobb, R.J. & Davila, J. (2009). Internal Working Models and Change. In Joseph H. Obegi & Ety Berant (Eds.), *Attachment Theory and Research in Clinical Work with Adults* (pp. 209-233). New York: The Guilford Press.
- Collins, N., & Read, S. (1994). Cognitive representations of attachment: The content and function of working models. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships* (v 5, pp. 53-90). London: Jessica Kingsley.
- Cook W. L. (2000). Understanding attachment security in family context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (2), 285-294.

- Crowell, J. A., Treboux, D. & Waters, E. (2002). Stability of Attachment Representation: The Transition to Marriage. *Developmental Psychology*, 38, 467-479.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). *Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Çelik, E. (2009). *Evli öğretmenlerin bağlanma stili, denetim odağı ve bazı nitelikleri açısından evlilik uyum düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Çetin Tufan, B. (2010). *Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması*. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Çitil, C. & Durmuş, E. (2015). Kadınlar Neden Bağışlamaz? *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (36), 507-517.
- DeWall, C. N., Lambert N. M., Slotter E. B., Pond R.S. Jr. & Deckman T., Finkel, E.J. ve Luchies L. B. ve Fincham, F.D. (2011). So far away from one's partner, yet so close to romantic alternatives: avoidant attachment, interest in alternatives, and infidelity. *Journal of Personality and Social Psychology*. 101(6), 1302–1316.
- DiBlassio, F. A. (1998). The use of a decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. *Journal of Family Therapy*. 20, 77–94.
- Dillon, R.S. (2001). Self-forgiveness and self-respect. *Ethics*, 112, 53–83.
- Direktör, C., & Nuri, C. (2016). The effects of perceived parental acceptance and rejection on infidelity tendency. *Turkish International Journal of Special Education and Guidance & Counselling*, 5 (1), 39-45.
- Downie, R.S. (1965). Forgiveness. *Philosophical Quarterly*, 15, 128–134.
- Dönmez, A. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. *Türk Psikoloji Bülteni*, 16 (17), 29-50.
- Enright, R. D. & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: APA Books.
- Enright, R.D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107–127.
- Ergüner Tekinalp, B. ve Terzi, Ş. (2012). Terapötik bir araç olarak bağışlama: İyileştirici etken olarak bağışlama olgusunun psikolojik danışma sürecinde kullanımı. *Eğitim ve Bilim*. 37(166). 14- 24.

- Feeney, J. A., ve Noller, P. (1996). *Adult Attachment*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Fenell, D. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling, 15*, 446–460.
- Fife, S. T., Weeks, G. R. & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: an interpersonal model. *Journal of Family Therapy, 35*(4), 343-367.
- Fincham, F. D. (2015). Forgiveness, family relationships and health. In L. Toussaint, E. L. Worthington, Jr. & D. Williams (Eds.), *Forgiveness and Health: Scientific Evidence and Theories Relating Forgiveness to Better Health*. New York: Springer.
- Fincham F. D. ve May, R. W. (2016), Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology, 13*, 70-74.
- Fisher, A.D., Corona G., Bandini E., Mannucci E., Lotti F., Boddi V. et al. (2009) Psychobiological correlates of extramarital affairs and differences between stable and occasional infidelity among men with sexual dysfunctions. *J Sex Med, 6* (3), 866–875.
- Fricker, J. (2006). *Predicting infidelity: The role of attachment styles, lovestyles, and the investment model*. Doctoral dissertation, Swinburne University of Technology, Hawthorn.
- Gassin E. A. ve Lengel Gregory J. (2011). Forgiveness and attachment: a link that survives the grave? *Journal of Psychology and Theology, 39* (4), 316-329.
- Gates, D. L. (2014). *The interaction effect of guilt-proneness, shame-proneness, and forgiveness on attachment security following infidelity*. Doctoral Thesis, North Central University. (UMI No: 3669724).
- Glass, S. P. (2002). Couple therapy after the trauma of infidelity. In A. S. Gurman and N. S. Jacobson (Eds.) *Clinical Handbook of Couple Therapy* (3rd ed., pp. 488–507). New York: Guilford Press.
- Glass, S. P., & Wright, T. L. (1985). Sex differences in type of extramarital involvement and marital dissatisfaction. *Sex Roles, 12*, 1101–1120.
- Goodstein, L.D., Lanyon, R.I. (1975). *Adjustment, behavior, and personality*. California: Addison-Wesley Publishing Company.
- Gordon, K. C. & Baucom, D. H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *The American Journal of Family Therapy, 31*, 179-199.

- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30 (2), 213-232.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., ve Snyder, D. K. (2005). Forgiveness in couples: Divorce, infidelity, and couples therapy. In E. L. Worthington (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 407–422). New York: Routledge.
- Glass, S.P. (2002). Couple therapy after the trauma of infidelity. In A.S. Gurman & N.S. Jacobson (Eds.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (3rd. Ed., pp. 488–507). New York: The Guilford Press.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklara aktarımında ana-babalık stillerinin rolü*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Haley, J. (1988). *İletişim: Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi* (A. Uzunöz, Çev.) Ankara: Çark Kitabevi Yayınları.
- Hall, J. H. ve Fincham F. D. (2005). Self–Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (5), 621-637.
- Hall, J. H. ve Fincham F. D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25 (5), 508-522.
- Hargrave, T. D. & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 41-62.
- Hazan, C. & Shaver, P (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511- 524.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on ciose relationships. *Psychoiogical Inquiry*, 5, 1-22.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve (A. Dönmez, Çev.). *Türk Psikoloji Bülteni*, 6 (16-17), 29-50.
- Holmgren, M. R. (1998). Self–forgiveness and responsible moral agency. *The Journal of Value Inquiry*, 32, 75–91.
- Horsbrugh, H. J. (1974). Forgiveness. *Canadian Journal of Philosophy*, 4(2), 269–282.
- Johnson S. M. (2005). Broken bonds: an emotionally focused approach to infidelity. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 4 (2-3), 17-29.
- Johnson, S. M. (2002). *Emotionally Focused Couple Therapy with Trauma Survivors Strengthening Attachment Bonds*. New York: Guilford Press.

- Kankaya, D. (2015). *Evli bireylerde aldatma eğilimi ve cinsel yaşantılar*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kantarcı D. (2009). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1011–1026.
- Kato, T. (2014). Testing the sexual imagination hypothesis for gender differences in response to infidelity. *BioMedCentral Research Notes*, 7(1), 1-4.
- Kato, T. (2016). Effects of partner forgiveness on romantic break-ups in dating relationships: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 95, 185-189.
- Klohnen, E. C. & Oliver, J. P. (1998). Working models of attachment: A theory-based prototype approach. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 115–140). New York: The Guilford Press.
- Kobak R.R., Sceery A. (1988) Attachment in late adolescence. Working models, affect regulation and representations of self and other. *Child Development*, 59, 135-146.
- Kuyumcu, B. (2011). Evli Kişilerde Gestalt Temas Biçimleri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 3 (5), 57-70.
- Lewandowski, G. W. & Ackerman, R. A. (2006). Something's missing: Need fulfillment and self-expansion as predictors of susceptibility to infidelity. *The Journal of Social Psychology*, 146, 389-403.
- Liao, K. Y. H., & Wei, M. (2015). Insecure attachment and depressive symptoms: Forgiveness of self and others as moderators. *Personal Relationships*, 22(2), 216-229.
- Lusterman D. (2005). Infidelity: Theory and Treatment. In M. Harway (Ed.) *Handbook of Couples Therapy* (pp. 337-351). New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Macapagal, R. A., Ong, A. C. S., Poon, P. U. & Sibya, S. F. J. (2014). Gender, Adult Attachment Styles, and the Tendency to Commit Dating Infidelity: A Mixed Methods Study. *Philippine Journal of Psychology*. 47(1), 93-116.

- Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) model of attachment: Findings and directions for future research. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment Across The Life Cycle* (pp. 127-159). New York: Tavistock/Routledge.
- Main, M. & Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? In M. Greenberg, D. Cicchetti, and M. Cummings (Eds.), *Attachment in the Preschool Years: Theory Research and Intervention* (pp.121-132). Chicago: University of Chicago Press.
- Main, M. & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure disorganized/disoriented attachment pattern: Procedures, findings and implications for the classifications of behaviour. In M. Yogman and T. Brazelton (Eds.), *Affective Development in Infancy* (pp. 95-124). Westport CT: Ablex.
- McCullough, M. E. & Witvliet, C. V. (2002). The Psychology of Forgiveness. In C. R. Snyder & Shane J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 446-458). New York: Oxford University Press.
- McDaniel, B. T., Drouin, M., & Cravens, J. D. (2016). Do you have anything to hide? Infidelity-related behaviors on social media sites and marital satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 66, 88-95.
- Michelle, R. V., Baker, L. R. & McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage? *Journal of Family Psychology*, 27(2), 242-251.
- Miller, A. J., Worthington, E. L. Jr & McDaniel, M. A. (2008). Gender and forgiveness: A meta-analytic review and research agenda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27 (8), 843-876.
- Moultrup, M. (1990). *Husbands, wives, and lovers: The Emotional System of the Extramarital Affair*. New York: Guilford Press.
- Munsch C. L. (2012). The Science of Two-Timing: The State of Infidelity Research. *Sociology Compass* 6 (1), 46–59.
- Nannini, D. K. & Meyers L.S. (2000). Jealousy in sexual and emotional infidelity: An alternative to the evolutionary explanation. *The Journal of Sex Research*. 37 (2), 117-122.

- Olmstead S. B., Blick R. W., & Lilbourne I. M. (2009). Helping Couples Work Toward the Forgiveness of Marital Infidelity: Therapists' Perspectives. *The American Journal of Family Therapy*, 37 (1), 48-66.
- Owen, J., Rhoades, G. K., & Stanley, S. M. (2013). Sliding versus deciding in relationships: Associations with relationship quality, commitment, and infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 12 (2), 135-149.
- Özabacı, N. (2011) İlişki Niteliği Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 36 (162), 159-167.
- Platt, R.L., Nalbone, D. P., Casanova, G. M. & Wetchler, J. L. (2008). Parental Conflict and Infidelity as Predictors of Adult Children's Attachment Style and Infidelity. *The American Journal of Family Therapy*, 36 (2), 149–161.
- Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Rackley, J. W. (2014). The bond that breaks: The role of attachment style and gender on forgiving a sexual infidelity among African Americans. Doctoral dissertation, Tennessee State University. (UMI No: 3641779).
- Russell, V. M., Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage? *Journal of Family Psychology*, 27 (2), 242.
- Schneider, J., Corley, M. & Irons, R. (1998). Surviving disclosure of infidelity: Results of an international survey of 164 recovering sex addicts and partners. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 5 (3), 189–217.
- Shackelford T. K., Buss, D.M. & Bennett, K. (2002). Forgiveness or breakup: Sex differences in responses to a partner's infidelity. *Cognition and Emotion*, 16 (2), 299–307.
- Shateri, Z. E., Lavasani, F. F., Aghilian, A., Hushmand, M., Ghafarzadeh, Z., & Attar, S. (2016). Vulnerability attachment style to depression and lack of forgiveness: Investigation the role of affect control. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 2 (4), 2739-2751.
- Shaver, P. R., Collins, N., & Clarck, C. L. (1996). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. G. J. O. Fletcher, J. Fitness (Eds.), *Knowledge Structures in Close Relationships: A Social Psychological Approach* (pp. 25-61), Hillsdale, NJ: Erlbaum.



- Sığırcı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Sori, C. F. (2007). An affair to remember: Infidelity and its impact on children. In P. R. Peluso (Ed.), *Infidelity: A practitioner's Guide to Working with Couples in Crisis* (pp.247-276). New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Spence, A. M. (2009). *Adult children's accounts of parental infidelity and divorce: associations with own infidelity, risky behaviors, and attachment*. Masters of Arts, University Of Colorado At Denver. (UMI No: 1509151).
- Sprecher, S. (2013). Attachment style and sexual permissiveness: The moderating role of gender. *Personality and Individual Differences*, 55 (4), 428-432.
- Stanford, P. S. (2012). *Marriages After Infidelity: A Prospective Study* (Doctoral thesis, The Florida State University, 2012). Dissertation Abstracts International, 74, 05E. (UMI No: 3551181).
- Subkoviak, M. J ., Enright, R. D., Wu, C. R., Assin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M. et al. (1995). Measuring inter personal forgiveness in late adolescence and early adulthood. *Journal of Adolescence*, 18, 641-655.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin Bağlanma Ölçeklerinin Kategoriler ve Boyutlar Düzeyinde Karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21 (57), 1-22.
- Sümer, N. ve Güngör D. (1999a). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (44), 35-58.
- Sümer, N. ve Güngör D. (1999b) Yetişkin bağlanma stili ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71- 106.
- Taysi, E. (2007). *İkili ilişkilerde bağışlama: İlişki kalitesi ve yüklemelerin rolü*. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Taysi, E. (2007). Suça İlişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeğini Türk Kültürüne Uyarlama Çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*. 10 (20), 63-74.
- Thompson, A. P. (1983). Extramarital sex: A review of the research literature. *Journal of Sex Research*, 19, 1–22.
- Thompson, Y. L., Snyder, C. R. & Hoffman, L. (2005). Heartland Forgiveness Scale. *Journal of Personality*, 73, 313-359.

- Tirtashi, E. N., Shafiabady, A., Mohammadi, M., & Kazemi, N. (2013). A study of attachment styles and forgiveness in divorce-seeking women. *Global Journal of Psychology Research*, 1 (2), 15-22.
- Toğuşlu, M. Ö. (2014). *Evli bireylerde bağlanma stilleri ve cinsiyet rollerinin yüklenme biçimini yordayıcı rolü*. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Toussaint L. & Webb J. R. (2010). Gender Differences in the Relationship Between Empathy and Forgiveness. *The Journal of Social Psychology*. 145 (6), 673-685.
- Treger, S. & Sprecher, S. (2011). The influences of sociosexuality and attachment style on reactions to emotional versus sexual infidelity. *Journal of sex research*, 48 (5), 413-422.
- VanLaningham, J., Johnson, D. R., & Amato, P. R. (2001). Marital happiness, marital duration, and the U-shaped curve: Evidence from a five-wave panel study. *Social Forces*, 79 (4), 1313-1341.
- Wade, N. G. & Worthington E. L. Jr. (2003). Overcoming Interpersonal Offenses: Is Forgiveness the Only Way To Deal with Unforgiveness? *Journal of Counseling and Development*, 81 (3), 343-353.
- Wade, N. G., Bailey, D. & Shaffer, P. (2005). Helping clients heal: Does forgiveness make a difference? *Professional Psychology: Research and Practice*, 36 (6), 634-641.
- Weil. M. W. (1975). Extramarital Relationships: A Reappraisal. *Journal of Clinical Psychology*, 31 (4), 723 –725.
- Weiss R. S. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. In C. M. Parkes, J. S. Hinde, P.Morris (Eds.) *Attachment Across the Life Cycle* (pp. 66-76). London: Tavistock/ Routledge.
- Whisman, M.A., Dixon, A. E., & Johnson, B. (1997). Therapists perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. *Journal of Family Psychology*, 11, 361-366.
- Whitty, M. T., Carr, A. (2003), Cyberspace as potential space: Considering the web as a playground to cyber-flirt. *Human Relations*, 56 (7), 869-891.
- Worthington, E. L. (1994). Marriage counseling: A Christian approach. *Journal of Psychology and Christianity*, 13 (2), 166–173.
- Worthington, E. L. (1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy*, 20, 59-76.

- Worthington, E. L. & DiBlasio, F. (1990). Promoting mutual forgiveness within the fractured relationship. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27, 219–223.
- Yeniçeri, Z. & Kökdemir, D. (2006). University students' perceptions of, and explanations for, infidelity: The development of the infidelity questionnaire. *Social Behavior and Personality*, 34 (6), 639-650.
- Yeşilyaprak, B. (2009). Türkiye'de psikolojik danışma ve rehberlik alanının geleceği: Yeni açılımlar ve öngörüler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 42 (1), 193-213.
- Yıldırım, A. (2009). *Bağlanma stilleri ile bağışlama arasındaki ilişkide sorumluluk yüklemelerinin aracı rolü*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yumbul, C., Cavusoglu, S., & Geyimci, B. (2010). The effect of childhood trauma on adult attachment styles, infidelity tendency, romantic jealousy and self- esteem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1741-1745.
- Zandbergen, D. L., & Brown, S. G. (2015). Culture and gender differences in romantic jealousy. *Personality and Individual Differences*, 72, 122-127.
- Zeifman, D. & Hazan, C. (2000). A process model of adult attachment formation. W. Ickes, S. Duck (Ed.), *The Social Psychology of Personal Relationships*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

**EKLER****EK 1. Kişisel Bilgi Formu****KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

Cinsiyetiniz: K( ) E( )

Yaşınız: .....

Kaç yıldır evlisiniz: 1- 5 ( ) 6- 11 ( ) 12 ve üstü ( )

Kaçıncı Evliliğiniz: ilk ( ) ikinci ( ) üçüncü ( ) Diğer:.....

Evlilik Biçiminiz: Görücü usulü ( ) Flört / tanışarak ( ) Diğer: .....

Çocuk sayınız: Yok ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ve üstü ( )

Eğitim Durumunuz: İlkokul( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Diğer:...

## EK 2. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

### İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkinizde (arkadaşlık, dostluk gibi) hissettiğiniz duygulara ilişkindir. Sizden, genel olarak, yakın ilişkinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Aşağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 4 aralıklı ölçek üzerinde gösteriniz.

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Başkalarına kolayca güvenemem.	1	2	3	4
9. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1	2	3	4
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1	2	3	4

**EK 3. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)****ALDATMA EĞİLİMİ ÖLÇEĞİ**

Bu ölçekte evliliğiniz ile ilgili duygu ve düşüncelerinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her ifadeyi okuduktan sonra, buna ne derecede katıldığınızı ya da katılmadığınızı cevap için ayrılan yere X koyarak işaretleyiniz.

		Tamamen katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1.	Eşimle iletişim çatışması yaşadığım dönemlerde, beni anlayacak bir partner isterim					
10	Eşimden başka bir partneri düşünmek bile kendimi suçlu hissetmeme neden olur.					
17	Evliliğimdeki mutsuzluğun, başkasıyla birlikte olmama neden olacağını sanmıyorum.					
24	Eşimin başka biriyle birlikte olduğunu öğrensem, bende bir başkasıyla birlikte olmayı denerim					
30	Eşim geçici cinsel işlev bozukluğu yaşarsa, cinsel ilişki için başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					

## EK 4. Heartland Affetme Ölçeği (HBÖ)

### Heartland Affetme Ölçeği

Hayatımız boyunca, kendi davranışlarımız, başkalarının davranışları veya kontrolümüz dışındaki durumlar nedeniyle olumsuz olaylar yaşayabiliriz. Bu olumsuz yaşantıların ardından belli bir zaman geçtikten sonra, kendimiz, diğer insanlar veya yaşanan durumlar hakkında olumsuz duygu veya düşüncelerimiz olabilir. Bu tür olumsuz olaylara genel olarak nasıl tepki verdiğinizi düşününüz ve aşağıda verilen her ifadenin yanına, tarif edilen olumsuz duruma genellikle nasıl tepki verdiğinizi ifade eden sayıyı (aşağıdaki 7'li değerlendirme ölçeğine göre) yazınız. Vereceğiniz yanıtlarda doğru veya yanlış cevap yoktur. Lütfen yanıtlarınızda olabildiğince dürüst ve samimi olunuz.

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**                      **6**                      **7**

**Beni hiç  
yansıtıyor**

**Beni pek  
yansıtıyor**

**Beni biraz  
yansıtıyor**

**Beni tamamen  
yansıtıyor**

- \_\_\_ İşleri berbat ettiğimde önce kötü hissetmeme rağmen zamanla kendimi rahatlatabilirim.
- \_\_\_ Yaptığım kötü şeylerden öğrendiklerim onlarla baş etmemde bana yardımcı olur.
- \_\_\_ Yaptığım hatalara, zamanla daha anlayışlı olurum.
- \_\_\_ Beni incitenlere karşı zamanla daha anlayışlı olurum.
- \_\_\_ Başkaları bana kötü davranırsa, onların hakkında kötü düşünmeye devam ederim.
- \_\_\_ Hayatımdaki kötü durumlarla eninde sonunda barışıırım.

## ÖZGEÇMİŞ

Seyran Seyfi üniversite öğrenimini 2005 yılında Ankara Ünibersite'sinde tamamlamıştır. Mezun olduktan sonra 2006-2011 yılları arasında özel bir okulda aile danışmanlığı yürütmüştür. 2009-2013 yılları arasında Weinheim Sistemik Aile Terapisi Eğitimi'ni tamamlamıştır. Ayrıca 2010 yılında Hollanda Yükseköğrenmi Enstitüsü'nde Early Childhood Education eğitim programını tamamlamıştır. Şu an bir hastanede psikolog olarak çalışmaya devam etmektedir.

