

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

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMUNU
YORDAMADA AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR VE EVLİLİK ÖNCESİ İLİŞKİ
ALGILARININ ROLÜ**

Ayça SARAÇ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2013

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

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMUNU
YORDAMADA AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR VE EVLİLİK ÖNCESİ İLİŞKİ
ALGILARININ ROLÜ**

Ayça SARAÇ

Danışmanlar:

- 1. Tez Danışmanı: Prof. Dr. S. Sonay GÜÇRAY**
- 2. Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zeynep HAMAMCI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2013

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı'nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. S. Sonay GÜÇRAY

(1. Danışman)

Üye: Prof. Dr. Zeynep HAMAMCI

(2. Danışman)

Üye: Yrd. Doç. Dr. Fulya CENSEVEN ÖNDER

Üye: Yrd. Doç. Dr. Oğuzhan KIRDÖK

Üye: Öğr. Gör. Dr. İsmail SANBERK

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

.../.../2013

Prof. Dr. Azmi YALÇIN

Enstitü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirimlerin, çizelge ve şekillerin kaynak gösterilmede kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMUNU YORDAMADA AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR VE EVLİLİK ÖNCESİ İLİŞKİ ALGILARININ ROLÜ

Ayça SARAÇ

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Danışmanlar: 1. Tez Danışmanı: Prof. Dr. S. Sonay GÜÇRAY,

2. Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zeynep HAMAMCI

Ağustos 2013, 88 sayfa

Bu araştırmanın birinci amacı, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlarıyla evlilik öncesi ilişki algılamaları ve ilişki doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın diğer amacı ise üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançları, evlilik öncesi ilişki algılamaları ve demografik değişkenlerin ilişki doyumlarını ne oranda yordadığını belirlemektir.

Araştırmanın grubu Hatay Mustafa Kemal Üniversitesinde öğrenim gören 299 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri, yaşları, fakülteleri, sınıfları, ilişki durumları ve ilişki süreleri hakkında bilgi almak amacıyla araştırmacı tarafından demografik bilgi formu geliştirilmiştir. Öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili inançlarını ölçmek üzere Sarı (2008) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAINÖ), evlilik öncesi ilişki algılarını değerlendirmek üzere Kalkan ve Kaya (2007) tarafından geliştirilen Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği (EÖİDÖ) kullanılmıştır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin ilişki doyumları Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, (2005) tarafından Türk kültürüne uyarlanan İlişki İstikrarı Ölçeği'nin (İİÖ) İlişki Doyumu (İD) alt boyutu ile ölçülmüştür.

Öğrencilerin ilişki doyumlarının yordayıcılarını belirlemek amacıyla Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi sonucunda anlamlı çıkan yordayıcılara göre anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek üzere tek yönlü varyans analizi ve t-testi hesaplamaları kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda; bireylerin ilişki durumu, RAİNÖ'nün "Aşırı Beklentiler", "Farklı Düşünmek", "Cinsiyet Farklılıkları" alt boyutları ve EÖİDÖ'nün "Dini Değerler", "İletişim", "Arkadaş İlişkileri", "Aile İlişkileri" alt boyutlarının ilişkiden algılanan doyumunu anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Bunun yanında, flört dönemindeki bireylerin ilişki doyumlarının sözlü ve nişanlı bireylere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, RAİNÖ'nün "Aşırı Beklentiler" alt boyutundan alınan puanlar yükseldikçe ilişki doyumunun yükseldiği, "Farklı Düşünmek" ve "Cinsiyet Farklılıkları" alt boyutlarından alınan puanlar yükseldikçe de ilişki doyumunun düştüğü belirlenmiştir. Son olarak, yapılan analizler sonucunda EÖİDÖ'nün "Dini Değerler", "İletişim", "Arkadaş İlişkileri" ve "Aile İlişkileri" alt boyutlarından alınan puanlar yükseldikçe ilişki doyumunun yükseldiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme, ilişki doyumu, üniversite öğrencileri.

ABSTRACT**THE ROLE OF IRRATIONAL BELIEFS AND PERCEPTIONS RELATED
WITH PREMARITAL RELATIONSHIP IN PREDICTING ROMANTIC
RELATIONSHIP SATISFACTION OF UNIVERSITY STUDENTS****Ayça SARAÇ****Master Thesis, Department of Educational Sciences****Supervisors : First Thesis Supervisor: Prof. Dr. S. Sonay GÜÇRAY****Second Thesis Supervisor: Prof. Dr. Zeynep HAMAMCI****August 2013, 88 pages**

The first aim of this research is to examine the relation between irrational beliefs of university students related with romantic relationships and their perceptions related with premarital relationship and relationship satisfactions. The second aim of this research is to determine the rate of how university students' relationship satisfactions are predicted by their level of irrational beliefs related with romantic relationship, perceptions related with premarital relationship and demographic variables.

The research group consists of 299 university students having education in Hatay Mustafa Kemal University. Demographic information form was developed by the researcher in order to obtain information about university students' gender, age, department, class, relationship status and relationship duration. Irrational Romantic Relationship Beliefs Inventory (IRRBI) which was developed by Sarı (2008), was used to measure the beliefs of university students about romantic relationships and in order to evaluate the perceptions of students about premarital relationship, Premarital Relationship Assesment Scale (PRAS) developed by Kalkan and Kaya (2007) was used. Furthermore, the relationship satisfaction of university students was measured by Relationship Satisfaction sub dimension (RS) of Relationship Stability Scale (RSS) developed by Rusbult, Martz and Agnew (1998) and was adapted to Turkish culture by Büyüksahin, Hasta and Hovardaoğlu, (2005).

In order to determine the relationship satisfaction precursors Hierarchic Multiple Regression Analysis was used. In order to test whether there is a significant difference

at the end of regression analysis according to significant precursors, one way ANOVA and t-test calculations were made.

At the end of analyses made, it was understood that excess expectations, different thinking, gender differences which are sub dimensions of IRRBI and religious values, communication, friend relationships, family relationships sub dimensions of PRAS predicts relationship satisfaction significantly. Besides, it was determined that relationship satisfaction of individuals during flirting period was found to be higher compared to engaged individuals. Besides as the points taken from excess expectations sub dimensions of IRRBI increases, relationship satisfaction also increases and as the points taken from different thinking and gender differences sub dimensions increase, relationship satisfaction decreases. Finally as a result of the analyses made, it was determined that as the points taken from religious values, communication, friend relationships and family relationships sub dimensions of PRAS increase, relationship satisfaction also increases.

Keywords: Irrational beliefs related with romantic relationship, premarital relationship assessment, relationship satisfaction, university students.

ÖNSÖZ

Öncelikle araştırmamın gerçekleşmesinde büyük katkıları bulunan tez danışmanım Sayın Prof. Dr. Zeynep Hamamcı'ya ve tezle ilgili değerli geribildirimlerini paylaşan tez danışmanım Sayın Prof. Dr. S. Sonay Güçray'a teşekkürleri sunarım. Araştırmam boyunca beni destekleyen ve yardımcı olan Sayın Doç. Dr. Ahmet Doğanay'a, Sayın Yrd. Doç. Dr. Fulya CENKSEVEN ÖNDER'e, Sayın Yrd. Doç. Dr. Mehmet BİLGİN'e, Sayın Öğr. Gör.Dr. İsmail SANBERK'e ve Yrd. Doç. Dr. Oğuzhan KIRDÖK'e çok teşekkür ederim.

Bunun yanında çalışmalarım sırasında büyük yardımlarını gördüğüm ve bana moral kaynağı olan sevgili arkadaşlarım, Hilal, Ece, Fatma, Serkan, Buket, Hatice, Melis, İsmail, Barış, Alparslan, Gülay Teyze ve Mahmut Ağabey'e çok teşekkürler.

Son olarak, tezi bitirebilmem de çok büyük emekleri olan biricik aileme çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız!

Not: Bu araştırma, EF2013YL1 numarası ile Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından desteklenmiştir.

Ayça SARAÇ

Ağustos, 2013

Aileme...

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	i
ABSTRACT	iii
ÖNSÖZ	v
KISALTMALAR LİSTESİ	ix
TABLolar LİSTESİ	x
EKLER LİSTESİ	xi

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu	5
1.2. Araştırmanın Amacı	6
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Varsayımları	8
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	8
1.6. Tanımlar	8

BÖLÜM II

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Açıklamalar	10
2.1.1. Bilişsel Davranışçı Kuram	10
2.1.1.1. Albert Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı Terapisi	11
2.1.2. Romantik İlişki Doyumu	19
2.1.3. Romantik İlişki İnançları	21
2.1.4. Evlilik Öncesi İlişkilerin Değerlendirilmesi	23
2.2. İlgili Araştırmalar	26
2.2.1. Romantik İlişki İnançları, İlişki Algısı ve İlişki Doyumu ile İlgili Araştırmalar	26

BÖLÜM III YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli	33
3.2. Araştırma Grubu	33
3.3. Veri Toplama Araçları	34
3.3.1. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları Ölçeği	35
3.3.2. Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği	37
3.3.3. İlişki İstikrarı Ölçeği	38
3.4. İşlem Yolu	39
3.5. Verilerin Analizi	39

BÖLÜM IV BULGULAR

4.1. Bağımsız Değişkenler ile Bağımlı Değişken Arasındaki İkili Korelasyon Sonuçları	45
4.2. Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyumlarının Yordayıcıları	46

BÖLÜM V TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Demografik Değişkenlerle İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilere Yönelik Yorumlar	50
5.2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarla İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilere Yönelik Yorumlar	52
5.3. Evlilik Öncesi İlişki Algısı İle İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilere Yönelik Yorumlar	56

BÖLÜM VI SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar	60
6.2. Öneriler	61

6.2.1. Araştırmalara Yönelik Öneriler	61
6.2.2.Uygulamaya Yönelik Öneriler.....	61
KAYNAKÇA	63
EKLER.....	75
ÖZGEÇMİŞ.....	88

KISALTMALAR LİSTESİ

RAINÖ	: Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği
EÖİDÖ	: Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği
İİÖ	: İlişki İstikrarı Ölçeği
ADDT	: Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi

TABLolar LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 1: Sağlıklı ve Sağlıksız Duygular.....	16
Tablo 2: Araştırma Grubuna Ait Demografik Özellikler	34
Tablo 3: Romantik İlişki İnançları, Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme ve İlişki Doyum Puanlarının Ortalama, Medyan ve Mod Değerleri.....	42
Tablo 4: Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Korelasyon Matrisi	43
Tablo 5: İlişki İstikrarı Ölçeği'nin İlişki Doyumu Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	47

EKLER LİSTESİ

	Sayfa
Ek 1. Demografik Bilgi Formu	75
Ek 2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği.....	76
Ek 3. Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği.....	77
Ek 4. İlişki Doyum Ölçeği	78
Ek 5. Çoklu Regresyon Analizi Normallik ve Doğrusallık Grafikleri	79
Ek 6. Ölçek Kullanım İzinleri	84
Ek 7. Uygulama İzni	87

BÖLÜM I

GİRİŞ

Günümüze kadar, romantik ilişkiler ve doğası bir çok araştırmacı tarafından açıklanmıştır (Buehler & Wells, 1981; Sternberg, 1986; Collins, 2003; Collins, Welsh, & Furman, 2009). Collins (2003) romantik ilişkiyi her iki tarafın gönüllü olduğu ve karşılıklı olarak kabul ettiği bir ilişki türü olarak tanımlamakta ve romantik ilişkinin ayırt edici beş özelliği olduğunu vurgulamaktadır. Bunlardan birincisi “katılım”dır. Katılım, gençlerin flört edip etmediğini, flörtün hangi yaşta başladığını ve sıklığını ifade eder. Bir diğeri “partner seçimi”dir. Bu özellik gençlerin kimlerle romantik tecrübeler yaşadığını açıklar. Diğer bir özellik “ilişki içeriği”dir. İlişki içeriği, romantik ilişki süresince paylaşılan aktiviteler ve etkinlikleri ifade eder. “İlişki kalitesi” ile ifade edilen özellik ise, ilişkiden yararlı tecrübeler edinebilmeyi ifade eder. Son olarak ilişkinin “bilişsel ve duygusal süreçleri” şeklinde ifade edilen özellik ise ilişkiyi diğer ilişki türlerinden ayırtıran duygusal tepkiler, algılar, beklentiler, şemalar, partnere ve ilişkiye yapılan atıflardır. Kalkan ve Yalçın (2012) ise romantik ilişkiyi; aşk, bağlanma, duygusal destek ve ait olma özellikleri içeren bir ilişki türü olarak tanımlamış ve bunların insan yaşamını zenginleştirici ve geliştirici yaşantılar olduğunu söylemiştir.

Romantik ilişkilerin başlangıç dönemi konusunda bir görüş birliği olmasa da ilk romantik ilişkilerin genellikle ergenlik döneminde başladığı ileri sürülmektedir (Connolly, Craig, Goldberg, & Pepler, 2004). Zimmer-Gembeck’e (2002) göre ergenlik dönemindeki bireyler, başlangıçta akranlardan oluşan bir grubun içinde karşı cinsle iletişim kurmakta, sonra grup olarak görüşmelere başlamakta ve sonunda ikili romantik ilişkiler içinde yer almaktadırlar.

Duygusal ilişkilerin geç ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde gelişimin önemli bir bileşeni olduğu söylenebilir (Bahadır, 2006). Romantik ilişkilerin gençlerin gelişimleri üzerindeki önemi Erikson (1968) tarafından kuramsallaştırılmıştır. Buna göre gençler romantik ilişkiler aracılığı ile üç temel gelişim görevini yerine getirebilmektedir: **a)** biricik bir kimlik oluşturmak, **b)** ilişki becerilerini geliştirmek ve karşı cinsle yakınlık kurmak **c)** cinsel istek ve dürtülerle sağlıklı bir şekilde baş etmek (Erikson 1968; Feldman& Gowen, 1998).

Bunun yanısıra geç ergenlik ve genç yetişkinlik döneminin aşılması gereken gelişimsel krizi Erikson'a (1968) göre "yakınlığa karşı yalıtılmışlık"dır. Yakınlık, genç bireyin kimliğini kaybetme korkusu yaşamaksızın açık, destekleyici ve duygulu bir ilişki kurabilme becerisi olarak tanımlanmıştır. Yalıtılmışlık ise bireyin ilişkilerden geri çekilmesi ve sağlıklı ilişkiler kuramayıp yalnız kalması anlamına gelir. Bu dönemde yaşanan romantik ilişkiler, bireylerin yakınlık kurabilme ile ilgili becerilerinin gelişmesini sağlar. Feiring de (1996) romantik ilişkiler aracılığıyla bireylerin yakınlık, paylaşma, anlaşma, kendini açma gibi becerileri kazandıklarını vurgulamıştır. Bunun yanı sıra üniversite yılları gençlerin sosyal yaşama uyum sağlamaya çalıştığı yıllardır. Üniversite döneminde kurulan romantik ilişkilerin gençlerin sosyal etkinliklere katılım düzeylerini arttırdığı ve sosyal gelişimlerini desteklediği araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır (Moss & Schwebel, 1993; Hamamcı ve Esen-Çoban, 2010). Buna göre romantik ilişkilerin gençlerin kişilik gelişimlerin yanında psiko-sosyal gelişimleri üzerinde de etkili olduğu söylenebilir.

Ergenlerin kişisel ve sosyal gelişimi üzerinde kritik bir öneme sahip olan romantik ilişkiler, bireyleri hayat boyu etkisi altına almaktadır. Öyle ki, Erikson'un (1968) da belirttiği üzere romantik ilişkiler, bireylerin yalnızca kimlik ve kişilik gelişimini değil, aynı zamanda yetişkinlik yıllarında yaşanacak romantik ilişkilerini dahi etkilemektedir. Konuyla ilgili yapılan araştırmalar da ergenlik dönemindeki romantik ilişkilerin yetişkinlik döneminde ilişkilerin gelişimi üzerindeki önemini açıklamaktadır (Knox, 1970; O'Sullivan & Brooks-Gunn, 2005; Raley & Sullivan, 2010). Hatta bu ilişkiler, bireylerin ileride kuracakları evliliklerin ve bu evliliklerin başarılı bir şekilde sürdürülmesinin belirleyicisidir (Erikson, 1968). Benzer şekilde Furman da (2002) üniversite yıllarında yaşanan romantik ilişkilerin yetişkinlik döneminde kurulacak romantik ilişkilerin kalitesini, eş seçimini ve evlilik yaşantısını etkilediğini belirtmiştir. Romantik ilişkilerin insan yaşamındaki önemi düşünüldüğünde, bu ilişkiden elde edilen doyumun ilişki istikrarını, ilişki kalitesini, bireylerin genel iyilik halini ve mutluluğunu etkilediği söylenebilir (Hawkins, 1968; Campbell, 1976; Sabatelli, 1988).

Buna göre romantik ilişkiler üzerinde oldukça etkili olduğu düşünülen romantik ilişki doyumunu, Hendrick'e (1988) göre; cinsel tutumlar, aşkın ifade edilen duyguları, sadakat, kendini açma ve ilişki yatırımı ile ilgili olup, ilişkideki duygu, düşünce ve davranışlara işaret eder. Hendrick (1988) ilişki doyumunu, ilişkideki duygu, düşünce ve davranışların değerlendirilmesinin önemli bir alanı olarak belirtmiştir. Birçok araştırma Hendrick'in bu görüşünü destekler niteliktedir (Holman, Larson,& Harmer, 1994;

Busby, Holman,&Taniguchi, 2001). Buna göre, ilişki değerlendirme yolu ile bireylerin ilişki doyumlarını etkileyen faktörleri belirleme şansı yakalanabilir. Değerlendirme ile kastedilen, ilişkide problem yaratabilecek farklı alanlara yönelik algıların ortaya koyulmasıdır. İlişkideki problem alanlarının belirlenmesi, çiftlerin bu konuda yardım almalarının da önünü açabilir ve doyum verici ilişkiler yaşamalarını sağlayabilir (Busby, Holman & Taniguchi, 2001).

Çiftler arasında sağlıklı bir ilişki sürdürülebilmesi için çiftlerin o ilişkiden doyum sağlamaları önemlidir; ancak insan ilişkilerinin bütünüyle sorunsuz ve problemlerden uzak olduğunu düşünmek anlamsızdır. Romantik ilişkiler de dahil olmak üzere kişilerarası ilişkilerin her biçiminde bazı sorunlar ve çatışmalar olabilir ve tüm bunlar bireyin ilişki doyumunu olumsuz yönde etkileyebilir (Çırakoğlu ve Tezer, 2010). Bu yüzden önemli olan ilişkide yaşanan problemlerin kaynaklarının neler olduğunu araştırmaktır.

İlişki doyumunu etkileyen değişkenleri saptamak adına yapılan araştırmalar sonucunda romantik ilişkilere dair akılcı olmayan inançların ilişki doyumunun önemli belirleyicilerden biri olduğu ortaya koyulmuştur (Eidelson & Epstein, 1982; Sullivan & Schwebel, 1995; Stackert & Bursik, 2003). Creasey, Kershaw ve Boston'un (1999) belirttiği üzere, üniversite öğrencileri, üniversite psikolojik danışma birimlerine sıklıkla akranları ya da romantik partnerleri ile yaşadıkları zorluklar nedeniyle başvurumaktadırlar. Bilişsel yaklaşıma göre ilişkilerinde yaşadıkları zorluklar, onların akılcı olmayan inançlarından kaynaklanabilir. Akılcı olmayan ilişki inançları Ellis (1986) tarafından, ilişkinin doğasına ve ilişkide bulunan kişilere yönelik abartılmış, katı, değişime dirençli ve mantıklı olmayan inançlar olarak tanımlanmıştır. Buna göre akılcı olmayan düşünce biçimi, yıkıcı davranışlara sebep olabilmekte ve ilişki uyumunu zayıflatabilmektedir (Metts & Cupach, 1990).

Özetle, romantik ilişkilere dair inançların ve ilişki algısının bireylerin ilişkiye yönelik doyumlarını önemli ölçüde etkilediği söylenebilir (Stackert & Bursik, 2003; Hendrick, 1988). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere elde ettikleri doyum önemlidir; çünkü ergenlik döneminin tamamlanmasıyla kişi kendisine yaşamını birlikte geçireceği bir partner seçer ve bu seçim evliliği gerçekleştirme amacına yönelik bir seçimdir (Bacanlı, 2005). Birçok insan için yaşamları süresince verilecek en önemli kararlardan birisi evlilik kararıdır. Evlilik kararı, kişinin bundan sonraki yaşamını şekillendirmektedir. Evlilik öncesinde yürütülen arkadaşlık, söz ve nişan gibi kişisel ve toplumsal olgular evlilik amacına yöneliktir. Evlilik öncesi ilişkiler sayesinde bireyler

evlenecekleri kişiyi tanıma, anlaşma, evlilik için gerekli sevgi bağı kurma olanağı yakalarlar. (Özgüven, 2000). Evlilik öncesinde kişi, kendiyle ilgili özelliklerin farkında olmalıdır. Evlenmeyi düşündüğü kişide ne aradığını bilmeli ve partnerinin bu beklentileri ne derecede karşıladığını değerlendirmelidir. Bunun için kişi, eş seçiminde acele etmemeli; kendi beklentileri ile karşısındaki kişinin özellikleri örtüştüğünde evlenmeyi düşünmelidir (Günayer-Şenel, 2011).

Araştırmalar göstermiştir ki, evliliğe hazırlıksız yakalanan genç bireyler; kendileri, evlilikleri ve eşleri ile ilgili gerçekdışı beklentiler içindedirler. Bu beklentilerin karşılanmaması, hayal kırıklığı, çatışma ve mutsuzluğa yol açacaktır (Martin, Martin, & Martin, 2001). Evlilik öncesindeki akılcı olmayan inançlara örnek olarak, “birbirimizi son derece mutlu edeceğiz”, “başka çiftler tartışabilir ve kavga edebilir ancak bizim anlaşmazlık yaşamamız mümkün değildir” gibi cümleleri gösterebiliriz. Bu inançlar, çiftler arasındaki anlaşmayı zorlaştıracaktır (Chapman, 1997).

Long, Cate, Fehsenfeld ve Williams’ a göre (1996) evlilik öncesinde yaşanan çatışmalar ve olumsuz iletişim, evlilik sonrası çatışmaların habercisidir. Bu yüzden evlilik sürecine hızlı girmek bireylerin evlilik sorunları ile karşı karşıya kalmalarına sebep olabilir; çünkü uzun dönemli ve kaliteli ilişkiler sürdürmek, bu konuda beceri sahibi olmayı gerektirir. Aksi takdirde bireylerin, ilişkilerine zarar verici hataları tekrarlamaları kaçınılmazdır (Kalkan ve Kaya, 2007; Martin, Martin, & Martin, 2001).

Evlilikteki çatışmalar ve problemlerin boşanmayla sonuçlanması, araştırmacıları çiftlerin boşanma nedenleri üzerine odaklanmasına itmiştir. Boşanma nedenlerini ortaya koymak üzere yapılan araştırma sonuçları göstermiştir ki, evlilik öncesinde bir çok bireyin evlilik yaşamına ilişkin gerçekçi olmayan beklentileri vardır, daha sonrasında bu beklentiler karşılanmamakta ve çiftler boşanma yoluna girmektedir. Evliliğe ilişkin gerçekçi düşüncelere sahip olanların ise evliliğin ilk zamanlarında ortaya çıkan güçlüklerle daha iyi baş edebildikleri ortaya çıkmıştır (Foster, 2007).

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalar göstermiştir ki, karşı cinsle yapılan arkadaşlık, eş seçimini büyük oranda etkilemektedir. Ayrıca karşı cins arkadaşlığı sırasında bireyler, ileride evlilikleri sırasında yaşayacakları sorunların bir kısmını deneyimlemektedirler. Eş seçiminden önceki dönemde bireyler kendilerini ve partnerlerini tanıma fırsatı bulduğundan, evlilik öncesi süreç iyi değerlendirilmeli, ilişkilerinin hangi boyutlarında sorun yaşadıkları ortaya koyulmalıdır (Özabacı,2011).

Romantik ilişkilerin ve evlilik öncesi sürecin insan yaşamındaki önemi düşünüldüğünde, ilişkilerin niteliğini etkileyen faktörleri araştırmak anlamlıdır. Romantik ilişkilerdeki doyum düzeyini etkileyen akılcı olmayan inançlar farklı araştırmalara konu olmuştur (Metts & Cupach, 1990; Sullivan & Schwebel, 1995; Stackert & Bursik, 2003). Ancak, akılcı olmayan inançların yanı sıra, bireylerin ilişkide problem yaratabilecek çeşitli alanlara ilişkin algılarını değerlendirmek ve bunların romantik ilişkiler üzerindeki etkilerini incelemek de anlamlı bulunmuştur.

1.1. Problem Durumu

Üniversite yıllarında yaşanan romantik ilişkiler, Erikson (1968) tarafından “yakınlığa karşı yalıtılmışlık” olarak tanımlanan gelişimsel krizin atlatılması dönemine denk gelir. Yakınlıkla kastedilen genç bireyin kimliğini kaybetme korkusu yaşamaksızın açık, destekleyici ve romantik bir ilişki yaşayabilmesidir. Bu dönemde gençler romantik ilişkiler aracılığıyla yetişkinlik döneminde yaşayacakları romantik ilişkilerin provasını yaparlar. Burada edinilen deneyimler, onların yetişkinlik dönemi romantik ilişkilerinin kalitesini ve uyum düzeyini etkiler (Sabetelli, 1988; Furman, 2002).

Sağlıklı romantik ilişkiler geliştirmek yaşanan ilişkinin doyum düzeyi ile ilişkilidir. İlişkilerdeki mutluluk düzeyi ve ilişkinin istikrarını sağlanması ancak doyum veren ilişkilerle mümkündür (Metts & Cupach, 1990; Sullivan & Schwebel, 1995; Stackert & Bursik, 2003). Bu nedenle ilişkideki doyum düzeyini etkileyen faktörlerin araştırılması gerekir.

Yapılan araştırmalar sonucunda ilişki doyumunun empatik davranış (Davis & Oathout, 1987), problem çözme becerileri (Metts & Cupach, 1990), çatışma davranışı (Russell-Chapin, Chapin & Sattler, 2001), depresyon (Cramer, 2004), ilişki stresi (Barnes, Brown, Krusemark, Campbell & Rogge, 2007), iletişim tarzları (Olderbak & Figueredo, 2009), mükemmeliyetçilik (Stoeber, 2012) ve bağlanma stilleri (Towler & Stuhlmacher, 2013) gibi değişkenlerle ilişkisi olduğu bulunmuştur. İlişki doyumunu yordayan en önemli değişkenlerden biri de romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlardır (Metts & Cupach, 1990; Sullivan & Schwebel, 1995; Stackert & Bursik, 2003). Bu inançlar katı, mantıksız ve değişime dirençli inançlardır. Bu inançlara sahip olan bireylerin ilişki doyumları düşük olduğu gibi ilişkilerinde problem yaşama olasılıkları da yüksektir (Christian, OLeary, & Vivian, 1994).

Türkiye’de romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların ilişki doyumu ile ilişkisi araştırılmıştır; ancak romantik ilişkilerin karmaşık yapısı düşünüldüğünde akılcı olmayan ilişki inançlarının yanında ilişkide problem yaratabilecek farklı alanların da değerlendirilmesi önemlidir. Buckner & Salts, (1985) romantik ilişkilerin arkadaşlık, aile ve akrabalar, dini değerler, boş zaman etkinlikleri, para, cinsellik gibi çeşitli alanları kapsayıcı bir şekilde değerlendirilmesini ve bireylerin farklı alanlara ilişkin algılarının belirlenmesini önermiştir. Böylelikle bireylerin ilişkinin birden fazla alanına yönelik memnuniyeti ortaya çıkarılabilir. Ancak literatür incelendiğinde, bireylerin evlilik öncesi ilişkilerini algılarını ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmediği görülmüştür. Üstelik literatürde bireylerin akılcı olmayan ilişki inançları ve ilişkinin din, iletişim, arkadaşlık, aile ve cinsellik gibi farklı alanlarına yönelik algılarının romantik ilişki doyumu ile ilişkisini inceleyen bir çalışmaya da rastlanılmamıştır. Bu nedenle bu çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları ve ilişkilerini algılamaları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı, cinsiyet, yaş, sınıf, ilişki durumu, ilişki süresi gibi sosyo-demografik değişkenler ile romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısının ilişki doyumunu yordamadaki katkılarını incelemektir. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Cinsiyet, yaş, sınıf, ilişki durumu ve ilişki süresi gibi sosyo-demografik değişkenler, romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısı ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Cinsiyet, yaş, sınıf, ilişki durumu ve ilişki süresi gibi sosyo-demografik değişkenler, romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısı ilişki doyumunu anlamlı şekilde yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Romantik ilişkiler, bir takım gelişimsel görevlerin yerine getirilmesinde, yetişkin rollerinin kazanılmasında, mutlu ve istikrarlı ilişkiler ile sorunsuz bir evlilik yaşantısının sürdürülmesinde etkilidir. Bu çalışmada, sıcak duygusal ilişkiler içerisinde olan

sağlıklı bir toplumun ortaya çıkmasında önemli bir rol üstlenen romantik ilişkiler ile romantik ilişkilerin kalitesini etkileyen akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısı araştırılmıştır.

Evlilik öncesinde bir takım akılcı olmayan inançlara sahip olma, bireylerin ilişkilerinde problem yaşama ihtimallerini arttırmakta ve doyum veren ilişkiler yaşamlarının önüne geçmektedir. Üstelik bu inançlar ileride yaşanılan evlilik sürecini de olumsuz yönde etkilemekte ve boşanmalara neden olabilmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu (2012) verilerine göre Türkiye’de son yıllarda boşanma oranlarında hızlı bir artış gözlenmektedir. Evlilik sorunları ve boşanma oranlarındaki artış, evlilik ilişkilerinin anlaşılması ve sorunların önlenmesi gereksinimini artırmaktadır (Kalkan, 2006). Bu sorunların kaynağını araştırmak üzere Sharp ve Ganong (2000) tarafından yapılan araştırmada, evlilik öncesinde bireylerin ilişkilerine yönelik inançlarının ve işlevsel olmayan düşüncelerinin gelecekte evliliklerinde uyumsuzluklara neden olabileceği belirtilmiştir.

Evlilik öncesinde bireylerin ilişkilerini değerlendirmeleri sağlanarak ilişkilerinin hangi boyutlarında sorun yaşadıkları tespit edilebilir ve boşanmaların önüne geçilebilir; çünkü bireyler evlilik öncesinde ileride karşılaşacakları problemlere benzer yaşantılardan geçmektedir. Erken müdahale bireylerin gerçekçi beklentileri benimsemeleri, evlilik rollerini ve sorunlarını daha doğru anlamaları, evlilikle ilgili iletişim ve çatışma çözme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır (Silliman & Schumm, 2004). Üstelik bireyler, evlilik öncesinde ilişkilerini düzenleme konusunda evli bireylere oranla daha yüksek bir motivasyona sahiptir (Ergin, 2011).

Bireylerin sahip oldukları işlevsel olmayan ilişki inançlarının ve ilişki algılarının belirlenmesi, romantik ilişkilerinde yaşadıkları problemlerin ortaya çıkarılmasını sağlayabilir. Bu problemlerin ortaya çıkarılması çiftlerin doyum verici ilişkiler yaşamaları amacıyla hazırlanacak çeşitli gelişimsel ve önleyici etkinliklerin hazırlanmasına katkı getirebilir. Araştırma sayesinde, çiftlerin akılcı olmayan inançlarını saptamaya ve bu inançları azaltmaya yönelik Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram temelli ilişki geliştirme programlarının düzenlenmesi sağlanabilir. Ayrıca, çiftlerin evlilik öncesinde yaşadıkları sorunların önlenmesi, etkili iletişim kurma ve çatışma çözme gibi becerilerin öğretilmesi amacıyla psiko-eğitim çalışmaları düzenlenebilir. Özetle araştırma, bireylerin hem mevcut ilişkilerini değerlendirmelerine hem de evlilik öncesi dönemde gelecekte yaşanabilecek olası sorunların belirlenmesine olanak tanınması bakımından özgündür.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmaya katılan bireylerin, ölçme araçlarını içten ve doğru bir biçimde yanıtladıkları varsayılmıştır.
2. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, ölçülmek üzere hazırlandığı değişkenleri ölçebilme gücüne sahiptir.
3. Araştırmaya katılan tüm bireylerin sözel ifadelerine göre romantik bir ilişki yaşadığı varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma 2011-2012 öğretim yılında Mustafa Kemal Üniversitesi Ziraat, Fen-Edebiyat, İktisadi ve İdari Bilimler, Güzel Sanatlar, Eğitim, Tıp, Veterinerlik, Mimarlık Fakülteleri ile Meslek Yüksek Okulu'na devam eden lisans öğrencileri üzerinde gerçekleştirildiğinden, araştırma sonuçları benzer gruplara genellenebilir.
2. Araştırmanın verileri, “Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği”, “Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği” ve “İlişki Doyum Ölçeği”nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Romantik İlişki: Romantik ilişki; tutku, bağlanma ve yakınlık gibi bileşenleri içinde barındıran yakın bir ilişki türüdür (Sternberg, 1986, s.119).

Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar: Bireyin romantik ilişkinin doğasına, kendisine ve birlikte olduğu kişiye ilişkin abartılmış, katı, mantıklı olmayan ve değişmeye dirençli inançları olarak tanımlanmaktadır (Ellis, 1986, s.5).

İlişki Doyumu: Hawkins (1968)'e göre ilişki doyumu; ilişkinin tüm boyutları düşünüldüğünde, öznel mutluluk ve memnuniyet duyguları olarak tanımlanır (s. 648).

Evlilik Öncesi İlişkiler: Evlilik öncesi ilişkiler dönemi, birbirini tanımayan iki farklı bireyin evlilik kararı alabilmesi için birbirlerini tanımaları ve anlaşmaları gereken dönemdir. Evlilik öncesinde yürütülen arkadaşlık, sözlülük ve nişanlılık gibi kişisel, toplumsal ve yasal olanaklar bu gerçeği yerine getirme amacına yöneliktir (Özgüven, 2000, s. 28).

Evlilik Öncesi İlişki Değerlendirme: Bireylerin, dini değerler, iletişim, arkadaş ilişkileri, aile ilişkileri ve cinsel uyum gibi konularda mevcut partnerlerine ve evliliklerine ilişkin algılarını ortaya koymaları anlamına gelmektedir (Kalkan ve Kaya, 2007, s. 37).

BÖLÜM II

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Açıklamalar

Romantik ilişkilerin gelişiminde önemli olan romantik ilişki inançları bilişsel yapılarla yakından ilişkilidir ve bilişsel yapıların açıklanması romantik ilişki inançlarının anlaşılmasını kolaylaştıracaktır. Bu bilişsel yapılar bireylerin yaşam deneyimlerinden etkilenir. İlişkiler geliştikçe bireylerin yaşadıkları ilişkiye yönelik düşünceleri değişmektedir. İlişkilerle ilgili bilişsel yaklaşımı ifade eden yaklaşımlar, ilişkilerdeki bilişsel yapıların nasıl üretildiğini incelemektedirler. (Honeycutt & Cantrill, 2001). Bu amaçla davranışçı müdahaleleri de içine alan ve bilişsel yapıları açıklayan yaklaşımlar bilişsel davranışçı kuram adı altında anlatılmıştır.

Ayrıca bu bölümde, bireylerin romantik ilişki inançları, ilişki algısı ve romantik ilişkilerden elde ettikleri doyum ilgili kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

2.1.1. Bilişsel Davranışçı Kuram

Bilişsel Davranışçı yaklaşım, davranışçı terapistlerin insan doğasını gözlenebilen davranışlarla açıklamasına eleştirel bir yaklaşımla 1960'lı yıllarda ortaya çıkmıştır. Bilişsel Davranışçı yaklaşımlara göre, insan düşünen ve hissedilen bir varlıktır ve insanın düşünce sistemi onun duygu ve davranışlarının belirleyicisidir (Craighead, Craighead, Kazdin, & Mahoney, 1994).

Bilişsel yaklaşımlar genel olarak işlevsel olmayan bilişlerin işlevsel olmayan ifade ve davranış eğilimleri ile ilişkili olduğunu savunur. Buna göre sağlıklı düşünceler, sağlıklı duygu ve davranışlara neden olur (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992).

Bilişsel davranışçı terapi, kişinin düşünce biçiminin yeniden düzenlenmesiyle o kişinin davranışlarında uygun bir düzenleme yaratacağı varsayımına dayanır (Corey,

2005). Buna göre terapist bireyin duygu ve davranışlarında kalıcı bir değişim sağlayabilmek için bireyin düşünce ve inançlarında bir değişime yol açmaya çalışmalıdır (Beck, 2001). Tüm bilişsel davranışçı yaklaşımlar şu özellikleri paylaşırlar: (1) Duygu ve davranışlarımız bizim düşünce süreçlerimizin kontrolündedir. (2) Duygu ve davranışlarda bir değişikliğin meydana gelmesi için danışanın düşünceleriyle çalışılmalıdır. (3) Psikolojik sorunların çoğunlukla bilişsel süreçlerdeki güçlüklerden kaynakladığı iddia edilir, bu yüzden terapistin odak noktası danışanları zarar verici düşüncelerinden kurtulması için cesaretlendirmektir. (4) Genellikle bir hedef üzerine odaklanılır, zaman sınırlı ve yapılandırılmıştır (Craighead, Craighead, Kazdin, & Mahoney, 1994; McMullin, 2000; Rasmussen, 2005; Wright, Basco, & Thase, 2006).

Bilişsel ve davranışçı müdahaleleri bir çatı altında toplayan bilişsel davranışçı terapi başlığı altında birden fazla terapi tanımlamak mümkündür. Araştırma kapsamında romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ele alındığı için, bu inançların kuramsal alt yapısını açıklamak üzere Albert Ellis'in kurucusu olduğu Akılcı Duygusal Terapi (Rational Emotive Therapy) hakkında bilgi verilmiştir.

2.1.1.1. Albert Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı (ADDT) Terapisi

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin kökleri Yunan felsefesine dek uzanmaktadır. Ünlü Yunan düşünürü Epiktetos (d. 55 – ö. 135)'un da dediği gibi: “İnsanlar bir şeylerden değil, bunlara ilişkin bakış açılarından rahatsız olurlar.” Epiktetos'un bu sözü Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin temel felsefesini oluşturmaktadır. Buna göre kişilerin duygu ve davranışlarını yönlendiren olaylar değil düşüncelerdir (Wright, Basco, & Thase, 2006). ADDT'nin temel felsefesini Shakespeare'in şu sözleri ile özetleyebiliriz: “İyi ya da kötü diye bir şey yoktur, düşüncedir her ikisini de ortaya çıkaran” (Türkçapar, 2009).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin kurucusu Albert Ellis'tir. Albert Ellis, ADDT'nin babası, Bilişsel Davranışçı Terapinin de büyükbabası olarak bilinir (Collard & O'Kelly, 2011). Ellis, 1947'den 1953'e kadar klasik psikanaliz üzerinde çalışmıştır. Ancak psikanalizin yüzeysel ve bilimsel olmayan bir terapi olduğu kanısına varınca diğer sistemlerle ilgilenmeye başlamıştır (Corey, 2005). Ardından 1955'in başlarında hümanistik, felsefi ve davranışçı terapileri birleştirerek Akılcı Terapi adı verilen terapi sistemini oluşturmuştur. 1961 yılına gelindiğinde ise kuramın adı Akılcı Duygusal Terapi adını almıştır. Ancak Ellis'in terapi sisteminde duygu, düşünce ve

davranışlar bir arada ele alındığından kuramın adı 1993'ten bu yana Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi olarak anılmaktadır (Ellis,1999a).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT)'nin temel varsayımı duygu, düşünce ve davranışların birbirini etkilediği ve değiştirdiğidir. ADDT'ye göre bireyin bireyin ne yaşadığı ne hissedeceğini doğrudan belirlemez. Duygular üzerine asıl etki eden bireyin yaşantılara ilişkin algı ve düşünceleridir. Bu nedenle terapist, bireyin bir olaya ilişkin nasıl düşündüğüne etki ederse, onun hissettikleri ve dolayısıyla davranışları üzerinde değişiklik yapabilir (Ellis, 1993).

Walen, DiGuseppeve Dryden'e (1992) göre ADDT' nin altı temel ilkesi vardır:

1. ADDT'ye göre duyguların en önemli belirleyicisi düşüncelerdir ve insana iyi ya da kötü hissettiren olaylar değil kişinin düşünceleridir.
2. Duygusal problemlerin büyük çoğunluğunun nedeni abartmalar, aşırı basitleştirmeler, aşırı genellemeler, hatalı çıkarımlar gibi akılcı olmayan düşüncelerdir.
3. ADDT'ye göre yaşanan sorunlar akılcı olmayan inançlardan kaynaklanıyorsa, bu sorunlarla başa çıkmanın en iyi yolu bu düşüncelerin değiştirilmesidir.
4. Akılcı olmayan inançların, kalıtımsal ve çevresel boyutları vardır. İçinde yaşadığımız çevrede akılcı olmayan fikirlere sıkça rastladığımız için bunları kolayca öğreniriz.
5. ADDT, diğer bir çok çağdaş kuram gibi, davranışlar üzerinde geçmiş yaşantılardan çok şu anın etkili olduğunu savunur.
6. Değiştirilmesi zor olsa da akılcı olmayan düşünceler değişebilir varsayımı ADDT' nin temel ilkelerindedir.

ADDT, diğer terapi türlerinden farklı olarak terapi sırasında danışanın kendini iyi hissetmesi için uğraşmaz; çünkü bu durum danışanın sıkıntı verici düşünce sistemi ile çalışmasını engeller. ADDT, etkin ve yönlendirici bir yaklaşımdır. Araştırmacı, ADDT'in yönlendirici rolüne örnek olarak Ellis'in şu cümlesini verir: "Danışanın rahatsızlığını bildiğim halde, yıllarca bekleyip onun kendi başına aynı nedeni bulmasını sağlamak bana çok anlamsız geliyordu." Ayrıca ADDT danışanın geçmişi ile ilgilenmek yerine şu anki rahatsızlık durumuna odaklanır ve bu rahatsız danışanın mantıksız bir inancından kaynaklanmaktadır (Doğan, 1995).

ADDT'nin İnsan Doğasına Bakışı

ADDT, insanların hem akılcı hem de akılcı olmayan düşünce üretebilme potansiyeli ile dünyaya geldiklerini savunur. İnsanların kendini korumaya, mutluluğa, sevmeye, kendini gerçekleştirmeye yatkınlıkları olduğu gibi, intihara, hataları tekrarlamaya, kendini suçlamaya ve mükemmeliyetçiliğe de eğilimleri bulunmaktadır. Tüm bunların yanı sıra, insanlar bilişsel, duyuşsal, davranışsal süreçlerini değiştirme kapasitesine de sahiptir (Corey, 2005).

İnsanların hem kendine zarar verici hem de yapıcı bir eğilimle dünyaya geldiklerini savunan ADDT, bir problemle karşılaştığında insanların ya dehşet, panik, depresyon gibi duygular içerisine girdiklerini ya da üzüntü, hayal kırıklığı, bıkkınlık gibi daha sağlıklı duyguları seçtiklerini ifade eder. İnsanların hangi tip duyguları seçecekleri onların amaçları ve değer yargılarından çok inanç sistemlerine dayanır. Bireylerin inanç sistemleri rasyonel ve rasyonel olmayan şeklinde ikiye ayrılır. Rasyonel düşünce sisteminde bireyler, “başıma gelen olaylar benim suçum değil, böyle olmasını istemezdim, durumu düzeltmek için ne yapabilirim?” şeklinde ifadeler kullanırlar. Rasyonel olmayan düşünce sisteminde ise, “Böyle olmamalıydı, buna dayanmam, kendimi öldüreceğim” şeklinde ifade edilen tepkilerde bulunurlar (McGinn,1997).

ADDT’de insanların akılcı olmayan düşünceler üretmesinin biyolojik bir yatkınlıktan ileri geldiği söylene de çevresel ve sosyal faktörler göz ardı edilmemiştir. Buna göre akılcı olmayan inançlar, aile üyelerinden, arkadaşlardan, toplumsal çevreden ya da kitle iletişim araçlarından öğrenilebilir (Clark, 2000). Corsini ve Wedding (2012), çevresel faktörlerin insan doğası üzerindeki etkisini şu şekilde açıklar: “ İnsanlar, erken çocukluk dönemlerinde kolaylıkla ailelerinde etkilenirler ve yıllarca süren bir psikoterapi gibi bazı müdahaleler bu telkine açıklıklarını bıraktırıp, insanları daha bağımsız düşünebilir hale getirmediği sürece hayatlarının geri kalan kısmını hep birilerinden etkilenir vaziyette geçirirler.” Buna göre insan doğuştan gelen eğilimleri olan ve çevre odaklı olarak tanımlanmış bir varlıktır.

Sonuç olarak ADDT’ye göre insanlar, potansiyel olarak hem akılcı hem de akılcı olmayan düşünce biçimlerine sahip olarak dünyaya gelirler. Albert Ellis’in de belirttiği üzere insanlar doğuştan yıkıcı düşünme biçimlerine sahip olarak doğarlar; ancak bu düşünce sistemi üzerinde değişiklik yapabilme kapasitesine de sahiptirler

(Mcginn, 1997). Üstelik çevresel koşullar da bireylerin düşünce sistemi üzerinde oldukça önemli bir etkiye sahiptir.

İnsanların duygu düşünce ve davranışlarını değiştirebilme kapasitesine sahip oldukları görüşünden yola çıkan ADDT'nin öncelikli amacı, inanç sistemlerinin duygu ve davranışlar üzerindeki etkisini göstermek ve akılcı olmayan inançlarını akılcı olanlarla değiştirmesini sağlamaktır. ADDT, bu amacını gerçekleştirmek için A-B-C modelini kullanır (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992).

A-B-C Modeli

Ellis, duygusal rahatsızlıklarda düşünme sürecinin rolünü göstermek amacıyla basit kavramsal bir şema ortaya koymuştur ve bunu Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin ABC'si olarak adlandırmıştır. Bu sistemde, A'lar harekete geçiren olaylar ya da deneyimleri ifade eder. Bunlar genellikle bizim kötü ya da talihsiz olarak nitelediğimiz çevresel olaylardır. C, duygusal ve davranışsal sonuçları temsil eder. Danışanı psikoterapistin ofisine getiren, bu rahatsız edici reaksiyondur (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992). B ise, danışanın inanç sistemidir. Bu inanç sistem ikiye ayrılır: akılcı inançlar ve akılcı olmayan inançlar. ADDT'de terapistin odağı akılcı olmayan inançlardır. Ellis'in üç büyük zorunluluk olarak tanımladığı ve danışanlar tarafından kullanılan akılcı olmayan ifadeler aşağıda verilmiştir (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992):

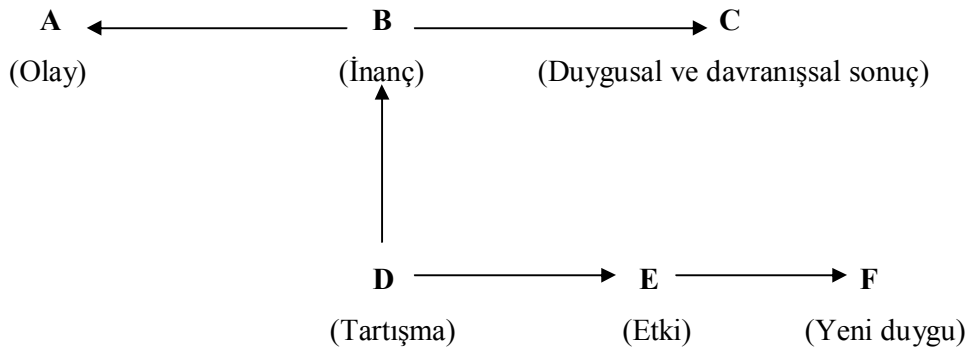
1. Başarılı olmalıyım ve onay almalıyım (eğer başaramazsam bu beni öfkelenendirir).
2. Bana karşı çok iyi ve merhametli olmalısın (eğer bunu yapmazsan bu, rezil biri olduğun anlamına gelir).
3. Dünya bana istediğim şeyi derhal, kolayca vermelidir (bunun gerçekleşmemesi çok korkunç bir durum olur).

ADDT'ye göre C'yi, yani sonucu ortaya çıkaran A (olay) değil, düşünce yapımızdan kaynaklanan akılcı olmayan inançlarımızdır (B). Ve danışanlar C'lerin sorumluluğunun A'da olduğunu düşündükleri sürece akılcı olmayan inançlarının farkına varamazlar. Bu yüzden terapistin birincil görevi danışanlarına, psikolojik problemlerin

yanlış anlamalardan ve akılcı olmaya inançlardan kaynaklandığını göstermektedir (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992).

Örneğin; bir kişinin boşandıktan hemen sonra depresyon yaşamasının asıl sebebi boşanma olayı değil, kişinin beceriksiz olmak, reddedilmek veya eşini kaybetmekle ilgili inançlarıdır. Ellis, esasen boşanma olayının (A) değil, reddedilme ve beceriksizlikle ilgili inançların (B) depresyona (C) neden olduğunu söyler. Dolayısıyla, insanlar duygusal tepki ve güçlükleri kendileri yaratırlar. Bu farkındalığı danışana kazandırmak ve mantık dışı inançlarını değiştirmeyi öğretmek ADDT'nin temel hedefidir (Akt. Corey, 2005).

ABC modeline, tedavi süreçlerini ve danışanda meydana gelen değişiklikleri göstermek amacıyla D,E ve F de eklenmiştir. Modelin bileşenleri arasındaki ilişki Şekil 1'de gösterilmiştir:



Şekil 1. ABC Modeli

Kaynak: (Corey, 2005).

A-B-C'den sonra danışanlar akılcı olmayan inançlarını tartışmaları için cesaretlendirilir. Bu müdahale "D" olarak sembolleştirilir. D basamağında danışanların akılcı olmayan inançları tartışılır ve çürütülür. Bu basamak da üç unsurdan oluşur: Keşfetme, ayırt etme ve akılcı olmayan inançları tartışma. Bu basamakta danışman ilk olarak danışana akılcı olmayan inançlarını keşfettirir, daha sonra akılcı inançlarla akılcı olmayan inançları ayırt etmesine yardımcı olur. Danışanların "-meli, -malı, zorunluluk, gereklilik" ve diğer akılcı olmayan ifadelerin farkına varmalarına çalışılır. ADDT'nin en temel noktalarından biri akılcı olmayan inançların tartışılmasıdır. Çünkü akılcı olmayan inançları tartışma, onları değiştirme olanağı sunar. (Ellis, 1962). Bu tartışma sürecinin sonunda, danışanlar etkili bir davranış biçimini ve yaşam felsefi olan E'ye ulaşırlar. Bu yeni inanç sistemi ile danışanlar sağlıksız düşüncelerini sağlıklı olanlarla

değiştirmeyi öğrenirler. Bunu başardıklarında ise danışanlarda yeni bir duygu grubu oluşur (F). Bunlar danışanın kaygılı ve depresif hissetmek yerine sağlıklı bir biçimde üzüntü hissetmesine olanak sağlayan duygulardır (Corey, 2005).

Sağlıklı ve Sağlıksız Duygular

İnsanlar, hem olumlu hem de olumsuz duygular hissedebilirler. ADDT, olumsuz duygu çeşitleri arasında bir ayrıma gitmiştir: (1) Sağlıklı / uygun olan- yenilgiye uğratmayan duygular. (2) Sağlıksız / uygun olmayan- kendine zarar verici duygular. Sağlıklı olumsuz duygular, bireyi problem çözme ve amacına ulaşma konusunda güdüler. Sağlıksız olumsuz duygular ise, işlevsel değildir ve kişinin amacına ulaşmasının önünü keser. **Tablo 1**'de sağlıksız ve sağlıklı olumlu duygular verilmiştir:

Tablo 1

Sağlıklı ve Sağlıksız Duygular

Sağlıksız (kendine zarar verici)	Sağlıklı (yenilgiye uğratmayan)
Kaygı	Endişe
Depresyon	Üzüntü
Öfke Krizi	Can Sıkıntısı
Suçluluk	Vicdan azabı
Utanç	Pişmanlık
Acı	Hayal Kırıklığı
Hastalık düzeyinde kıskançlık	Kıskançlık

Kaynak: (Collard& O'Kelly,2011).

ADDT'ye göre sağlıklı olumsuz duygular akılcı inançların (B) ürünüdür. Danışma sürecinde amaç, danışanın A' larla karşılaştığında sağlıklı olumsuz duygular hissedebilmesini sağlamaktır. Danışmaya gelen bireyler genellikle yaşadıkları duygusal ve davranışsal sonuçları konuşmak üzere gelirler. Yaşadıkları bu sonuçları doğrudan yaşadıkları olaylarla ilişkilendirirler; çünkü duygu ve davranışları belirleyen biliş, tutum ve inançların farkında değildirler. Danışmanın yapması gereken, danışanların yaşadıkları psikolojik problemlerin onların yanlış algılamaları ve akılcı olmayan

düşüncelerden kaynaklandığını göstermektedir. Özellikle, danışanların kullandıkları dil üzerinde çalışmalıdır. Örneğin “o beni üzdü” yerine “kendimi üzdüm” demelerini sağlanabilir. Danışman; yaşanan olaylar, diğer insanlar veya geçmişin kişinin duygularının nedeni olamayacağını danışanına göstermelidir (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992).

Akılcı ve Akılcı Olmayan İnançlar

ADDT’de inançlar, içsel konuşmalar yoluyla ifade bulur. ADDT’de inanç sistemi akılcı ve akılcı olmayan inançlar olarak gruplandırılır. ADDT, A-B-C modelinden hareketle insanların yaşadığı duygusal rahatsızlıkların arkasında akılcı olmayan inançların yer aldığını ve birtakım bilişsel, duygusal ve davranışsal teknikleri kullanarak bu inançların akılcı olanlarla değiştirilebileceğini ifade eder (Ellis, 1999b).

Akılcı olmayan inançların değişmeye dirençli ve abartılmış bir yapısı varken, akılcı inançlar esnek, değişebilir ve abartıdan uzaktır. Akılcı olmayan inançlar, gerçeklikle uyumsuz, mantıksızdır ve genellikle bireylerde ve kişilerarası ilişkilerde sağlıksız sonuçlara neden olur. Ayrıca bu inançlar, bireylerin kişisel hedeflerine ulaşmalarının önüne geçer. Bunun yanında akılcı inançlar, gerçeklikle uyumlu, akla uygun, mantıklı ve çoğunlukla bireyler ve insan ilişkileri açısından sağlıklı sonuçlara yol açan, büyük ölçüde insanı geliştirici inançlardır. Akılcı inançlar bireylerin yaşamı devam ettirme, mutlu olma gibi anlamlı kişisel amaçlarına ulaşmasını da destekleyicidir (Dryden, 2003 & Dryden, 2013).

Ellis’in (1958) tanımladığı, insanın psikolojik sağlığını bozan başlıca neden akılcı olmayan inançlar ve bunların zıddı olan akılcı inançlar aşağıda listelenmiştir:

1. Akılcı olmayan inanç: “Bir yetişkinin yaptığı her şeyin herkes tarafından sevilmesi ve onaylanması gerekir.”
2. Akılcı inanç: “Yalnızca gerekli olan amaçlar için onay alınmalı, sevilmeyi beklemek yerine sevmeyi öğrenmelidir.”
3. Akılcı olmayan inanç: “Bazı davranışlar hatalı ve kötüdür ve bu davranışlarda bulunan kişiler cezalandırılmalıdır.”
4. Akılcı inanç: “Bazı davranışlar uygunsuz olabilir ve bu davranışlarda bulunan kişiler bilgisiz ya da duygusal problemler yaşayan biri olabilir.”

5. Akılcı olmayan inanç: “İşler yolunda gitmediğinde bu korkunç bir durumdur.”
6. Akılcı inanç: “İşler yolunda gitmediğinde kişi, kendi kontrolünde olan durumlara müdahale ederek bunları değiştirmeye çalışmalıdır; eğer olay kendi kontrolü dışında ise durumu kabullenmelidir.”
7. Akılcı olmayan inanç: “İnsanların mutsuzlukları daha çok dış kaynaklıdır, kendisi dışındaki insanlardan ve olaylardan kaynaklanır.
8. Akılcı inanç: “Olayların kendisi değil, onlara bakış açıları mutluluğu doğurur.”
9. Akılcı olmayan inanç: “Tehlikeli ve korkutucu durumlar kaygı vericidir.”
10. Akılcı inanç: “Karşılaştığımız bazı şeyler, korkutucu ve tehlikeli olabilir. Bu gibi durumlarda onlarla yüzleşmek ve tehlikesiz hale getirmek en iyisidir. Mümkün olmadığında bu düşünceden kurtulmalıdır.”
11. Akılcı olmayan inanç: “Yaşamla ilgili zorluklar ve kişisel sorumluluklardan kaçınmak, onlarla yüzleşmekten daha kolaydır.”
12. Akılcı inanç: “Zorluklarla mücadele etmenin tek yolu onlarla açık bir şekilde yüzleşmektir.”
13. Akılcı olmayan inanç: “Her insanın kendisinden daha güçlü, güvenebileceği birine ihtiyacı vardır.”
14. Akılcı inanç: “Kişi kendi ayakları üzerinde durabilir, hayatın zorlukları ile mücadele edebilir.”
15. Akılcı olmayan inanç: “İnsanlar; yetenekli, zeki, ve mümkün olan her alanda başarılı olmalıdır.”
16. Akılcı inanç: “İnsan, her zaman en iyiyi yapmak yerine, bir şeyleri yapmaya çalışmalıdır ve mükemmel bir varlık olmadığını kabul etmelidir.”
17. Akılcı olmayan inanç: “İnsan hayatını ciddi bir şekilde etkileyen bir olay etkisini yaşam boyunca devam ettirir.”
18. Akılcı inanç: “Geçmiş yaşantılardan ders alınmalı; ancak onlara tamamen bağımlı kalınmamalıdır.”
19. Akılcı olmayan inanç: “Diğer insanların yaptıkları hayati derecede önemlidir ve bunları isteğimiz doğrultusunda değiştirmek için büyük bir efor sarfetmeliyiz.”
20. Akılcı inanç: “Diğer insanların eksikleri onların kendi problemidir ve bunları değiştirmek için insanlar üzerinde baskı kurmamalıyız.”

21. Akılcı olmayan inanç: “Mutluluk, eylemsizlik ve durgunluk ile elde edilir.”
22. Akılcı inanç: “İnsanlar , yaratıcı uğraşların içinde aktif bir şekilde yer aldıklarında mutlu olurlar.”
23. Akılcı olmayan inanç: “İnsanların duyguları ve hissettikleri üzerinde önemli bir kontrol güçleri yoktur.”
24. Akılcı inanç: “İnsanlar, kendilerini kontrol etmeyi seçtiklerinde ve doğru cümleyi kurduklarında duyguları üzerinde önemli bir kontrol güçleri vardır.”

1980’li yıllarda ADDT kuramcıları odak noktasını akılcı olmayan inançlardan akılcı olmayan düşünce süreçlerini araştırmaya kaydırmıştır. Buna göre akılcı olmayan inançlar bireyi tedirgin eden ve üzen akılcı olmayan düşünme biçimini yansıtmaktadır (Burgess, 1990). Ellis’in yukarıda açıklanan akılcı olmayan inanç listesi dört akılcı olmayan düşünme süreci olacak şekilde yeniden organize edilmiştir: (1) Aşırı talepkarlık (2) Durumu facialaştırma (3) Hayal kırıklığına karşı düşük tolerans (4) Kendini ve başkalarını değersizleştirme. Böyle bir değerlendirme akılcı olmayan inanç içeriklerinin birbirinden ayrılmasını ve net bir şekilde görülmesini sağlamaktadır. Akılcı olmayan bu düşünce süreçleri aşağıda açıklanmıştır (David, Ghinea, Macavei, & Kallay, 2005).

Aşırı talepkarlık, bireyin ısrarla bir şeyi isteme ya da istememe durumlarını içeren katı inançlarını temsil eder. Bu istekler, “-meli, -malı” ve “zorunlu” gibi kelimelerle ifade edilir. İkinci akılcı olmayan düşünme süreci “**facialaştırma**”dır. Facialaştırma bireylerin yaşadığı bir olay ya da durumun, yüzde yüz kötü ve berbat olduğunu düşünmeleridir. **Düşük engellenme eşiği /Hayal kırıklığına karşı düşük tolerans** ise olumsuz bir olayın tolere edilememesini ifade etmektedir. Birey yaşadığı olumsuz yaşantının katlanılmaz olduğuna inanır. Son olarak, **kendini ve başkalarını değersizleştirme** sürecinden söz edebiliriz. Bu düşünce sürecinde birey, kendini ve diğerlerini tek yönüyle değerlendirir ve genelleme yapar.

2.1.2. Romantik İlişki Doyumu

Romantik ilişkinin gelişim aşamaları, Connolly ve Goldberg (1999) tarafından açıklanmıştır. Buna göre ilk aşama ilişkiyi “başlatma” aşamasıdır. Bu aşamada fiziksel çekicilik ve arzu ön plandadır. İkinci aşama ise “yakın ilişki” aşamasıdır. Bu aşamada bireyler, arkadaş grupları içerisinde yer alırlar ve karşı cins ile paylaşılan etkinlikler

sayesinde romantik ilişkilerinin gelişmesine katkı sağlarlar. Üçüncü aşama, “samimi romantik ilişkiler” aşamasıdır. Bu aşamada bireyler flört etmeye başlarlar ve karşılıklı yoğun duygulara eşlik eden cinsel yakınlaşmalar da yaşanabilir. Son aşama ise “bağlılık ilişkisi” aşamasıdır. Bu dönem uzun bir süreci kapsar. Bu dönemde karşılıklı fiziksel çekim ve yakın olma arzusu söz konusudur; derin bir bağlılık gelişir ve evlilik görülebilir. Romantik ilişkilerin gelişimi, ilişkiden sağlanan doyum düzeyi ile sağlıklı bir süreç izleyecektir.

Bireylerin sağlıklı romantik ilişkiler geliştirmesinin ön koşulu romantik ilişkiden elde edilen doyumdur. İlişkin gelişimini etkileyen doyum, bir çok araştırmacı tarafından tanımlanmıştır. Sabatelli (1988) ilişki doyumunu, bireyin beklentileri ile partnerin davranışları arasındaki ilişki olarak açıklamış ve ilişki doyumunu ilişki istikrarı, niteliği ve uyumu ile eşdeğer bulmuş, bunların birbiri yerine kullanılabilecek terimler olduğunu öne sürmüştür. Buna göre yakınlık; yakınlık duygularını ve ilişkideki sıcaklığı ifade etmektedir. Tutku ile anlatılmak istenen, romantizm, fiziksel çekim ve cinselliktir. Karar, romantik bir partnerde karar kılma, onu sevmeyi seçme anlamına gelmektedir. Bağlılık ise, sadakati ve ilişki devam ettirme sürecini ifade etmektedir.

Hawkins’e (1968) göre ilişki doyumunu; ilişkinin tüm boyutları düşünüldüğünde, öznel mutluluk ve memnuniyet duyguları olarak tanımlanır. Rusbult (1983) ise ilişki doyumunu, “partnere karşı hissedilen duyguların olumluluğu ve ilişki çekiminin kişilerarası bir değerlendirmesi” olarak açıklamıştır.

Thibaut ve Kelley (1959) ilişki doyumunun kuramsal temelini Etkileşim Kuramı ile açıklamışlardır. Etkileşim Kuramı temelinde, romantik ilişkiler yaşayan bireylerin ilişkilerine yönelik karşılaştırma düzeyleri ile ilgilenmektedir. Buna göre karşılaştırma düzeyi, romantik ilişkinin değerlendirilmesi için kullanılan bir standarttır ve ilişkiden ne derece doyum sağlandığına karar vermede kullanılan bir kavramdır. Bireylerin ilişkiden elde ettikleri sonuçların ağırlıklı bir ortalaması olan karşılaştırma düzeyi, doyum ve doyumsuzluk boyutunun nötr noktası olarak kabul edilir. Bireylerin ilişkiden elde ettikleri sonuçlar bu nötr noktasının üstünde ise birey ilişkiyi doyum verici olarak değerlendirecektir. Buna karşın, sonuçlar karşılaştırma düzeyinin altında ise, birey ilişkiyi doyumsuz olarak nitelendirecektir (Akt. Günay, 2007).

Romantik ilişkilerdeki doyumsuzluk ise Rusbult (1980) tarafından geliştirilen Yatırım Modeli ile açıklanmıştır. Rusbult, Zembrodt ve Gunn (1982) bireylerin doyumsuzluk yaşadıklarında verdikleri tepkileri dört kategoride toplamışlardır. Bunlar; terk etme, dile getirme, sadakat ve ihmaldir. Terk etme, ilişkiyi bitirmek ya da aktif

olarak zarar verici bir şekilde davranmak anlamına gelir. Örneğin; ayrı bir eve taşınmak, ayrılma tehdidinde bulunmak, boşanmak, arkadaş olmaya karar vermek gibi (Akt. Çırakoğlu ve Tezer, 2010). Dile getirme, durumu düzeltmek için aktif ve yapıcı bir şekilde davranmak anlamına gelir. Örneğin, sorunları tartışmak, bir profesyonelden ya da bir arkadaştan yardım istemek, çözümler üretmek gibi (Akt. Çırakoğlu ve Tezer, 2010). Sadakat, pasif ama iyimser bir şekilde durumun düzelmesini beklemek anlamına gelir. Örneğin, başkaları eleştirdiğinde partneri desteklemek, ilişkinin sembollerini kullanmaya devam etmek, işlerin düzelmesi için dua etmek gibi (Akt. Çırakoğlu ve Tezer, 2010). İhmal ise, Pasif bir şekilde koşulların kötüleşmesine izin vermektir. Örneğin, partneri ihmal etmek ya da birlikte daha az zaman geçirmek, sorunları tartışmayı reddetmek, partnere kötü davranmak gibi (Akt. Çırakoğlu ve Tezer, 2010).

Yapılan birçok araştırmada, ilişki doyumunun farklı kavramlarla ilişkisi ortaya koyulmuştur. Campbell (1976) ilişki doyumunu mutluluğun ve genel iyilik halinin anahtarı olarak açıklamıştır. Davis ve Oathout (1987) araştırmalarında bireylerin empatik tepkilerinin onların ilişki doyumlarını arttırdığını ifade etmişlerdir. Metts ve Cupach (1990) ise olumlu problem çözme becerilerine sahip bireylerin daha yüksek ilişki doyumu yaşadıklarını belirtmiştir. Cramer'e göre (2004) bireylerdeki depresif belirtiler onların ilişki doyumunu azaltmaktadır. Barnes, Brown, Krusemark, Campbell ve Sattler (2001) ise araştırmalarında, ilişkideki stres düzeyinin doyumla yakından ilişkili olduğunu ve zarar verici stres düzeyinin ilişki doyumunu azalttığını vurgulamışlardır.

Romantik ilişki doyumunun genel iyilik hali ve mutluluk ile ilişkisi düşünüldüğünde araştırma kapsamında doyumu yordayan değişkenlerin ele alınması anlamlı olacaktır. Bu değişkenlerden biri romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlardır bir diğeri evlilik öncesi ilişki algısıdır.

2.1.3. Romantik İlişki İnançları

Bireyler, romantik ilişkilerinin başlangıcında mevcut ilişkilerine yönelik birtakım inançlarla ilişkiye başlarlar. Buna göre, romantik ilişkilerle ilgili inançlar “bireylerin bir ilişkinin nasıl olması gerektiği ile ilgili düşünceleri, ilişkilerden beklentileri ve yaşanan olayları algılama biçimleri” ni ifade etmektedir (Sullivan & Schwebel, 1995). Bunlar, romantik ilişkilerin sahip olması gereken özellikler ve ilişkide nelerin bireyleri tatmin edeceğine yönelik inançlardan oluşur. Bireylerin ilişkilerine

yönelik sahip oldukları inançlardan bazıları, “ilk görüşte aşk”, “ilk ve tek aşk”, “doğru ve gerçek aşk sonsuza dek sürer”, “aşk bütün engellerin üstesinden gelir” şeklinde ifade edilebilir (Sprecher ve Metts, 1999).

İlişkiye yönelik inançlar, romantik ilişkilerin gelişimini ve istikrarını büyük ölçüde etkilemektedir (Knee, 1998). Özellikle romantik ilişkilerden elde edilen doyum üzerinde oldukça etkili olduğu düşünülen ilişki inançları, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından beş kategoriye ayrılmıştır. Bunlar, (1) Anlaşmazlık yıkıcıdır, (2) Eşler kesinlikle değişmez, (3) Zihin okuma beklenmelidir, (4) Cinsel mükemmeliyetçilik, (5) Cinsiyet rollerinde farklılık vardır şeklinde tanımlanmıştır.

Romans ve DeBord (1995), ilişkilere yönelik inançları şu şekilde sınıflamıştır: (1) Her zaman birbirimize açık olmalıyız, (2) Birbirimizin zihnini okumalıyız, (3) Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız, (4) Her şeyi beraber yapmalıyız, (5) Birbirimiz için kişiliklerimizi değiştirebilmeliyiz, (6) Aramızdaki her şey mükemmel olmalı, (7) İyi ilişkileri devam ettirmek kolay olmalı, (8) Romantik idealleştirme, (9) Kişi, bir romantik ilişkisi olmadan kendisiyle bütünleşmiş sayılmaz.

Romantik ilişkilere yönelik bu beklentiler çeşitli terimlerle ifade edilmiştir. DeBord, Romans ve Krieshok, (1996) bu beklentileri “gerçekçi olmayan ilişki standartları” olarak adlandırılmıştır. Sprecher ve Metts (1999) ise “ilişkiye yönelik beklentiler” terimini kullanmıştır. Sharp ve Ganong (2000), “fonksiyonel olmayan inançlar”, Hazan ve Shaver (1987), “romantik inançlar” ve son olarak Fletcher ve Kininmonth (1992) ise ilişkilere yönelik bu beklentileri, “yakın ilişki korkusu” terimleriyle ifade etmişlerdir.

Genel görüş, romantik ilişkilere yönelik bu inançların akılcı ve akılcı olmayan şeklinde sınıflanabileceğidir. Akılcı ilişki inançları, ilişkiye dair gerçekleri yansıtmakta ve bireylerin ilişki doyumlarını ve kişisel gelişimi olumlu yönde desteklemektedir (Sullivan & Scwebel, 1995). Romantik ilişkilerle ilgili inançlar akılcı olduğunda ilişkilerin daha doyum verici olduğu araştırmalarla ortaya koyulmuştur (Metts & Cupach ,1990; Uebelacker & Whisman,2005; Stackert & Bursik, 2003). Akılcı olmayan ilişki inançları ise, ilişkinin doğasına ve ilişkide bulunan kişilere yönelik abartılmış, katı, değişime dirençli ve mantıklı olmayan inançlar olup, bireylerin ilişkilerinde problem yaşama olasılığını arttırmaktadır (Ellis, 1986; Friedman & Whisman, 1998).

Bireylerin romantik ilişkilere yönelik akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla çeşitli ölçme araçları geliştirilmiştir. Batıda, ilişkilerle ilgili akılcı olmayan

inançları ölçmek amacı ile en sık kullanılan ölçekler Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (Relationship Belief Inventory) ile Romans ve DeBord (1995) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Ölçeği'dir (The Relationship Beliefs Questionnaire). Ayrıca romantik ilişki inançlarını ölçen bir diğer ölçek, Sprecher ve Metts (1989) tarafından geliştirilen Romantik İnançlar Ölçeği (Romantic Beliefs Scale) ile Fletcher ve Kininmonth (1992) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Ölçeği'dir (Relationship Beliefs Scale).

Yurt içinde romantik ilişkilere ilgili inançları ölçen iki ölçek geliştirme çalışması bulunmaktadır. Bunlardan ilki Sarı'a (2008) ait Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAINÖ)'dir. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçen ölçeğin 1) aşırı beklentiler 2) sosyal zaman kullanımı 3) fiziksel yakınlık 4) zihin okuma 5) cinsiyet farklılıkları 6) farklı düşünmek olmak üzere 6 alt boyutu bulunmaktadır. Romantik ilişkilerle ilgili inançları ölçen bir diğer ölçek, Kalkan (2006) tarafından geliştirilmiş olan İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE)'dir. 207'si bekar 177'si evli birey üzerinde yapılan çalışmada ölçeğe ait çaresizlik ve sevilemezlik olmak üzere 2 alt boyut bulunmuştur.

Bu konuda yapılan ölçek uyarlama çalışmalarında ise son yıllarda artış gözlenmiştir. Bunlar; Gizir (2012)'nin uyarladığı İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ), Küçükarslan (2011)'in uyarladığı Romantik İnançlar Ölçeği (RİÖ), Hamamcı vd. (2010) tarafından uyarlanan İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ) ve Aydın ve Coştur (2007) tarafından uyarlanan İlişki İnançları Ölçeği'dir.

2.1.4. Evlilik Öncesi İlişkilerin Değerlendirilmesi

Romantik ilişkileri değerlendirme, bireylerin partnerlerine ve romantik ilişkilerine yönelik algılarını ifade etmektedir. Bireylerin yakın ilişkilerin doğası ve anlamı ile ilgili algıları, onların romantik ilişkilerdeki duygu ve davranışlarını da etkiler. Ayrıca, ilişkilerdeki problemlerin bir çoğu ilişkiye yönelik hatalı algılardan etkilenir. Romantik ilişkilere yönelik algılar, ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançların oluşmasında da etkilidir (DeBord, Romans, & Krieshok, 1996; Busby, Holman, & Taniguchi, 2001).

Evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme, bireylerin partnerlerine ve ilişkilerini etkileyen çeşitli alanlara ilişkin düşüncelerini fark etme imkanı verir (Busby, Holman, & Taniguchi, 2001). Hendrick, Dicke ve Hendrick (1998) ilişki değerlendirme yoluyla,

ilişkideki genel doyum düzeyinin, beklentinin ne derece karşılandığının, ilişkinin ne derece iyi olduğunun, partnere duyulan aşkın, ilişkilerle ilgili pişmanlıkların ve ilişkideki problemlerin ortaya konulabileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca, ilişki değerlendirme yolu ile bireylerin ilişkilerini gözden geçirebilecekleri, ilişkilerinin güçlü yanları ve problem alanları ortaya çıkarabilecekleri bir çok araştırmacı tarafından da belirtilmiştir (Holman, Larson, & Harmer, 1994; Ergin , 2011). Romantik ilişkilerin değerlendirilmesi sonucu bireylerin sıklıkla karşılaştıkları problem alanları; arkadaşlık, aile ve akrabalar, dini değerler, boş zaman etkinlikleri, para, cinsellik gibi konuları içermektedir (Buckner & Salts, 1985). İlişkideki problem alanlarının belirlenmesi, çiftlerin bu konuda yardım almalarının da önünü açabilir ve doyum verici ilişkiler yaşamalarını sağlayabilir (Busby, Holman & Taniguchi, 2001).

Hendrick (1988)'in belirttiği üzere literatürde kullanılan en popüler ilişki değerlendirme ölçekleri 15 maddelik Locke-Wallace Evlilik Uyumu Testi (Locke & Wallace, 1959) , 400 maddelik Spouse Gözlem Formu (Akt. Hendrick, 1988), 280 maddelik Evlilik Uyum Envanteri (Akt. Hendrick, 1988) ve 32 maddelik Çift Uyum Ölçeğidir (Spanier, 1976). Ancak bu ölçekler ayrıntılı, kullanımı zor ve yalnızca evlilik ilişkileri odaklı olduğu için daha kısa ve genel romantik ilişki doyumunu ölçecek bir araç geliştirilmesi ihtiyacı doğmuştur. Bu ihtiyacı karşılamak üzere Hendrick (1988) tarafından romantik ilişki doyumunu ölçen İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS) geliştirilmiştir. RAS, 7 maddelik likert tipi bir ölçek olup Hendrick (1981) tarafından geliştirilen Evlilik İlişkisi Doyum Ölçeğinin romantik ilişkilere uyarlanması ile oluşturulmuştur.

Yurtdışında evlilik öncesi ilişkileri değerlendirmede yaygın olarak kullanılan diğer ölçeme araçlarından birincisi, Evlilik Öncesi Birey ve İlişki Değerlendirme (PREPARE) Envanteridir. 195 maddeden oluşan envanter, evlilik öncesi dönemde bireylerin ilişkilerini çeşitli yönleriyle değerlendirmelerini amaçlamaktadır. Bir diğer envanter ise Çift İletişimini Anlama ve Kolaylaştırma (FOCCUS) adlı 156 maddelik envantere dir. Envanter; kişilik özellikleri, yaşam biçimi ve arkadaşlar, iletişim ve problem çözme becerileri, din, değerler, evliliğe hazırlık ve ailesel özellikler gibi konuları kapsamaktadır. İlişki Değerlendirme (RELATE) adlı envanter de literatürde oldukça sık kullanılan araçlardan biridir. İnternet uygulaması da bulunan 271 maddeden oluşan bu envanter, dört genel alan ile ilgili maddeleri içermektedir: Kişilik özellikleri, değerler, aile özgeçmişi, ilişkisel yaşantı (ilişki doyumunu, ilişki istikrarı vs.) (Larson, Newell, Topham, & Nichols, 2002).

Türkiye’de evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme amacıyla kullanılan ölçeklere bakıldığında ise, bunlardan ilki Kalkan ve Kaya (2007) tarafından geliştirilen Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği’dir. 34 maddeden oluşan ölçeğin, dini değerler, iletişim, arkadaş ilişkileri, aile ilişkileri ve cinsel uyum olmak üzere beş alt boyutu bulunmaktadır.

Romantik ilişkileri değerlendirmek üzere kullanılan bir diğer ölçek ise, Sakallı-Uğurlu (2003) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Doyum Ölçeği’dir. Ölçek, dokuz maddelik likert tipi bir araçtır. Katılımcılar, ölçekte ilişkilerini tanımlayan sıfatları belirtmektedir.

İlişki Doyum Ölçeği ise, romantik ilişki doyumunu ölçmek amacıyla Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiş RAS’ın Curun (2001) tarafından Türkçe’ye uyarlanması ile oluşturulmuştur. Ölçek 7 maddelik likert tipi bir araçtır.

İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ), romantik ilişkilerdeki mutluluk düzeyini ölçmek üzere Fletcher ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olup Türkçe’ye Tutarel-Kışlak (2002) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek; sevgi, mutluluk, ilişki istikrarı, sorunların ciddiyeti, genel doyum ve bağlılık boyutlarını içermektedir.

Romantik İlişki Ölçeği, romantik ilişki yaşayan çiftlerin birbirlerine ve ilişkilerine yönelik duygu ve düşüncelerini ölçmek amacıyla Hortaçsu tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, aşk, ilişki sürdürme, çatışma, çelişki, ödül, bedel, yatırım, seçeneklerin karşılaştırma düzeyi ve doyum gibi pek çok ilişki değişkeni ile ilgili maddeleri içermektedir (Büyükşahin, 2004).

İlişki İstikrarı Ölçeği ise Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, ilişkiye yapılan yatırımı, başkasıyla beraber olmayı değerlendirmeyi, ilişki doyumunu ve ilişkideki bağlanmayı ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Türkçe uyarlamasında “ilişki doyumu”, “seçeneklerin niteliğini değerlendirme” ve “ilişki yatırımı” olmak üzere üç faktörlü bir yapı göstermiştir.

Son olarak, İlişki Problemlerine Tepkilerim Ölçeği ise, bireylerin ilişkilerinde ortaya çıkan sorunlara verdikleri tepkilere ait eğilimleri ölçmektedir. Ölçek, Türk kültürüne Çırakoğlu (2006) tarafından uyarlanmıştır. 16 maddelik ölçek, dile getirme, terk etme, sadakat ve ihmal boyutlarından oluşmaktadır.

Bireylerin romantik ilişkilerini değerlendirmelerini sağlamak ve ilişkilerinin farklı alanlarına yönelik algılarını ortaya koymak, buna yönelik gelişimsel ve önceleyici programların geliştirilmesi ihtiyacını ortaya çıkarmaktadır. Çiftlerin ilişkilerini

zenginleştirmelerine ve sorunların önlenmesine yardımcı olacak becerilerin öğretilmesi ve evlilik öncesinde ortaya çıkan sorunların giderilmesi amacıyla düzenlenen bu çalışmalar, evliliğin niteliğini arttırmaya ve evlilik ilişkilerini geliştirmeye yardımcı olur. Evlilik öncesi dönemde çiftlere evlilik yaşamının çeşitli boyutlarına ilişkin bilgi ve becerilerin kazandırılması, onların bu sürece uyum sağlamalarını kolaylaştıracaktır. (Kalkan ve Yalçın, 2012).

Evlilik yaşamı, çok sayıda bireysel ve ailesel konu üzerinde uzlaşma gerektirir. Evlilik öncesi dönemde oluşturulabilecek bu görüş birliği, evlilikte başarı ve mutluluğu önemli ölçüde etkileyecektir. Buradan yola çıkarak, çiftlerin evliliklerini değerlendirmelerine yardım etmek ve onların evliliklerinde daha mutlu olmalarını sağlayacak yolları öğretmek amacıyla, evlilik öncesi psikolojik danışma ve ilişki geliştirme programları geliştirilmiştir (Buckner & Salts, 1985; Stahman & Salts, 1993). Evlilik öncesi danışmanlık hizmetleri, bireylerin aralarında gelişen ilişkiyi daha detaylı ele alabilmeleri ve değerlendirebilmeleri için gönüllü olarak katılabilecekleri etkinliklerdir. Bu etkinlikler sayesinde çiftler ilişkilerinin güçlü ve zayıf yönlerini, bir uzmanın desteğiyle sağlıklı bir şekilde değerlendirebilmekte ve ileride doğabilecek olası anlaşmazlıkları önceden çözme fırsatı bulabileceklerdir. Böylelikle ilişkileri güçlenecek ve sağlam bir zemine oturacaktır (Ergin, 2011).

2.2. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde romantik ilişkilerle ilgili inançlar, ilişki algısı ve ilişki doyumu ilişkisinin incelendiği, yurt içinde ve yurt dışında yapılmış araştırmalara yer verilecektir.

2.2.1. Romantik İlişki İnançları, İlişki Algısı ve İlişki Doyumu ile İlgili Araştırmalar

Yurtdışında romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlara dair bir çok araştırma bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların; ilişki doyumu, evlilik uyumu, bağlanma, ilişki istikrarı, ilişki kalitesi, problem çözme davranışı gibi değişkenlerle ilişkisine bakılmıştır (Metts & Cupach, 1990; Bradbury ve Fincham, 1993; Christian, OLeary, & Vivian, 1994; Sullivan ve Schwebel, 1995; DeBord, Romans & Krieschok, 1996). Araştırmaların bir kısmı romantik

ilişki yaşayan üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir; bir diğer kısmı ise evli bireyler üzerinde yapılmıştır. Bu bölümde öncelikle üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalara, ardından evli bireyler üzerinde gerçekleştirilen araştırmalara yer verilecektir.

Metts ve Cupach (1990) tarafından 322 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bireylerin romantik ilişki inançlarını ölçmek amacıyla, Sprecher ve Metts (1989) tarafından geliştirilen Romantik İnançlar Ölçeği (ROMBEL) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre üniversite öğrencilerinin Romantik İnançlar Ölçeğinden aldığı puanlar yükseldikçe ilişki doyumları azalmaktadır. İlişkilerle ilgili inançların problem çözme ile ilişkisine bakıldığında ise, akılcı olmayan inançlarla yıkıcı problem çözme arasında olumlu korelasyon, yapıcı problem çözme ile olumsuz korelasyon bulunmuştur. Yani, Romantik İnançlar Ölçeğinden alınan puan yükseldikçe öğrenciler daha yıkıcı problem çözme becerileri tanımlamışlardır.

Romantik ilişki inançlarının ilişki doyumu üzerindeki etkisinin incelendiği bir başka araştırma Sullivan ve Schwebel (1995) tarafından yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini, daha önce evlilik yapmamış 266 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Öğrencilerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) kullanılmıştır. İlişki doyumu ise, Burisch (1984) tarafından geliştirilen İlişki Doyum İndeksi (RSI) tarafından belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, akılcı olmayan inançlar ölçeğinden düşük puan alan öğrencilerin yüksek puan alan öğrencilere oranla daha yüksek ilişki doyumu yaşadıkları ortaya koyulmuştur. Buna göre akılcı olmayan inançlar ilişki doyumu üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir.

Stackert ve Bursik (2003) tarafından yapılan 236 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmada romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Öğrencilerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) kullanılmıştır. Öğrencilerin ilişki doyumu ise, Hendrick (1988) tarafından geliştirilen İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS) ile ölçülmüştür. Araştırma sonucunda romantik ilişkilere dair güçlü akılcı olmayan inançlar olan

öğrencilerin daha az doyum elde ettikleri ortaya çıkmıştır. Evli bireyler üzerinde gerçekleştirilen çalışmalar ise aşağıda verilmiştir.

Moller ve Zyle (1991) evli bireylerin akılcı olmayan inançları ile evlilik uyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bireylerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) kullanılmıştır. Evlilik uyumu ise Spainer (1976) tarafından geliştirilen Diyadik Uyum Ölçeği (DAS) ile ölçülmüştür. 46 evli çiftin katıldığı araştırmada çiftlerin evlilik uyumları ile akılcı olmayan inançlar arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre akılcı olmayan inançların çiftlerin evlilik uyumlarını olumsuz yönde etkilemektedir.

Yine 43 evli bireyin katıldığı bir başka araştırma Bradbury ve Fincham (1993) tarafından yapılmıştır. Araştırmada ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ile evlilik uyumu ve evlilik problemleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bireylerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) kullanılmıştır. Bireylerin evlilik uyumları Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen Evlilik Uyum Testi (MAT) ile ölçülmüştür. Bireylerin evliliklerinde yaşadıkları problemleri belirlemek amacıyla ise Geiss ve O'Leary (1981) tarafından geliştirilen Evlilik Problemleri Envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançları ile evlilik doyumları arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ilişki inançları envanterinden yüksek puan alan katılımcıların ilişkilerinde daha fazla problem durumu tanımladıkları belirtilmiştir. Yine ilişki inançları envanterinde yüksek puan alan bireylerin daha fazla evlilik problemi tanımladıkları belirtilmiştir.

New York Üniversitesi Stony Brook servisinde evliliğinde sorun yaşayan ve evlilik terapisi alan 139 çift üzerinde yapılan araştırmada ise, akılcı olmayan inançlara sahip bireylerin problem çözme becerilerinde sorun olduğu ortaya koyulmuştur (Christian, OLeary, & Vivian, 1994). Bireylerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) kullanılmıştır. Çiftlerin problem çözme becerileri ise Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen Problem Çözme Envanteri (PSI) tarafından ölçülmüştür.

DeBord, Romans ve Krieschok (1996) romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların, algılanan romantik ilişki kalitesi üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. 101

evli çiftle yürüttükleri çalışma sonucunda, romantik ilişkilerle ilgili yüksek düzeyde akılcı olmayan inançlara sahip olan bireylerin evlilik uyumlarının düşük olduğu bulunmuştur. Çiftlerin ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları Jones (1968) tarafından geliştirilen Akılcı Olmayan İnançlar Testi (IBT) ile belirlenmiştir. Evlilik uyumları ise Spainer (1976) tarafından geliştirilen Diyadik Uyum Ölçeği (DAS) ile ölçülmüştür.

Uebelacker ve Whisman (2005), kadınların depresyonda olduğu 28 çift ve depresyonda olmadığı 48 çift üzerinde yaptıkları çalışmada evlilik doyumu ile fonksiyonel olmayan ilişki inançları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bireylerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla, Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen İlişki İnançları Envanteri (RBI) kullanılmıştır. Evlilik doyumunu ölçmek amacıyla ise Norton (1983) tarafından geliştirilen Evlilik Kalite İndeksi (QMI) kullanılmıştır. Araştırmaya katılan erkek eşler depresyonda değildirler. Kadınların depresyonda olduğu ve olmadığı iki grup arasında evlilik doyumu, romantik eşlerini algılama biçimleri ve işlevsel olmayan ilişki inançları arasında önemli farklılıklar bulunmuştur. Araştırma sonucunda, depresyonlu kadınların yer aldığı çiftlerin daha az ilişki doyumu, daha fazla işlevsel olmayan tutumlar, işlevsel olmayan inançlara daha güçlü bağlılık ve eşlerine yönelik daha fazla olumsuz davranışlar sergiledikleri bulunmuştur.

İlişki değerlendirme, bir anlamda romantik ilişki yaşayan çiftlerin ilişkilerinden ne derece doyum aldıklarının gözden geçirilmesidir (Hendrick, 1988; Hendrick, Dicke ve Hendrick 1998). Bireylerin ilişkileri ile ilgili algıları ne derece olumlu ise ilişki doyumları da aynı oranda yüksek olacaktır. Romantik ilişki inançları akılcı olmadığında ise bireylerin ilişkilerden elde ettikleri doyum azalacaktır. Bireylerin ilişki doyumları üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olan akılcı olmayan ilişki inançları ile ilgili yurtdışında yapılan araştırma sonuçları da bu görüşü destekler niteliktedir. Araştırmaların sonuçlarına genel olarak bakıldığında çiftlerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarının onların ilişki doyumlarını azalttığı görülmüştür.

Konu ile ilgili yurtiçinde yapılan araştırmalara bakıldığında ise, romantik ilişkilere dair inançların diğer değişkenlerle ilişkisinin incelendiği çok az araştırma bulunduğu görülmüştür (Beştav, 2007; Sarı, 2008; Küçükarslan, 2011; Kaygusuz, 2013). Romantik ilişki inançlarına yönelik sınırlı sayıda araştırma, romantik ilişki inançlarının bağlanma stilleri, aşka ilişkin tutumlar, problem çözme becerileri, cinsiyet, evlilik uyumu ve ilişki doyumu gibi değişkenler ile ilişkisini konu edinmiştir.

Beştav (2007) 586 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, romantik ilişki inançları, ilişki doyumu, cinsiyet, bağlanma stilleri ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda ilişki doyumu açısından cinsiyetler arası bir farklılık bulunmamıştır. Romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların sadece “anlaşmazlık yıkıcıdır” boyutunda kız ve erkekler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Araştırma bulgularına göre, romantik ilişkilere yönelik gerçekçi olmayan inançların “zihin okuma beklentisi”, “kadın ve erkek birbirini anlayamaz”, “anlaşmazlık yıkıcıdır” ve “cinsel mükemmellik” alt boyutları ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir. Öğrencilerin romantik ilişkileriyle ilgili inançlarını ölçmek amacıyla Eidelson ve Epstein (1982) tarafından geliştirilen Aydın ve Coştur (2007) tarafından 30 madde olarak Türkçe’ye uyarlanan İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ) kullanılmıştır

Sarı (2008) tarafından yapılan romantik ilişki inançlarının cinsiyet, yaş, ilişki doyumu ve bağlanma boyutları ile ilişkisinin incelendiği, 434 üniversite öğrencisi yapılan araştırmada öğrencilerin romantik ilişki inançlarının cinsiyet farklılıkları alt boyutu ile ilişki doyumu arasında olumsuz yönde ilişki bulunmuştur. Buna göre, öğrencilerin akılcı olmayan inançlar ölçeğinden aldıkları puan yükseldikçe ilişki doyumları azalmaktadır. Araştırma bulgularına göre romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların bazıları cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Buna göre kız öğrencilerin aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları erkek öğrencilerin puan ortalamalarından daha yüksek; sosyal zaman kullanımı ve farklı düşünmek alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları ise erkek öğrencilerin puan ortalamalarından daha düşüktür. Araştırma bulgularına göre yaş ile sadece aşırı beklentiler alt ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon katsayısı bulunmuştur. Buna göre yaş arttıkça aşırı beklentiler alt ölçeği üzerinden alınan puanın azaldığı söylenebilir. Öğrencilerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları Sarı (2008) tarafından geliştirilen, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAINÖ) ile belirlenmiştir. Öğrencilerin ilişki doyumları ise Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından Türk kültürüne uyarlanan İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ)’nin İlişki Doyumu (İD) alt boyutu ile ölçülmüştür.

Küçükarslan (2011) tarafından 957 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada öğrencilerinin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları, cinsiyet, sınıf düzeyi, romantik ilişki yaşama durumu değişkenleri açısından incelemiştir. Öğrencilerin romantik inançları ile ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla

1989 yılında Sprecher ve Metts tarafından geliştirilen Küçükarslan (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Romantik İnançlar Ölçeği (RIÖ) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançları, cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumuna göre farklılık göstermiştir. Buna göre erkek öğrencilerin “aşk bir yol bulur” ve “ilk görüşte aşk” alt ölçeklerinden elde ettikleri puan ortalamalarının kızlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yani, erkek öğrencilerin romantik ilişkilere yönelik bu inançlarının, kız öğrencilerden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Sınıf düzeyleri arasındaki farklılaşmaya bakıldığında ise birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinin “ilk ve tek” inancının dördüncü sınıf öğrencilerinden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinin “idealleştirme” inancı, dördüncü sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki yaşayıp yaşamama durumları 4 temel grup altında incelenmiştir. Bu gruplar: a) daha önce yaşamayıp, şimdi romantik bir ilişkiyaşayanlar, b) daha önce yaşayıp şimdi romantik bir ilişki yaşamayanlar, c) daha önce ve şimdi romantik bir ilişki yaşayanlar ile d) hiç romantik ilişki yaşamayanlar olarak adlandırılmıştır. Buna göre, daha önce yaşamayıp, şimdi romantik bir ilişki yaşayan öğrencilerin “aşk bir yol bulur”, “ilk ve tek” ve “idealleştirme” inançlarının diğer 3 gruptaki öğrencilere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Kaygusuz (2013) 320 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada, öğrencilerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları, problem çözme becerileri, fiziksel ve duygusal istismar arasındaki ilişki incelemiştir. Araştırma sonucunda akılcı olmayan ilişki inançlarının çaresizlik alt boyutu ile fiziksel ve duygusal istismar arasında olumlu düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Buna göre akılcı Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin çaresizlik boyutundan alınan puanlar yükseldikçe bireyler partnerlerine daha fazla duygusal ve fiziksel istismar uyguladıklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca çaresizlik alt boyutu ile olumlu problem çözme arasında olumsuz düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, olumlu problem çözme becerilerindeki artış, akılcı olmayan inançlarda bir azalmayı beraberinde getirmektedir. Akılcı olmayan inançların sevilmezlik alt boyutu ile ilgili sonuçlara bakıldığında ise, sevilmezlik ile duygusal ve fiziksel istismar arasında olumlu; sevilmezlik ile problem çözme becerileri arasında olumsuz anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre akılcı olmayan inançlardaki artış, istismar davranışını arttırmakta, problem çözme becerilerini ise olumsuz yönde etkilemektedir. Öğrencilerin

akılcı olmayan romantik ilişki inançlarını ölçmek amacıyla Kalkan (2006) tarafından geliştirilen İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE) kullanılmıştır. Öğrencilerin problem çözme becerileri, fiziksel ve duygusal istismar davranışlarını ölçmek amacıyla da Kalkan (2008) tarafından geliştirilen Ergenler İçin Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Ölçeği (ERİSÇÖ) kullanılmıştır.

Yapılan araştırmalar sonucunda cinsiyet, yaş ve ilişki durumu gibi değişkenlerin ilişki inançlarının anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Araştırmaların bir kısmı üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilirken, büyük bir kısmı ise evli bireyler üzerinde yürütülmüştür. Araştırmalar göstermiştir ki, bireylerin akılcı olmayan inançları onların ilişkiden elde ettikleri doyum üzerinde etkilidir ve akılcı olmayan inançlarındaki artış onların ilişki doyumlarının azalmasına neden olmaktadır. Yapılan araştırmalar, bireylerin romantik ilişkilerden elde ettikleri doyumunu etkileyen değişkenleri belirlemek adına önemlidir. Bu araştırmalar sayesinde bireylerin ilişki doyumunu azaltan faktörleri kontrol altına alabilmek mümkün olabilir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ya da derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2000). Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde sosyo-demografik değişkenler, romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısının ilişki doyumu ile ilişkisinin ve ilişki doyumunu yordamaki katkılarının incelendiği ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır.

Araştırmanın bağımlı değişkeni romantik ilişki doyumudur. Araştırmanın bağımsız değişkenleri ise romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme, cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ilişki durumu ve ilişki süresi gibi sosyo-demografik değişkenlerdir.

3.2. Araştırma Grubu

Bu araştırma, Mustafa Kemal Üniversitesinde okuyan ve halihazırda romantik bir ilişkisi olan öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubu, 2011-2012 öğretim yılında Mustafa Kemal Üniversitesi Ziraat, Fen-Edebiyat, İktisadi ve İdari Bilimler, Güzel Sanatlar, Eğitim, Tıp, Veterinerlik, Mimarlık Fakülteleri ile Meslek Yüksek Okulunda okuyan araştırmaya katılmaya gönüllü 299 öğrenciden oluşmuştur. Araştırma grubuna ait demografik bilgiler Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2

Araştırma Grubuna Ait Demografik Özellikler

Değişkenler		N	%	Toplam
Cinsiyet	Kız	180	60.2	299
	Erkek	119	39.8	
Sınıf Düzeyi	1.Sınıf	112	37.5	299
	2. Sınıf	85	28.4	
	3. Sınıf	65	21.7	
	4.Sınıf	33	11	
	5. Sınıf	4	1.3	
İlişki Durumu	Flört	208	69.6	299
	Söz	63	21.1	
	Nişan	28	9.4	

Tablo 2’de belirtildiği üzere araştırmaya katılan 299 öğrencinin % 60.2’si kız, %39.8’i erkektir. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin, yaş ortalamaları 21.52 olup, yaşlarının standart sapmaları 2.31’dir. Araştırma grubundaki öğrencilerin yaşları 18 ila 37 arasında değişmektedir. Araştırma grubunun sınıf düzeyine göre dağılımları incelendiğinde, %31.5’nun birinci sınıf, %28.4’ünün ikinci sınıf, %21.7’sinin üçüncü sınıf, %11’nin dördüncü sınıf ve %1.3’nün beşinci sınıf olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırma grubunu oluşturan öğrencilerden % 69.6’sı ilişki durumlarını flört, %21.1’i sözlü, ve %9.4’ü ise nişanlı olarak tanımlamıştır. Öğrencilerin ilişki süreleri ortalaması 22.68 aydır; ilişki sürelerinin standart sapması ise 21.92’dir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin cinsiyetleri, yaşları, fakülteleri, sınıfları, ilişki durumları ve ilişki süreleri hakkında bilgi almak amacıyla araştırmacı tarafından demografik bilgi formu geliştirilmiştir. Öğrencilerin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançlarını ölçmek için ise Sarı (2008) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan

İnançlar Ölçeği (RAİNÖ) kullanılmıştır. Öğrencilerin evlilik öncesi ilişkilerini değerlendirmek üzere Kalkan ve Kaya (2007) tarafından geliştirilen Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nden (EÖİDÖ) yararlanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumlarını ölçmek amacıyla da Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından Türkçe'ye uyarlanan İlişki İstikrarı Ölçeği' nin (İİÖ) İlişki Doyumu (İD) alt boyutu kullanılmıştır.

3.3.1. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAİNÖ)

Sarı (2008) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAİNÖ), üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili sahip oldukları akılcı olmayan inançları ölçmektedir. Ölçek, 30 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, Aşırı Beklentiler (21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29 numaralı maddeler), Sosyal Zaman Kullanımı (16, 17, 18, 19, 20, 22 numaralı maddeler), Zihin Okuma (5, 6, 7, 8, 9, 10 numaralı maddeler), Farklı Düşünmek (1, 2, 3, 4 numaralı maddeler), Fiziksel Yakınlık (14, 15, 30 numaralı maddeler) ve Cinsiyet Farklılıkları (11, 12, 13 numaralı maddeler) olarak belirtilmiştir. Araştırmaya katılan bireylerden “hiç katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “ katılıyorum”, “tamamen katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekte “hiç katılmıyorum” 1 puan, “tamamen katılıyorum” 5 puan olarak hesaplanmaktadır. Ayrıca ölçeğin 1 ve 22. maddeleri tersten puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puan yükseldikçe, bireylerin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançları da artmaktadır.

RAİNÖ'nin alt boyutları aşağıda açıklanmıştır.

Aşırı Beklentiler Alt Boyutu: Sekiz maddeden oluşan bu boyut, “Birlikte olduğum kişi benimle maddi ve manevi her şeyini paylaşmalı” ve “Birlikte olduğum kişi her ihtiyaç duyduğumda benim yanımda olabilmeli” gibi ilişkiden ve birlikte olunan kişiden beklenen gerçekçi olmayan beklentileri anlatan ifadelerden oluşmaktadır.

Sosyal Zaman Kullanımı Boyutu: Altı maddeden oluşan bu boyut, “Birlikte olduğum kişi her sosyal faaliyete benimle katılmayı istemeli” ve “Birlikte olduğum kişi bensiz serbest zaman etkinliklerinde bulunmak isterse bu beni yeterince sevmediğini gösterir” gibi sosyal ve serbest zaman etkinlikleriyle ilgili gerçekçi olmayan beklentileri içeren ifadelerden oluşmaktadır.

Zihin Okuma Alt Boyutu: Altı madden oluşan bu boyut, “Birlikte olduğum kişi benim ne düşündüğümü ben ifade etmesem de anlayabilmelidir” ve “Eğer birlikte olduğum kişi benim duygularımı kendiliğinden anlamaz ise bu benim için hayal kırıcı olur” gibi ilişki içinde olan kişilerin zihin okunuyormuşçasına birbirlerini anlamaları gerektiğine yönelik gerçekçi olmayan beklentileri içermektedir.

Farklı Düşünmek Alt Boyutu: Bu boyutta dört madde yer almaktadır. “Birlikte olduğum kişi benimle herhangi bir konuda zıt fikirlerini tartışırsa buna dayanmam” gibi birlikte olan kişilerin olaylar birbirinden farklı düşünceler taşımalarının yıkıcı olduğuna dair gerçekçi olmayan ifadeler bu boyutta yer almaktadır.

Fiziksel Yakınlık Alt Boyutu: Üç madde olan bu boyutta, “Birlikte olduğum kişiyi görür görmez heyecanlanmazsam bu ona karşı derin duygular beslemediğim anlamına gelir” gibi fiziksel yakınlığa ilişkin gerçekçi olmayan ifadeler bulunmaktadır.

Cinsiyet Farklılıkları Alt Boyutu: Üç maddesi bulunan bu boyutta, “Kadın ve erkek arasındaki biyolojik farklılıklar çiftler arasındaki sorunların temel sebebidir” gibi cinsiyet farklılıklarının ilişkide etkili olduğunu belirten gerçek dışı ifadeler bulunmaktadır.

Ölçeğin genel toplam puanının güvenilirliği belirlemek için hesaplanan Cronbach alfa değeri .84’tür. Ölçeğin alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa değeri .53 ile .81 arasında değişmektedir. Ölçeğin genel toplam puanı için hesaplanan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .85’tir. Alt boyutlar için hesaplanan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .53 ile .85 arasında değişmektedir (Sarı, 2008). Araştırma grubu için hesaplanan Cronbach alfa değeri ise .75 olarak bulunmuştur.

RAINÖ’nin benzer ölçekler geçerliliğini hesaplamak amacıyla Türküm (2003) tarafından geliştirilen Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (AOİÖ) ile Hamamcı ve Büyüköztürk (2003) tarafından geliştirilen İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İBÇÖ) kullanılmıştır. Sonuçta, AOİÖ’nün toplam puanı ile RAINÖ’nün toplam puanı ve alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayıları, cinsiyet farklılıkları alt boyutu hariç, olumlu yönde ve anlamlı düzeydedir. Yine, İBÇÖ’nün toplam puanı ile RAINÖ’nün toplam puanı ve alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayıları, fiziksel yakınlık alt boyutu hariç, olumlu yönde ve anlamlı düzeydedir (Sarı, 2008).

3.3.2. Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği (EÖİDÖ)

Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği (EÖİDÖ), Kalkan ve Kaya (2007) tarafından, bireylerin mevcut partnerlerine ve ilişkilerine yönelik algılarını ortaya koymak, ilişkideki mevcut ve olası problemleri belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin mevcut ilişkisine yönelik mutluluk düzeyinin yüksekliğini ve ilişkisine yönelik olumlu düşüncelerinin fazlalığını göstermektedir.

34 maddeden oluşan ölçeğin beş alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin alt boyutları, *Dini Değerler* (1, 2, 3, 4, 5, 7, 11 numaralı maddeler), *İletişim* (21, 28, 29, 30, 31, 32, 34 numaralı maddeler), *Arkadaş İlişkileri* (6, 8, 9, 10, 17, 19, 20, 22 numaralı maddeler), *Aile İlişkileri* (12, 13, 14, 15, 16, 18 numaralı maddeler) ve *Cinsel Uyum*'dur (23, 24, 25, 26, 27, 33 numaralı maddeler). Araştırmaya katılan bireylerden “hiç katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “ katılıyorum”, “tamamen katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekte “hiç katılmıyorum” 1 puan, “tamamen katılıyorum” 5 puan olarak hesaplanmaktadır. Ölçeğin 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 29, 31, 32 ve 33. maddeleri tersten puanlamaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 170, en düşük puan ise 34'tür.

Otuz dört maddelik ölçeğin bütününe ilişkin Cronbach alfa değeri .86 bulunmuştur. Alt ölçekler için hesaplanan Cronbach alfa değeri ise .68 ile .77 arasında değişmektedir. Ayrıca 64 kişinin Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nden aldıkları puanlar üzerinde test-tekrar test güvenilirliği hesaplanmıştır. Ölçek üç hafta arayla tekrar uygulanmış ve iki uygulamadan elde edilen puanlar için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısının hesaplanması sonucu elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .72 olarak bulunmuştur (Kalkan ve Kaya, 2007). Ölçeğin araştırma grubu için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı ise .84 olarak bulunmuştur.

EÖİDÖ'nin ölçüt geçerliliğini sınamak için Tutarel-Kışlak (2002) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 6 maddelik İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ) kullanılmıştır. EÖİDÖ'nin İMÖ ile arasındaki korelasyon .48 olarak belirlenmiştir (Kalkan ve Kaya, 2007).

3.3.3. İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ; Relationship Stability Scale; RSS)

Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, (2005) tarafından Türk kültürüne uyarlanan İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ), ilişkiye yapılan yatırımı, bir başkasıyla beraber olmayı değerlendirmeyi, ilişki doyumunu ve ilişki bağlanımını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. İlişki İstikrarı Ölçeği “İlişki Doyumu” (11madde), “Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme” (12 madde) ve “İlişki Yatırımı” (11 madde) olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmada İlişki İstikrarı Ölçeği’nin yalnızca “İlişki Doyumu” alt boyutu kullanılmıştır.

İlişki İstikrarı Ölçeği’nin her bir alt boyutun ilk beş maddesi dört dereceli (1= tamamen yanlış, 2= oldukça yanlış, 3= oldukça doğru, 4= tamamıyla doğru) Likert tipi bir ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. Alt ölçeklerin diğer maddeleri ise 1 (tamamen yanlış) ile 9 (tamamıyla doğru) arasında değer almaktadır. Her bir alt boyut için ayrı ayrı toplam puanlar hesaplanmaktadır.

Ölçeğin orijinal formunun alt boyutlarının Cronbach alfa değerleri; İlişki Doyumu için .92 ile .95, İlişki Yatırımı için .82 ile .84 ve Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt ölçeği için .82 ile .88 arasında değişmektedir.

Ölçeğin orijinal formunun ölçüt geçerliğini sınamak için Hendrick, Dicke ve Hendrick (1998) tarafından geliştirilen “Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form (LAS)” kullanılmıştır. Sonuçta, İİÖ’nin alt boyutları ile LAS’ın alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları -.45 ile .67 arasında değişmektedir. Bu değerler, beklenen yönde ve anlamlıdır.

Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından Türkçe’ye uyarlanan ölçeğin İlişki Doyumu (İD) alt boyutu varyansın % 21.76’sinden, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme (SND) alt boyutu varyansın %16.24’ünden, İlişki Yatırımı (İY) alt boyutu ise varyansın %14.03’ünden sorumludur. Ölçeğin alt boyutlarının üçü birden toplam varyansın %52.04’ünü açıklamaktadır.

İİÖ’nin ölçüt geçerlik düzeyini belirlemek amacıyla İİÖ’nin alt boyutlarından elde edilen toplam puanlar ile LAS’ın alt boyutlarından elde edilen toplam puanlar arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Buna göre aradaki korelasyon -.45 ile .67 arasında değişmektedir. Bu değerler beklenen yönde ve anlamlıdır (Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005).

İİÖ’nin alt boyutlarının güvenilirliği için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ve iki yarım test güvenirligine bakılmıştır. İİÖ’nin alt boyutlarının Cronbach alfa

katsayıları İlişki Doyumu alt boyutu için .90, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu için .84, İlişki Yatırımı alt boyutu için ise .84'tür. Alt ölçeklerin iki yarım test güvenilirlikleri İlişki Doyumu için .84, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme için .71, ve İlişki Yatırımı için .78'dir. Araştırma grubu için hesaplanan korelasyon değeri ise .81 olarak bulunmuştur. Ayrıca, her bir maddenin toplam puanla korelasyonlarına bakıldığında, bu değerlerin .45 ile .90 arasında değiştiği gözlemlenmiştir (Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005).

3.4. İşlem Yolu

Araştırma için gerekli izin alındıktan sonra Mustafa Kemal Üniversitesi Ziraat, Fen Edebiyat, İktisadi ve İdari Bilimler, Güzel Sanatlar, Eğitim, Tıp, Veterinerlik, Meslek Yüksek Okulu ile Mimarlık Fakültelerinde uygulamalar 2011-2012 öğretim yılı içerisinde yapılmıştır. Uygulama, araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerle sınıf ortamında gerçekleştirilmiştir. Uygulamadan önce öğrencilere, araştırmanın amacı açıklanmış ve ölçme araçları hakkında bilgiler verilmiştir. Daha sonra, halihazırda romantik ilişki yaşayan öğrenciler belirlenerek onlara, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAINÖ), Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği (EÖİDÖ) ve İlişki Doyum Ölçeği (İD) olmak üzere üç ayrı ölçek dağıtılmıştır. Ayrıca öğrencilere ölçme araçlarını içten bir şekilde yanıtlamaları ve cevapların gizli tutulacağı, isteyen öğrencilerin sonuçları araştırmacıdan öğrenebileceği söylenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Öğrencilerin evlilik öncesi ilişki algıları, romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları ile cinsiyet, yaş, sınıf, ilişki durumu ve ilişki süresi gibi sosyo-demografik değişkenlerin ilişki doyumlarını ne oranda yordadığını belirlemek amacıyla hiyerarşik çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Hiyerarşik çoklu regresyon analizinde amaç, bağımsız değişkenlerin yordanan değişken üzerindeki etkilerinin incelenmesidir. Hiyerarşik çoklu regresyon analizinde bağımsız değişkenler analize bloklar halinde alınır ve her bir blok, kendisinden sonra analize giren değişkenler için kontrol değişkeni olur. Bu analizde bağımsız değişkenlerin eşitliğe giriş sırası istatistiksel ölçütlere göre belirlenir. Her bir blok giriş sırası bakımından eşitliğe ne eklediğine göre değerlendirilir (Tabachnick & Fidell, 2001 ; Can, 2013).

Regresyon analizinde ilk sıraya sosyo-demografik değişkenler, ikinci sıraya romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, üçüncü sıraya ise evlilik öncesi ilişki değerlendirme alınmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi, en az aralık ölçeğinde ölçülen sürekli değişkenleri gerektirir. Ancak nitel değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkileri araştırılacaksa bu tür değişkenler “dummy” değişkeni olarak tanımlandıktan sonra analize alınabilirler (Büyüköztürk, 2011). Bu sebeple, romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme, yaş ve ilişki süresi, sürekli değişkenler olduğu için analize doğrudan alınmıştır. Cinsiyet, sınıf düzeyi ve ilişki türü gibi değişkenler ise süreksiz olduklarından “dummy değişken” olarak yeniden kodlandıktan sonra analize dahil edilmiştir.

Regresyon analizi sırasında aynı zamanda bağımlı değişken olan romantik ilişki doyumunun diğer bağımsız değişkenler ile ikili korelasyon değerleri incelenmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumlarının yordayıcılarını belirlemek amacıyla hiyerarşik çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Ancak analiz yapılmadan önce, verilerin regresyon analizi varsayımlarını karşılayıp karşılamadığına bakılmıştır. Çoklu regresyon analizinin temel varsayımı, yordayıcı değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ilişkinin doğrusal olması ve puanların normal dağılım göstermesidir. Bu sebeple, çoklu regresyon analizinde “doğrusallık” ve “normallik” varsayımlarının karşılanmasını güçleştiren uç değerler olup olmadığını artık değerler üzerine kurulu grafiklerle incelenebilir. Uç değerler, ilişkinin doğrusallığına ve dağılımın normalden uzaklaşmasına sebep olurlar (Büyüköztürk, 2011). Yapılan analizler sonucu, 9 uç değer tespit edilmiş ve bu değerler analizden çıkarılmıştır. Normallik ve doğrusallık varsayımlarının incelenmesine ilişkin grafikler incelendiğinde, standardize edilmiş artık değerler ile standardize edilmiş yordanan değerler için oluşturulan saçılma diyagramının doğrusal bir ilişkiyi tanımladığı, noktaların bir eksen etrafında toplanma eğilimi olduğu söylenebilir. Standardize edilmiş yordanan değerler için oluşturulan histogram ve normal dağılım eğrileri de dağılımın normale yakın olduğunu göstermektedir (Bkz. EK-5).

Ayrıca, Romantik İlişilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAINÖ), Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği (EÖİDÖ) ve İlişki İstikrarı Ölçeğinin (İİÖ) İlişki Doyumu (İD) alt boyutundan alınan puanlarının ortalama, medyan ve mod değerlerinin birbirine oldukça yakın olması, çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1 ile +1 değerleri arasında bulunması dağılımın normalliğe yakın olduğunu göstergesidir. Tablo 3’te RAINÖ, EÖİDÖ ve İlişki Doyumu alt boyutundan alınan puanların ortalama, medyan, mod değerleri ile çarpıklık ve basıklık katsayıları verilmiştir.

Tablo 3

Romantik İlişki İnançları, Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme ve İlişki Doyum Puanlarının Ortalama, Medyan ve Mod Değerleri

Değişkenler	\bar{X}	Medyan	Mod	ÇK/ SH_{ÇK}	BK/SH_{BK}
Romantik İlişki İnançları	98.63	99	96	-.176/.141	-.007/.281
Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme	131.9	132	132	-.205/.141	-.438/.281
İlişki Doyumu	54.9	57	65	-.828/.141	-.168/.281

Çoklu regresyon analizinde dikkat edilmesi gereken bir başka nokta, yordayıcı değişkenler arasında çoklu bağlantı sorununun olup olmadığıdır. Çoklu bağlantı, bağımsız değişkenler arasında yüksek düzeyde ilişki olması anlamına gelir. Bu durumda analizden bir bağımsız değişkenin çıkartılması ya da eklenmesi parametrelerde önemli değişiklikler yaratabilecektir. Veri deseninde çoklu bağlantının olup olmadığını anlamak için ilk olarak bağımsız değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelenebilir. .80 üzerindeki korelasyon çoklu bağlantı sorunun göstergesidir (Büyüköztürk, 2011). Tablo 4'te görüldüğü üzere, bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon değerleri çoklu bağlantı sorununa yol açacak kadar yüksek değildir.

Tablo 4

Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Korelasyon Matrisi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1- İlişki Doyumu	-																
2- Cinsiyet	-.135*	-															
3- Yaş	.096	.192**	-														
4- Sınıf	.016	.030	.413**	-													
5- İlişki Durumu	.294**	-.150**	.073	.075	-												
6- İlişki Süresi	.141*	-.033	.082	.056	.329**	-											
7- Aşırı Beklentiler	.211**	-.139*	-.029	-.119*	.112	-.006	-										
8- Sosyal Zaman Kullanımı	-.089	.225**	-.082	-.069	.086	-.014	.119*	-									
9- Fiziksel Yakınlık	-.114*	-.130*	-.160**	-.017	.067	-.040	.118**	.219**	-								

*p<.05 **p<.01

Not. Sosyo-demografik Değişkenler: 2, 3, 4, 5, 6 Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar: 7, 8, 9, 10, 11, 12 Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme: 13, 14, 15, 16, 17.

Tablo 4 Devamı

Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Korelasyon Matrisi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
10- Zihin Okuma	.097	-.133*	-.037	.028	.104	-.050	.366**	.185**	.079	-							
11- Cinsiyet Farklılıkları	-.135*	-.127*	-.133	-.038	-.102	-.038	.174**	-.108	.080	.113	-						
12- Farklı Düşünmek	-.337**	.127*	.028	.010	-.114*	-.113	-.031	.259**	.094	.094	.080	-					
13- Dini Değerler	.241**	.241**	-.124	.072	.165**	.018	.142*	-.016	.025	.203**	.010	-.103	-				
14- İletişim	.448**	-.237**	.018	-.048	.176**	.035	.389**	-.141*	-.036	.122*	.012	-.250**	.167**	-			
15- Arkadaş İlişkileri	.428**	-.132*	.003	.125*	.108	-.017	.108	-.240**	-.140*	.044	-.108	-.306**	.194**	.521**	-		
16- Aile İlişkileri	.434**	-.220**	-.019	.078	.207**	.077	.205**	-.213**	-.114*	.187**	-.029	-.276**	.288**	.485**	.494**	-	
17- Cinsel Uyum	.372**	-.128*	.108	.008	.132*	.036	.316**	-.160**	-.233**	.083	-.087	-.212**	.196**	.534**	.421**	.458**	-

*p<.05 **p<.01

Not. Sosyo-demografik Değişkenler: 2, 3, 4, 5, 6 Romantik İlişiklerde Akılcı Olmayan İnançlar: 7, 8, 9, 10, 11, 12 Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme: 13, 14, 15, 16, 17.

Çoklu bağlantı sorununu test etmenin bir diğer yolu ise, Varyans Büyütme Faktörü (VIF) ile Tolerans (Tolerance) değerlerine bakmaktır. Buna göre, veri deseninde çoklu bağlantı sorunu oluşturacak bir durum olmaması için, en büyük VIF değerinin 10'dan küçük, Tolerans değerinin de .2'den büyük olması gerekmektedir (Can, 2013). Analiz sonuçları incelendiğinde Varyans Büyütme Faktörü (VIF) değerlerinin 10'dan küçük ve Tolerans (Tolerance) değerlerinin .2'den büyük olduğu olduğu belirlenmiştir. Tüm bunlar, değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olmadığına işaret etmektedir. Doğrusallık, normallik varsayımları sağlandıktan ve çoklu bağlantı sorunu olmadığı gözlemlendikten sonra, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordama gücünü araştırmak üzere regresyon analizine geçilmiştir.

4.1. Bağımsız Değişkenler ile Bağımlı Değişken Arasındaki İkili Korelasyon Sonuçları

İlişki doyumunun anlamlı yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi ile öncelikle Tablo 4'de görüldüğü gibi bağımsız değişkenler ile bağımlı değişken arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 4 incelendiğinde sosyo-demografik değişkenlerin ilişki doyumu ile korelasyonlarının .02 ile .30 arasında değiştiği görülmektedir. Demografik değişkenlerden sadece ilişki durumu ile ilişki doyumu arasında olumsuz yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür ($r = -.30, p < .01$). Cinsiyet ile ilişki doyumu arasında olumsuz yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.14, p < .05$). İlişki süresi ve ilişki doyumu arasında ise olumlu yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki görülmüştür ($r = .14, p < .05$). Yaş ve sınıf düzeyi ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($r = .096, p > .05$; $r = .015, p > .05$).

RAINÖ'nin alt boyutlarının İİÖ'nin İlişki Doyumu alt boyutu ile korelasyonları -.09 ile -.34 arasında değişmektedir. Aşırı Beklentiler alt boyutu ile İlişki İstikrarı Ölçeği'nin (İİÖ) İlişki Doyumu alt boyutu arasında olumlu yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlemlenmiştir ($r = -.21, p < .01$). Fiziksel Yakınlık alt boyutu ile ilişki doyumu arasında olumsuz yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki görülmüştür ($r = -.11, p < .05$). Cinsiyet Farklılıkları alt boyutu ile ilişki doyumu arasında olumsuz yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.14, p < .05$). Farklı Düşünmek alt boyutu ile İlişki İstikrarı Ölçeği'nin (İİÖ) İlişki Doyumu alt boyutu arasında ise, olumsuz yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlemlenmiştir.

($r = -.34$). Sosyal Zaman Kullanımı ve Zihin Okuma alt boyutları ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($r = -.089$, $p > .05$; $r = .097$, $p > .05$).

EÖİDÖ'nin alt boyutlarının İİÖ'nün İlişki Doyumu alt boyutu ile korelasyonları ise, .25 ile .45 arasında değişmektedir. Dini Değerler alt boyutu ile ilişki doyumu arasında olumlu yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .24$, $p < .01$). İletişim alt boyutu ile İİÖ'nin İlişki Doyumu alt boyutu arasında ise olumlu yönde ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .45$, $p < .05$). EÖİDÖ'nin Arkadaş İlişkileri alt boyutu ile İİÖ'nin İlişki Doyumu alt boyutu arasında ise yine olumlu yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .43$, $p < .05$). EÖİDÖ'nin Aile İlişkileri alt boyutu ile İİÖ'nin İlişki Doyumu alt boyutu arasında da olumlu yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ($r = .43$, $p < .05$). Son olarak Cinsel Uyum alt boyutu ile ilişki doyumu arasında olumlu yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .37$, $p < .05$).

4.2. Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyumlarının Yordayıcıları

Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumlarının yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi üç aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada analize sosyo-demografik değişkenlerin alındığı görülmektedir. İkinci aşamada İİÖ'nin İlişki Doyumu alt boyutu üzerindeki olası etkilerini kontrol etmek amacıyla Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin alt boyutları, üçüncü aşamada ise Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nin alt boyutlarının denkleme dahil edildiği görülmektedir. Analize ilk sırada cinsiyet, yaş, ilişki süresi, sınıf düzeyi ve ilişki durumu gibi sosyo-demografik değişkenler dahil edilmiştir. Yaş ve ilişki süresi sürekli değişken olduğu için analize doğrudan alınmıştır. Cinsiyet, sınıf düzeyi ve ilişki durumu gibi değişkenler ise dummy değişken olarak tanımlandıktan sonra analize dahil edilmiştir.

Araştırmada incelenen bağımsız değişkenlerin ilişki doyumunu yordama derecelerini saptamak amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizine ait bulgular Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5

İlişki İstikrarı Ölçeği'nin İlişki Doyumu Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Blok/Sıra	Değişken	B	SH _B	β	t	F _{REG.}	F _{değişim}	R ²	R ² değişim
1.Demografik Değişkenler	Cinsiyet	-1.89	1.02	-.107	1.85	4.62***	-	.13***	-
	Yaş	.38	.24	.102	1.63				
	Süre	.02	.02	.039	.67				
	1.sınıf vd.	-.46	4.44	-.026	.10				
	2.sınıf vd.	-.61	4.40	-.032	.14				
	3.sınıf vd.	.52	4.40	.025	.12				
	4.sınıf vd.	-3.27	4.47	-.118	.73				
	Flört vd.	-5.91	1.74	-.314**	3.39**				
Söz vd.	-1.38	1.90	-.065	.73					
2.Romantik İlişki İnançları	AB	.33	.10	.187**	3.22**	6.99***	9.34***	.27***	.14
	SZK	-.06	.10	-.032	.55				
	FY	-.27	.17	-.092	1.63				
	ZO	.13	.11	.064	1.12				
	CF	-.48	.18	-.151**	2.78**				
	FD	-.72	.14	-.277***	5.06**				
3.Evlilik Öncesi İlişki Değer.	Din	.18	.10	.103*	2*	9.12***	11.58***	.40***	.13
	İletişim	.28	.12	.158*	2.41*				
	Arkadaş	.26	.10	.175**	2.83**				
	Aile	.28	.12	.144*	2.29*				
	Cinsellik	.01	.14	.003	.05				

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Not. AB=Aşırı Beklentiler, SZK=Sosyal Zaman Kullanımı, FY=Fiziksel Yakınlık, ZO=Zihin Okuma, CF=Cinsiyet Farklılıkları, FD= Farklı Düşünmek

Tablo 5'te görüldüğü üzere analize ilk sırada alınan cinsiyet, yaş, ilişki süresi, sınıf düzeyi ve ilişki durumu gibi sosyo-demografik değişkenlerin ilişki doyumuna ilişkin varyansın %13'ünü açıkladığı bulunmuştur. Demografik değişkenlerin varyansa katkısı anlamlıdır ($F_{reg}(9;289) = 4.62, p<.001$). Hiyerarşik çoklu regresyon analizi sırasında denkleme ilk sırada alınan sosyo-demografik değişkenlerden yalnızca ilişki durumu, doyumun anlamlı yordayıcısı olarak bulunmuştur ($\beta = -.314, p<.01$). Öğrenciler, ilişki durumlarını flört, sözlü ve nişanlı olma durumlarından biri ile açıklamışlardır. Yapılan analiz sonucunda, ilişki durumunu söz ve nişan olarak tanımlayan öğrencilerin ilişki doyumlarının, ilişki durumunu flört olarak tanımlayan öğrencilerin ilişki doyumlarından daha yüksek olduğu görülmüştür ($F_{(2, 298)}=15.36, p<.001$).

Hiyerarşik çoklu regresyon analizine ikinci sırada giren Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin alt boyutları sosyo-demografik değişkenlerle birlikte toplam varyans oranının %27'sini açıklamaktadır ve her iki bloğun varyansı yordama gücü anlamlıdır ($F_{reg}(15;283) = 6.99, p<.001$). RAINÖ'nin alt boyutları, ilişki doyumuna ait birinci aşamada açıklanan varyansa %14'lük bir katkıda bulunmuştur ve RAINÖ'nin alt boyutlarının R^2 'de sağladığı artış anlamlıdır ($F_{değişim}(6;283) = 9.34, p<.001$). Analize ikinci sırada alınan Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin alt boyutlarından ilişki doyumunu yordayan değişkenler önem sırasına göre, RAINÖ'nin Farklı Düşünmek ($\beta = -.277, p<.001$), Aşırı Beklentiler ($\beta = .187, p<.01$) ve Cinsiyet Farklılıkları'dır ($\beta = -.151, p<.01$). Yapılan analizler sonucunda bireylerin aşırı beklentiler alt boyutundan aldıkları puanlar yükseldikçe ilişki doyumunun arttığı ($t=3.88, p<.001$), cinsiyet farklılıkları ve farklı düşünmek alt boyutlarından aldıkları puanlar yükseldikçe de ilişki doyumunun azaldığı bulunmuştur ($t=1.74, p>.05; t=3.88, p<.001$).

Analize üçüncü sırada giren Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nin alt boyutları, sosyo-demografik değişkenler ve RAINÖ'nin alt boyutları ile birlikte toplam varyansın %40'ını açıklamaktadır ve üç bloğun varyansı birlikte yordama gücü anlamlıdır ($F_{reg}(20;278) = 9.12, p<.001$). EÖİDÖ alt boyutları, ilişki doyumuna ait daha önce açıklanan varyansa %13'lük bir katkı sağlamıştır ve EÖİDÖ alt boyutlarının R^2 'de sağladığı artış anlamlıdır ($F_{değişim}(5;278) = 11.58, p<.001$). Denkleme üçüncü sırada alınan Evlilik Öncesi İlişki Değerlendirme Ölçeği'nin (EÖİDÖ) alt boyutlarından ilişki doyumunu anlamlı olarak yordayan değişkenler ise önem sırasına göre, Arkadaş

İlişkileri ($\beta = .175$, $p < .01$), İletişim ($\beta = .158$, $p < .05$), Aile İlişkileri ($\beta = .144$, $p < .05$) ve Dini Değerler'dir ($\beta = .103$, $p < .05$). Araştırma bulguları dini değerler ($t = 4.02$, $p < .001$), iletişim ($t = 8.11$, $p < .001$), arkadaş ilişkileri ($t = 6.68$, $p < .001$) ve aile ilişkileri ($t = 6.07$, $p < .001$) alt boyutlarından alınan puanlar yükseldikçe, ilişki doyumu da arttığını göstermektedir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Demografik Değişkenlerle İlişki Doymu Arasındaki İlişkilere Yönelik Yorumlar

Araştırmada cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ilişki süresi ve ilişki durumu gibi sosyo-demografik değişkenlerin ilişki doyumunu açıklamadaki katkısı incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda sosyo-demografik değişkenlerden yalnızca ilişki durumunun doyuma olan katkısı anlamı bulunmuştur. Büyüksahin (2006) ve Buğa'nın (2009) araştırmalarında da bu araştırma bulgularına paralel şekilde ilişki durumunun doyumu anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

Araştırma grubunu oluşturan bireyler, ilişki durumlarını flört, sözlü ve nişanlı olma durumlarından biri ile açıklanmışlardır. Buna göre, sözlü ve nişanlı bireylerin ilişki doyumları, flört eden bireylere oranla daha yüksek bulunmuştur. Araştırma bulguları göstermiştir ki, bireylerin romantik ilişki durumu ciddileştikçe ilişkiden elde ettikleri doyum da artmaktadır. Bu durum bireysel ve toplumsal bakış açısı ile açıklanabilir. Öncelikle, evlilik öncesinde bireylerin ilişki durumunun flörtten söz ya da nişan gibi daha resmi bir boyuta ulaşması onların ilişkiye yönelik bağlılık ve aidiyet duygularını arttırmış olabilir. Birey, sözlendiği ya da nişanlandığı partnerinin yanında kendini güvende hissediyor ve ilişkinin gidişatı hakkında bir öngörü oluşturuyor olabilir. Çünkü, söz ve nişan döneminde çiftler, neredeyse evlenecekleri kişi ile ilgili seçimlerini yapmış durumdadır ve ortak bir amaç doğrultusunda ilerlemektedir. Bunun yanında flört döneminde ilişkinin garantisi düşüktür ve bu dönem olumsuz ihtimallere gebe dir. Bireylerden biri yaşamını birlikte geçireceği kişi ile ilgili kararını vermiş bile olsa, diğeri hala bir arayış içinde olabilir. Sözlü ve nişanlı bireyler için ilişkinin geleceği ile ilgili belirsizlik ortadan kalmış ve bu durum onların ilişki doyumunu arttırmış olabilir.

Flört dönemi söz ve nişan dönemlerine kıyasla ilişkinin daha erken dönemlerini içermektedir ve bu dönemde romantik ilişkinin başlangıç aşamasında olan çiftler birçok güçlükle baş etmek durumundadır. Lewis, bir çiftin yaşamlarında doyuma ulaşabilmeleri için üç gelişimsel değişiklikle baş etmeleri gerektiğini öne sürmüştür.

Bunlar; bağıllık, güç ve yakınlıktır. Bağıllık, bireyin eşinin onun birincil partneri olduğuna ilişkin algısıdır. Güç, çiftlerden her birinin diğerinin ne yapacağı konusundaki etkinliğidir ve güç ancak paylaşıldığında en etkin şekilde işleyebilir. Yakınlık ise, ilişkiden karşılıklı doyum sağlayabilmek adına yakınlık ve yalnızlık arasındaki dengenin kurulmasıdır (Akt. Gazioğlu-İşmen, 2011). Flört döneminde henüz bu gelişimsel krizler atlatılmamıştır. Yani çiftler henüz partnerlerine karşı yakınlık ve bağıllık duygusu hissedememekte ve birbirleri arasında bir güç dengesi kurmaya çalışıyor olabilirler. Bunlara, ilişkide kimin baskın olacağı ve partnerle kurulan yakınlığın derecesine karar verme konusundaki kaygılar eşlik edebilir. Flört döneminde bireylerin birbirlerini tanıma aşamasında olmaları ve ilişkileriyle ilgili güçlüklerle nasıl baş edeceklerini tam olarak kestirememeleri onların ilişkiden elde edecekleri doyumunu düşürmüş olabilir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara toplumsal faktörler açısından bir yorum getirilmek istenirse, özellikle Türk toplumu gibi geleneksel değerlere bağlı bir yapıda sözlü ve nişanlı çiftlerin flört eden bireylere oranla daha az baskı ile karşılaştıkları söylenebilir. Öyle ki bireyler, sözlü ya da nişanlanarak bir nevi toplumdan izin almıştır. Artık ilişkilerinin bir adı vardır ve toplumun onlara yüklediği evlilik görevinin yolunu açmışlardır. Flört dönemindeki bireyler ise, toplumsal çevreden gelen baskılarla partnerleri ile daha az zaman geçiriyor olabilirler. Bu durum, ilişkilerini doyasıya yaşamlarını engelliyor ve ilişki doyumlarını düşürüyor olabilir. Üstelik flört dönemindeki bireyler, sözlü ya da nişanlı olma şeklinde tarif edilen sosyal bir statüden de mahrum kalırlar. Bu da flört dönemindeki bireylerin ilişki doyumlarının daha düşük çıkmasını etkilemiş olabilir.

Ayrıca, bireylerin söz ve nişan döneminde ilişki doyumlarının flört dönemine oranla daha yüksek bulunması, bireylerin doyum veren ilişkilerini sözlü ya da nişanlanarak bir resmiyete kavuşturma isteği ile açıklanabilir. Yani bireyler, ilişkiden doyum sağlamaları durumunda ilişkinin devamlılığını sağlamak açısından sözlenmiş ya da nişanlanmış olabilirler.

Yapılan analizler sonucunda cinsiyet, yaş, ilişki süresi ve sınıf düzeyinin ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Literatürde, cinsiyet ve ilişki doyumları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma sonuçları arasında bir tutarlılık yoktur. Bazı araştırmalar cinsiyetin ilişki doyumunu yordayan önemli bir değişken olduğunu belirlerken (Sakallı-Uğurlu, 2003; Buğa, 2009; Sarı, 2008; Fowers, 1991; Vaillant & Vaillant, 1993), bazı araştırmalarda ise bulunan sonuçlarla paralel olarak öğrencilerin

ilişki doyumunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır (Beştav,2007; Hamamcı, 2005; Günay, 2007; Curun, 2006).

5.2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarla İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilere Yönelik Yorumlar

Yapılan analizler sonucunda, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin Aşırı Beklentiler, Farklı Düşünmek ve Cinsiyet Farklılıkları alt boyutlarının ilişki doyumuna katkısı anlamlıdır. Bunun yanında, Sosyal Zaman Kullanımı, Zihin Okuma ve Fiziksel Yakınlık alt boyutlarının doyumunu anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür.

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin (RAINÖ) ilişki doyumunu ilk sırada yordayan alt boyutu "Farklı Düşünmek" tir. Farklı Düşünmek alt boyutu ile İlişki İstikrarı Ölçeği'nin (İİÖ) İlişki Doyumu alt boyutu arasında olumsuz yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlenmiştir. Bu da göstermektedir ki öğrencilerin bu boyuttaki akılcı olmayan inançları onların ilişki doyumlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Araştırmada beklendiği bir şekilde öğrencilerin Farklı Düşünmek alt boyutundan aldıkları puan yükseldikçe ilişki doyumları azaldığı belirlenmiştir.

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin Farklı Düşünmek alt boyutunda, "Birlikte olduğum kişi benimle herhangi bir konuda zıt fikirlerini tartışırsa buna dayanmam", "Olaylar hakkında aynı şekilde düşünmüyorsak bu ilişkinin yürütülmesi anlamsızdır", "Ben ve birlikte olduğum kişi farklı düşünüyorsa, ilişkimizin iyi gitmediği ve bitebileceğini düşünürüm" gibi ifadeler yer almaktadır. Bunlar çiftler arasındaki farklı düşünce yapılarının ilişkiye zarar vereceğine ilişkin akılcı olmayan inançlardır. Belki de bireylerin farklı düşünmeyle ilgili inançları yüzünden partnerlerini kendileriyle benzer şekilde düşünmeye zorlamaları ilişki doyumlarını azaltıyor olabilir.

Stacker ve Bursik (2003) araştırma sonuçlarını destekler şekilde, romantik ilişkilerin "anlaşmazlık yıkıcıdır" boyutu ile ilişki doyumunu arasında olumsuz yönde bir ilişki bulmuşlardır. "Anlaşmazlık yıkıcıdır" boyutu ile anlatılmak istenen, bireylerin olaylara verdikleri tepkilerin benzer olmaması durumunda ortaya çıkabilecek uyumsuzluğun bir yıkım olabileceği düşüncesidir.

Araştırma sonuçlarında görüldüğü gibi, bireylerin ilişkileri boyunca her konuda aynı fikirde olma istekleri onların doyumlarını olumsuz yönde etkilemiş olabilir.

Anlaşmazlığa tahammül edememe durumu bireyleri birbirlerini değiştirme çabasına itebilir. Romans ve DeBord (1995) akılcı olmayan inançlara sahip çiftlerin birbirlerinin kişiliklerini değiştirme beklentisi içinde oldukları belirtmiştir. Bu beklenti bireylerin ilişki memnuniyetini olumsuz yönde etkileyebilir. Sarı da (2008) romantik inançların doyum üzerindeki etkisini incelediği araştırmasında “Farklı Düşünmek” alt boyutunun ilişki doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğunu belirlemiştir.

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği’nin ilişki doyumunu yordayan ikinci derecede önemli alt boyutu ise “Aşırı Beklentiler” dir. Beklenmedik bir şekilde aşırı beklentiler alt boyutundan alınan puanlar yükseldikçe ilişki doyumunu da artmaktadır. Sarı’nın (2007) çalışmasında da Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği’nin “Aşırı Beklentiler” alt boyutu ile ilişki doyumunu arasında benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Aşırı Beklentiler boyutu, “Birlikte olduğum kişi ben her istediğimde benim yanımda olabilmeli”, “Birlikte olduğum kişi bana ihtiyacı olduğu her zaman onun yanında olmalıyım”, “Birlikte olduğum kişiyle her zaman her türlü duygumu ve düşüncemi paylaşmalıyım”, “Birlikte olduğum kişi, benimle maddi ve manevi her şeyini paylaşmalı” gibi akılcı olmayan inançları içermektedir. Romans ve DeBord da (1995) çalışmalarında ilişki kalitesini etkileyen bir takım akılcı olmayan inançlar tanımlamışlardır ve bunları, “birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız”, “her şeyi beraber yapmalıyız”, “her zaman birbirimize açık olmalıyız” şeklinde ifade etmişlerdir. Literatürde bu tip akılcı olmayan inançların ilişki doyumunu üzerindeki yordayıcı gücünü ortaya koyan bir çok araştırma bulunmaktadır (Metts ve Cupach, 1990; Sullivan ve Schwebel, 1995; Stackert ve Bursik, 2003; Sığırıcı, 2010).

Aşırı beklentileri ifade eden akılcı olmayan inançların ilişki doyumunu arttırması kültürel faktörlerle açıklanabilir. Literatürde de akılcı olmayan ilişki inançlarının kültürler arası farklılaşmasını inceleyen araştırmalar mevcuttur (Sprecher ve Toro-Morn ,2002; Goodwin ve Gaines ,2004; Weaver ve Ganong ,2004). Buna göre, çiftlerin birbirlerinden yüksek beklenti içinde olması Türk kültürünün toplumcu bir kültür olma özelliğinden kaynaklanıyor olabilir. Çünkü toplumcu kültürlerde insanların bireyselleşmesinden çok, duygusal bağ kurduğu bir başka kişiye bağımlı yaşamayı pekiştirilir. Topluluk bilinci ya da ünlü sosyolog Emile Durkheim’in deyimiyile kolektif bilinç kişilerin bireysel bilinçlerinin dışında kalan düşünme, davranış ve duyma biçimleridir (Ecevit, 2011). Aşırı beklentiler ile desteklenen düşünce de bireylerin, tüm ihtiyaçlarının bir başkası tarafından mutlak şekilde karşılanması ve bireysel çabalarda

mutlaka partnerin desteğinin alınmasıdır. Bu bağlamda, ilişkiden elde edilen doyumun, romantik partnerlerin ilişkiye yönelik beklentileri karşılması durumunda yükselmesi anlaşılabilir. Üstelik aşırı beklentilere sahip bireylerin, ilişkilerini doyum verici olarak tanımlaması beklentilerin karşılandığının ifadesidir. Yapılan araştırmalar da bireylerin kendi ayrımlaşma süreçlerine benzer partneleri seçtiklerini ortaya koymuştur. Ayrımlaşma, bireylerin partneleri ile aralarındaki duygusal bağımlılığın derecesini ifade eder (Gladding, 2011). Buna göre, çiftlerden her ikisi de birbirinden ilişkiye yönelik yüksek beklentiler içine girip ve bu beklentilere cevap veriyor olabilirler.

Araştırma sonucuna getirilebilecek bir başka yorum da şu olabilir. Çiftler, karşılıklı yüksek beklenti içine girerek, ilişkide hep daha iyiyi hedeflerler. Bunlar daha çok anlaşılacak, daha çok paylaşım içinde olmak, bir arada daha fazla zaman geçirmek olabilir. Böylelikle ilişkiye daha çok yatırım yapıp daha fazla doyum elde edebilirler. Yani ilişkilerle ilgili beklentiler bir zaman sonra bu beklentilerin gerçekleşmesini sağlayabilir.

Aşırı beklentileri açıklarken, araştırmaya konu olan grubu da dikkate almak gerekir. Araştırma grubunu oluşturan bireyler yaş aralığı itibariyle çoğunlukla flört dönemindedir ve bu dönem romantik ilişkilerin tutkulu olarak yaşandığı dönemdir. Hatfield'a göre tutkulu aşk, derin bir psikolojik uyarılma, yoğun bir duygusal durumdur (Akt.Tüfekçi, 2008). Bu anlamda çiftlerin karşılıklı bir bütün olma isteği ve bununla ilgili aşırı beklentileri anlaşılabilir.

İlişki İstikrarı Ölçeği'nin İlişki Doyumu alt boyutunun üçüncü sıradaki yordayıcısı ise "Cinsiyet Farklılıkları" dır. Beklendik şekilde, bu alt boyuttan alınan puanlar yükseldikçe ilişki doyumunu azalmaktadır. Cinsiyetler arası farklılıklara ilişkin inançların ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediği farklı araştırmalarla da ortaya koyulmuştur (Sullivan ve Schwebel,1995; Stackert ve Bursik, 2003; Sarı,2008).

Cinsiyet farklılıkları ile kastedilen "Kadın ve erkek, karşı cinsi hiçbir zaman anlayamayacaktır", "Kadın ve erkek arasındaki biyolojik farklılıklar çiftler arasındaki sorunların temel sebebidir", " Çiftler arasındaki en önemli sorunlardan biri kadın ve erkeğin farklı duygusal ihtiyaçlara sahip olmalarıdır" şeklinde ifade edilen akılcı olmayan inançlardır. Temelde insanlar arasındaki cinsiyet ayrımına yol açan biyolojik faktörlerden ayrı olarak kadın ve erkeğe ait olduğu düşünülen bir takım özellikler vardır. Bunlar "kadınlar, erkeklerden daha duygusal, kırılgan özellikte bireylerdir ve erkeklerin ağlamaları dahi yadırganacak bir durumdur; erkekler, kadınlara oranla duyguları anlama ve ifade etmede başarısızdır; erkek, biyolojik olarak kadına üstündür

ve erkeğin dışarıda, toplumsal sorumluklar alması, kadının ise içerde, eve ait sorumluluklar alması gerekir” gibi düşünceler etrafında şekillenir ve bu özellikler biyolojik cinsiyetten bağımsız toplumun kadın ve erkeğe yüklediği anlamlardan ileri gelir.

Literatürde kadın ve erkekler arasındaki bu farklılık algısının toplum tarafından oluşturulması “toplumsal cinsiyet” kavramı ile açıklanır. Toplumsal cinsiyet, biyolojik cinsiyetten farklı olarak, kadınla erkeğin sosyal ve kültürel açıdan tanımlanmasını, toplumların bu iki cinsi birbirinden ayırt etme biçimini, onlara verdiği toplumsal rolleri anlatmak için kullanılan bir kavramdır (Ecevit, 2011). İfadeden de anlaşıldığı üzere, romantik ilişkilerde çatışmaya sebep olan cinsler arası farklılık algısı, toplumsal bir olgudur. Toplum, bireylere farklı nitelermeler, roller ve davranış kalıpları yüklemekte ve bu da bireylerin inançlarını şekillendirmektedir. Erkeklerle kadınların duygusal ve biyolojik olarak farklı oldukları inancı, çiftlerin iletişimlerini olumsuz yönde etkileyebilir ve romantik ilişkilerinde problem yaşamalarına neden olabilir. Bireyler, birlikte oldukları kişi tarafından tam olarak anlaşılacaklarını düşündüklerinden kendilerini yeteri kadar açamayabilirler. Kendilerine çok fazla benzemediğini düşündükleri ve kendilerini anlamayan partnerleri ile daha az yakınlık kurabilir, ilişkiye daha az yatırım yapabilirler. Sonuç olarak, bireylerin cinsiyet farklılıkları inancı, tüm bu sebeplerden dolayı onların ilişki doyumunu düşürmüş olabilir.

Araştırma sonucunda, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin “Zihin Okuma”, “Sosyal Zaman Kullanımı” ve “Fiziksel Yakınlık” alt boyutlarının İlişki İstikrarı Ölçeği “İlişki Doyumu” boyutunun anlamlı yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Yani bu alt boyutların ilişki doyumuna katkısı anlamlı bulunmamıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgu, Sarı'nın (2008) araştırma sonuçları ile benzerdir. Sarı'nın (2008) çalışmasında da RAİNÖ'nin bu üç boyutu, ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamamıştır. Stackert ve Bursik (2003) de araştırma sonucu ile tutarlı olarak “Zihin Okuma Beklentisi” olarak tanımladıkları romantik ilişki inancı ile ve doyum arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Sullivan ve Schwebel'in (1995) yaptıkları çalışmada ise “Zihin Okuma Beklentisi” nin bireylerin ilişki doyumunu düşürdüğü bulunmuştur.

5.3. Evlilik Öncesi İlişki Algısı İle İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilere Yönelik Yorumlar

Bireylerin romantik ilişkilerden elde ettikleri doyumun yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan analizler sonucunda Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nin "Dini Değerler", "İletişim", "Arkadaş İlişkileri" ve "Aile İlişkileri" alt boyutlarının ilişki doyumunu anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Bu alt boyutlardan alınan puanlar yükseldikçe ilişki doyumuna da artmaktadır. EÖİDÖ ile, bireylerin ilişkilerin farklı alanlarına yönelik algıları belirlenmekte ve bu alanlardan alınan yüksek puan romantik ilişkiye yönelik memnuniyeti ifade etmektedir. Ölçek, ölçtüğü boyutla ilgili ilişkide bir problem yaşanıp yaşanmadığını da ortaya koymaktadır. Buna göre ilişkiye yönelik algı, ilişkide genel olarak bir problem yaşanmadığı yönünde ise, ilişkiden elde edilen doyum da artmaktadır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, beklenen bulgulardır. Bireylerin romantik ilişkileri ile ilgili değerlendirmeleri ne kadar olumlu ise ilişkiden elde ettikleri doyum da o derece yüksek olacaktır. Bu bulgu, literatür ile de paralellik göstermektedir. Kalkan ve Kaya (2007) tarafından geliştirilen Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği ile İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (Tutarel-Kışlak, 2002) arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İlişkilerde Mutluluk Ölçeği, evlilik öncesi yakın ilişkileri genel olarak değerlendirmeyi ve ilişkilerdeki mutluluk düzeyini belirlemeyi amaçlamaktadır. İlişkilerde Mutluluk Ölçeği; ilişkideki sevgi, mutluluk, genel doyum, istikrar, sorunların ciddiyeti ve bağlılık düzeyi gibi alanlara yönelik algıları ölçmektedir. İki ölçek arasındaki ilişkinin anlamlılığından yola çıkarak Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nden alınan yüksek puanların ilişki doyumunu arttırdığı söylenebilir. Hendrick'in (1988) İlişki Değerlendirme Ölçeği ise, romantik ilişkilerinin bireylerin ihtiyaçlarını ve beklentilerini ne derece karşıladığını, ilişkideki memnuniyet düzeyini, ilişkideki problem sıklığını ölçmektedir. Buna göre, bireylerin ilişkilerle ilgili değerlendirmelerinin olumlu olması, onların ilişki doyumunu arttıracaktır. Theiss, Estlein ve Weber'in (2013) çalışmasında bireylerin romantik ilişkileri ile ilgili belirsizlik yaşadıkları durumları, çatışma alanlarını değerlendirmeleri istenmiş ve değerlendirmenin ilişki doyumuna üzerinde etkisi araştırılmıştır. Sonuçta ilişkiye yönelik belirsizlik ve çiftler arasındaki çatışma arttıkça ilişki doyumunun düştüğü gözlenmiştir.

Bireylerin hem mevcut ilişkilerine yönelik algılarını ölçen, hem de geleceğe yönelik bir değerlendirme yapmalarını isteyen Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme,

romantik ilişkilerin arkadaş, aile, din, cinsel uyum ve iletişim gibi birden fazla alanını kapsamaktadır. Ölçekten yüksek puan alan bireyler, ilişkilerinin bu alanlarına ait olumlu düşüncelere sahip bireylerdir. Bireylerin sahip oldukları bu düşünce yapıları, onların partnerleri ile yakın ve sıcak ilişkiler geliştirmesine katkı sağlıyor olabilir. Yani doyum verici ilişkileri ortaya çıkaran belki de insanların bu alana ilişkin beklentileridir. Bireyler mutlu olmayı arzuladıkça, buna yönelik bir çaba harcıyor olabilirler. Sonuçta, ilişkide doyum sağlayabilmenin yolu, ilişki ile ilgili olumlu inançlara sahip olmaktan geçiyor olabilir.

Yapılan farklı araştırmalar sonucunda dini değerler ile ilgili algıların bireylerin romantik ilişkilerindeki doyum düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur (Burchinal, 1957; Ahmadi ve Hossein-abadi, 2009; Fincham, Ajayi ve Beach, 2011). Araştırma kapsamında bireylerin dini değerleri ile ilgili uyum düzeyleri ölçülmektedir. Dini konulardaki farklılaşmanın ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilemesi beklenen bir sonuçtur. Ülkemizde, batı toplumlarına kıyasla çiftlerin dini değerleri arasındaki uyumun evlilik kalitesi üzerinde daha belirleyici olduğu düşünüldüğünde, ilgili alt boyutun ilişki doyumunu yükseltmesi anlaşılabilir (Yılmazçoban, 2011).

Araştırma sonucunda elde edilen bir başka bulgu, çiftler arasındaki iletişimin ilişki doyumunu yordadığı şeklindedir. İletişim, çiftler arasındaki uzlaşımın anahtarı olarak kabul edilebilir. Ülkemizdeki boşanmaların büyük bir çoğunluğu şiddetli geçimsizlik ve iletişim eksikliğinden kaynaklanmaktadır (TÜİK, 2012). Benzer şekilde, evlilik öncesi dönemde etkili iletişim becerileri konusundaki farkındalık, sağlıklı romantik ilişkiler kurulması üzerinde etkili olacaktır. Araştırma bulgularının, yurtdışında yapılan diğer araştırma sonuçları ile tutarlı olduğu gözlenmiştir (Litzinger ve Gordon, 2007; Gabriel, Beach ve Bodenmann, 2010; Rehman ve Holtzworth-Munroe). Bu durum, ilişkilerde iletişimin öneminin evrensel bir geçerlilik koruduğunun göstergesidir.

Yine araştırma sonuçlarını destekler şekilde aile ilişkilerinin doyum üzerinde yordayıcı bir gücü, yapılan farklı araştırmalarla ortaya koyulmuştur (Chan, 2012; Twenge, Campbell ve Foster, 2003; Luckey, 1960). Evlilikler her ne kadar iki kişi ile kurulsa da, bu ilişki ağının çiftlerin aileleri ile zenginleşmesi kaçınılmazdır. Üstelik Türk toplumu gibi aile bağlarının oldukça kuvvetli olduğu geleneksel toplumlarda, aile ilişkileri ile ilgili algının ilişki doyumunu üzerinde belirleyici olabileceği söylenebilir. Çiftler, ilişkileri ve ilişkilerinin geleceği ile ilgili bir çok konuda, aileleri tarafından onaylanma ihtiyacı içindedir. Burada yaşanılacak her hangi bir sorun, ilişkinin

gidişatını, dolayısıyla ilişkideki memnuniyet düzeyini düşürebilir. Türkiye’de bireylerin aile yapılarının romantik ilişkileri üzerindeki baskın rolünü ortaya koyan bir araştırma Kocadere (1995) tarafından yapılmıştır. Araştırma sonucunda eşinin ailesi ile kendi ailesinin birbirine benzer olduğunu belirtlen katılımcıların, ilişkideki mutluluk düzeyi algısı daha yüksek bulunmuştur.

Romantik ilişkilerde, ailelerin baskın olmasının yanında buna, yakın çevre ve arkadaşlar da eklenmektedir. Özellikle yakın arkadaşlara atfedilen önem ve onların romantik ilişkiler üzerindeki müdahaleci rolü, ilişki doyumunu doğrudan etkileyen bir faktör haline gelebilmektedir. Yılmazçoban’ın (2008) araştırmasında arkadaşlık ilişkilerinin ve yakın çevrenin eş seçimi ve evliliklerde etkili olduğu vurgulanmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular da, arkadaş ilişkilerinin romantik ilişkiden elde edilen doyumunu etkilediği şeklindedir.

İlişkilerle ilgili algıları ölçen Evlilik Öncesi İlişki Değerlendirme Ölçeği, yalnızca “Cinsel Uyum” alt boyutunda doyumunu anlamlı şekilde yordamamıştır. Yurtdışında yapılan bir çok araştırmada uyumlu bir cinsel yaşantının ilişkideki doyumun önemli bir yordayısı olduğunu belirtilmiştir. Hendrick’e (1988) göre romantik ilişki doyumunu; cinsel tutumlar, aşkın ifade edilen duyguları ve sadakat önemli ölçüde etkiler. Busby, Holman ve Taniguchi (2001) de kapsamlı bir ilişki değerlendirme modeli sunmuşlardır. Buna göre romantik ilişkinin bireysel, çiftler arası, ailesel ve toplumsal boyutları incelenmiş ve bireylerin cinsel tutum ve davranışlarının ilişkiden elde edilen doyumun önemli bir belirleyicisi olduğunu ifade edilmiştir. Yine, Holman, Larson ve Harmer da (1994) cinselliğin ilişki değerlendirmede önemli bir boyut olduğunu vurgulamıştır. Buna göre, araştırma sonuçları yurtdışında yapılan çalışmalar ile paralellik göstermemiştir. Araştırmadan elde edilen sonuç, kültürel faktörlerin etkisi ile açıklanabilir. Türk kültüründe, bireylerin cinsellikle ilgili deneyimleri genellikle evlilik sonrasında kazanıldığından, evlilik öncesinde cinselliğin sorgulandığı maddeler, ilişki doyumunu anlamlı olarak yordamamış olabilir. Ülkemizdeki geleneksel toplum anlayışının etkisi ile bireylerin cinsel uyumla ilgili farkındalıkları yeterince gelişmemiş olabilir. Geleneksel toplumlarda cinsellik daha çok, evlenmek ve çocuk sahibi olmakla özdeşleştirilir. Türkiye’de flört etmek ve doğru eş aramak anlayışından çok, “sevgi” duygusunun ailenin kuruluşuyla birlikte başladığını belirten “evlilikte keramet vardır” normatif etkisi baskındır (Yılmazçoban, 2011). Araştırma grubunun da evlilik öncesi dönemde ilişki yaşayan bireylerden oluşması, elde edilen bulguları açıklayabilir. Ayrıca, evlilik öncesi dönemde cinselliğin bir tabu olarak

görülmesi, kadın ve erkek cinselliğinin mahrem bir konu olarak algılanması, bu konunun konuşulması ve tartışılmasını engelleyecektir. Bu sebeple, uygulayıcılar cinsellikle ilgili maddeleri cevaplarken zorlanmış olabilirler.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonuçlarının genel bir değerlendirmesi yapılmış ve bu değerlendirmeler sonucunda hem uygulamaya hem de ileride bu alana yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmanın amacı, cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısı gibi değişkenlerin ilişki doyumunu yordamadaki katkılarının incelenmesidir.

Yapılan analizler sonucunda, cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ilişki durumu, ve ilişki süresi gibi sosyo-demografik değişkenlerden yalnızca ilişki durumunun doyumun anlamlı yordayıcısı olduğu görülmüştür. Cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve ilişki süresi ise doyumun anlamlı olarak yordamamıştır. Ayrıca, ilişki durumu ile ilişki doyumun arasında, olumsuz yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda, flört dönemimdeki bireylerin ilişki doyumun puan ortalamaları sözlü ve nişanlı bireylere oranla daha düşük bulunmuştur.

Araştırma sonucunda, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin (RAINÖ) "Aşırı Beklentiler", "Farklı Düşünmek" ve "Cinsiyet Farklılıkları" alt boyutları doyumun anlamlı yordayıcısı olarak bulunmuştur. RAINÖ'de ilişki doyumunun en önemli yordayıcısı, "Farklı Düşünmek" alt boyutudur. Farklı Düşünmek alt boyutu ile İlişki İstikrarı Ölçeği'nin (İİÖ) İlişki Doyumu alt boyutu arasında olumsuz yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlenmiştir. İkinci sıradaki önemli yordayıcı, "Aşırı Beklentiler" alt boyutudur. Aşırı Beklentiler alt boyutu ile ilişki doyumun arasında olumlu yönde, düşük bir ilişki bulunmuştur. İlişki doyumun üçüncü sırada "Cinsiyet Farklılıkları" alt boyutu yordamıştır. Cinsiyet Farklılıkları alt boyutu ile doyum arasında olumsuz yönde düşük bir ilişki bulunmuştur. RAINÖ'nün anlamlı olmayan yordayıcıları ise, "Sosyal Zaman Kullanımı", "Zihin Okuma" ve "Fiziksel Yakınlık" alt boyutlarıdır.

İlişki doyumunun anlamlı yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan analizler sonucunda Evlilik Öncesi İlişkiler Değerlendirme Ölçeği'nin (EÖİDÖ) "Dini Değerler", "İletişim", "Arkadaş İlişkileri" ve "Aile İlişkileri" alt boyutlarının doyumu anlamlı yordayıcısı olduğu görülmüştür. EÖİDÖ'nin doyumu birinci sırada yordayan alt boyutu, "Arkadaş İlişkileri" dir. İlişki doyumunu ikinci sırada "İletişim", üçüncü sırada "Aile İlişkileri" ve son sırada "Dini Değerler" anlamlı olarak yordamaktadır. Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeği'nin Dini Değerler alt boyutu hariç tüm alt boyutları ile doyumu arasında olumlu yönde, orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

6.2. Öneriler

Aşağıda araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda, bu konuya ilişkin yapılacak araştırmalara ve uygulamalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

6.2.1. Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırmada, ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların ve ilişki algısının doyumu üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Yapılacak farklı araştırmalarla, doyumu yordayabileceği düşünülen duygusal bağlılık, cinsiyet rolleri, gelecek beklentileri, cinselliğe ilişkin tutumlar, empatik beceri, ilişki farkındalık düzeyi ve geleneksel inanışlar gibi değişkenlerle ilişki doyumu arasındaki ilişkiler araştırılabilir.
2. Akılcı olmayan ilişki inançları ve ilişki algısının ilişki doyumu üzerindeki etkileri üniversite öğrencileri dışında, flört, söz, nişan gibi romantik ilişkilerin farklı aşamalarında olan gruplar üzerinde araştırılabilir.
3. Araştırma Türk kültüründe gerçekleştirilmiştir ve bazı sonuçlar yurtdışında yapılan araştırmalarla paralellik göstermemiştir. Kültürler arası farklılıkları araştırmak üzere yeni araştırmalar yapılabilir.

6.2.2. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Araştırma sonucunda ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların ilişkiden elde edilen doyumu etkilediği görülmüştür. Bireylerin sahip oldukları bu

akılcı olmayan inançları değiştirmeye yönelik evlilik öncesinde Akılcı Duygusal Davranışçı temelli eğitim programları geliştirilebilir.

2. Bireylerin romantik ilişkilerine yönelik algılarının onların ilişkilerinden elde ettikleri doyumu yordadığı görülmüştür. Bu nedenle bireylerin ilişkilerindeki güçlü ve zayıf yönleri değerlendirmelerine yardım edilerek, onların evlilik öncesi ilişkilerinde karşılaştıkları mevcut sorunlarla baş etmelerine yönelik ilişki geliştirme programları geliştirilebilir.
3. Evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme yolu ile bireylerin evlilik yaşantısında karşılaşılabilecekleri olası sorunlar belirlenebilir. Böylelikle, doyum verici evlilik yaşantısının sağlanabilmesi amacıyla ilişkideki farklı problem alanlarına dönük önleyici danışmanlık hizmetleri sunulabilir.
4. İlişki durumu değişkeni doyumun önemli bir yordayıcısı çıkmıştır. Flört dönemindeki bireylerin ilişki doyumları sözlü ve nişanlar bireylere oranla daha düşüktür. Bu nedenle ilişkinin farklı gelişim dönemleriyle ilgili bireylerin ilişkilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar yapılabilir.
5. Araştırma, üniversite öğrenciler üzerinde geliştirilmiştir ve öğrencilerin ilişkilerine yönelik algılarının ve akılcı olmayan inançların doyum düzeylerini düşürdüğü görülmüştür. Bu nedenle, üniversite psikolojik danışma birimlerinde öğrencilerin romantik ilişkilerdeki problemlerle baş etmek üzere danışmanlık hizmetleri sunulabilir. Bu psikolojik destek, çiftlerden her ikisinin de katılımıyla daha etkili hale getirilebilir.

KAYNAKÇA

- Ahmadi, K., & Hossein-abadi, F.H.(2009). Religiosity, marital satisfaction and child rearing. *Pastoral Psychology*, 57, 211–221.
- Bacanlı, H.(2005). *Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Bahadır, Ş.(2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumu düzeltme arasındaki ilişki*.Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Barnes, S., Brown, K., Krusemark, E., Campbell, W.K., & Rogge, R. (2007).The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stres. *Journal of Marital and Family Therapy* ,33(4), 482–500.
- Beck, J. S.(2001). *Bilişsel terapi temel ilkeler ve ötesi* (N. H. Şahin, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Buckner, L.P., & Salts, C.J. (1985).A premarital assessment program.*Family Relations*, 34, 513-520.
- Beştav, G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Buehler, C. J., & Wells B. L. (1981). Counseling the romantic. *Family Relations*.30(3).452-458.
- Buğa, D. (2009). *Yakın ilişkilerde istikrar: bağlanma stilleri ve cinsiyet rolleri açısından bir karşılaştırma*.Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Burchinal, L.G.(1957).Marital satisfaction and religious behavior. *American Sociological Review*, 22 (3), 306-310.
- Burgess, P. (1990).Toward resolution of conceptual issues in the assessment of belief systems in the rational-emotive therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 4,171-184.
- Burisch, M. (1984).Approaches to personality inventory consruction. *American Psychologist*, 39, 214-227.
- Busby, D.M., Holman, T.B., & Taniguchi, N.(2001). RELATE: Relationship evaluation of the individual, family, cultural, and couple contexts. *Family Relations*, 50, 308-316.

- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Büyükşahin, A. (2004). Türkiye’de uyarlama çalışmaları yapılmış ya da Türk kültüründe geliştirilmiş ikili ilişkiler kapsamındaki ölçeklerin kısa tanıtımı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19, 129-143.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Büyükşahin, A., Hasta, D. ve Hovardaoğlu, S. (2005). İlişki istikrarı ölçeği (İİÖ): geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 25-35.
- Bradbury, T. N., ve Fincham, F. D. (1993). Assessing dysfunctional cognition in marriage. *Psychological Assessment*, 5, 92-101.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, February, 117-124.
- Can, A. (2013). *SPPS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Chapman, G. (1997). *Beş sevgi dili* (B.Çelik , Çev.). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Chang, W. (2012). Family ties, living arrangement and marital satisfaction. *Journal of Happiness Study*, 14, 215-233.
- Christian, J.L., O’Leary K. L., & Vivian, D. (1994). Depressive symptomology in marital discordant women and men: the role of individual and relationship variables. *Journal of Family Psychology*, 8, 32-42.
- Clark, L. (2010). *SOS duygulara yardım: bulantı, öfke ve depresyonun yönetilmesi* (G. Yazgan, Çev.). İstanbul: Evrim Yayınları.
- Collard, J., & O’Kelly, M. (2011). Rational emotive behaviour therapy: a positive perspective. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive Behavior Therapy*, 29(4), 248-256.
- Collins, W., A. (2003). More and myth: the developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Collins, W. A., Welsh, D., P., & Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationship. *Annual Reviews of Psychology*, 60, 631-652.
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A. & Pepler, D. (2004). Mixed-gender groups, dating and romantic relationships in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 14 (2), 185-207.

- Connolly, J.A., & Goldberg, A. (1999). Romantic relationships in adolescence: the role of friends and peer in their emergence and development. In W. Furman, B. Curun, F. (2001). *The effects of sexism and sex role orientation on relationship satisfaction*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- B. Brown & C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 266-290). New York: Cambridge University Press.
- Corey, G. (2005). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Corsini, R. J., & Wedding, D. (2012). *Modern psikoterapiler* (S. Darcan-Çiftçi, E. Güzelyazıcı ve M. Türkoğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Craighead, L., W., Craighead, W., E., Kazdin, A., E., & Mahoney, M., J. (1994). *Cognitive and behavioral interventions: an empirical approach to mental health problems*. Needham Heights, Massachusetts: A Division of Paramount Publishing.
- Cramer, D. (2004). Satisfaction with a romantic relationship, depression, support and conflict. *Psychology and Psychotherapy*, 77, 449-461.
- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 523-543.
- Curun, F. (2006). *Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çırakoğlu, O.C. (2006). *The role of locus of control and critical thinking in handling dissatisfactions in romantic relationship of university students*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
- Çırakoğlu, O.C. ve Tezer, E. (2010). Kontrol odağı ve eleştirel düşünmenin üniversite öğrencilerinin ilişki doyumsuzluklarına verdikleri tepkiler üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*. 13(26), 29-41.
- David, A., Ghinea C., Macavei B., & Kallay E. (2005). A search for "hot" cognitions in a clinical and a non-clinical context: appraisal, attributions, core relational themes, irrational beliefs, and their relations to emotion. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 5(1), 1-42.

- Davis, M. H., & Oathout, H.A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, (53)2, 397-410.
- DeBord, J., Romans, J. S. C., & Krieshok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship-specific beliefs. *Journal of Psychology*, 130, 263-280.
- Doğan, S. (1995). Akılcı-duygusal terapi: kuramsal bir inceleme. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(6), 29-36.
- Dryden, W. (2003). The cream cake made me eat it': an introduction to the ABC theory of REBT. In W. Dryden (Eds.), *Rational emotive behaviour therapy: theoretical developments* (pp. 1-21). New York, NY : Brunner- Routledge.
- Dryden, W. (2013). On rational beliefs in rational emotive behavior therapy: a theoretical perspective. *Journal of Rational - Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 31, 39-48
- Dryden, W. ve Stil, A. (1998). REBT and rationality: philosophical approaches. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 16 (2). 77-99.
- Ecevit, Y. (2011). *Toplumsal cinsiyet sosyolojisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationships maladjustment: development of a measure of dysfunctional relationships beliefs. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Ellis (1958). Rational psychotrathy. *The Journal of General Psychology*, 59, 35-49.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: The Polyglot Press.
- Ellis, A. (1986). Rational emotive therapy applied to relationships therapy. *Journal of Rational Emotive Behavior Therapy*, 4, (1), 4-21.
- Ellis, A. (1993). Reflections on rational-emotive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (2), 199-201.
- Ellis, A. (1999a). Why rational-emotive therapy to rational emotive behaviour therapy. *Psychotherapy*. 36(2). 154-159.
- Ellis, A. (1999b). Rational emotive behavior therapy and cognitive behavior therapy for elderly people. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 17(1), 5-18.
- Ergin, T. (2011). *Evlilik ilişkisini geliştirmeyi amaçlayan çalışmalar*. H.Yavuzer (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (s.172-186). İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. New York: Norton.
- Feiring, C. (1996). Concepts of romance in fifteen year old adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 6, 181-200.
- Feldman, S. S., & Gowen, L. K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 691-717.
- Fincham, F.D., Ajayi, C., & Beach, S.R. (2011). Spirituality and marital satisfaction in African American couples. *Psychology of Religion*, 3(4), 259-268.
- Fletcher, G. J. O. ve Kininmonth, L. (1992). Measuring relationship beliefs: A individual differences measure. *Journal of Research in Personality*, 26, 371-397.
- Foster, F.L. (2007). *Premarital preparation and marital satisfaction: what Utah individuals are doing to prepare for marriage and how premarital preparation can enhance marital satisfaction*. Unpublished master's thesis, Utah State University, ABD.
- Fowers, B.J. (1991). His and her marriage: a multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles*, 24(3/4), 209-221.
- Friedman, M.A., & Whisman, M.A. (1998). Interpersonal problem behaviors associated with dysfunctional attitudes. *Cognitive Therapy & Research*, 98(22), 149- 160.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11, 117-180.
- Gabriel, B., Beach, S.R., & Bodenmann, G. (2010). Depression, marital satisfaction and communication in couples: investigating gender differences. *Behavior Therapy*, 41, 306-316.
- Gazioğlu-İşmen, E. (2011). Aile Yaşam Döngüsü. H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (s.29-47). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geiss, S.K., & O'Leary, K.D. (1981). Therapist ratings of frequency and severity of marital problems: Implications for research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7, 515-520.
- Gladding, S. T. (2012). *Aile Terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları* (İ. Keklik ve İ. Yıldırım, Çev). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Goodwin, R., & Gaines, S. O. (2004). Relationships beliefs and relationship quality across cultures: Country as a moderator of dysfunctional beliefs and relationship

- quality in three former communist societies. *Personal Relationships*, 11, 267–279.
- Günay, S. (2007). *Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Günayer-Şenel, H. (2011). Eş seçimi kararı. H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (s.61-74). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33, (4), 313- 328.
- Hamamcı, Z. ve Büyüköztürk, Ş. (2003). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ölçeği: ölçeğin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (25), 107-111.
- Hamamcı, Z. ve Esen-Çoban, A. (2010). Dysfunctional relationship beliefs of lateadolescence in adjustment to university. *Procedia Social and BehavioralSciences*, 2, 300–304.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 30 (4),647-650.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.
- Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1150-1159.
- Hendrick, S.,S.(1988).A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50, 93-98.
- Hendrick, S.,S.; Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The relationship assessment scale. *Journal of Social and Personal Relationships*,15(1),137-142.
- Heppner, P. P.,& Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problemsolving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29, 66-75.
- Holman,T.B., Larson, J.H. ve Harmer, S.L. (1994).The development and predictive validity of a new premarital assessment instrument: the preparation for marriage questionnaire. *Family Relations*, 43(1), 46-52.
- Honeycutt, J.,& Cantrill, J. (2001). *Cognition, communication and romantic relationships*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

[http:// www.tuik.gov.tr](http://www.tuik.gov.tr)

- Jones, R.G. (1968). *A factored measured of Ellis' irrational belief system with personality and maladjustment correlates*. Unpublished doctoral dissertation, Texas Technical College, ABD.
- Kalkan, M. (2006). İlişkilerde inanç envanterinin (İİE) geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25), 45-54.
- Kalkan, M. (2008). Ergenler için romantik ilişkilerde sorun çözme ölçeğinin (ERİSÇÖ) geliştirilmesi, geçerlik ve güvenirlği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15, 131-138.
- Kalkan, M. ve Kaya, S.N. (2007). Evlilik öncesi ilişkileri değerlendirme ölçeğinin (EÖİDÖ) geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Aile ve Toplum*, 3, 11, 35-40.
- Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik öncesi dönem ve romantik ilişkiler. M. Kalkan, ve Z. Hamamcı (Ed.), *Evlilik öncesi psikolojik danışma* içinde (s.1-9). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Karasar, N. (2000). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kaygusuz, C. (2013). Irrational beliefs and abuse in university students's romantic relations. *Eurasian Journal of Educational Research*, 51, 141-156.
- Kendall, P.C., Haaga, D.A.F, Ellis, A., Bernard, M., Digiuseppe, R., & Kossinove, H. (1995). Rational-emotive therapy in the 1990s and beyond: current and status, recent revisions. *Research Questions. Clinical Psychology Review*, 15 (3), 169–185.
- Knox, D. H. (1970). Conceptions of love at three developmental level. *The Family Coordinator*, 19 (2), 151-157.
- Knox, D. H., & Sporkowski, M. J. (1968). Attitudes of college students toward love. *Journal of Marriage and The Family*, 30 (4), 638-642.
- Kocadere, M. (1995). *İyi ve kötü evliliklerin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.

- Larson, J. H., Newell, K., Topham, G., & Nichols, S. (2002). A review of three comprehensive premarital assessment questionnaire. *Journal of Marital and Family Therapy, 28*, 233-239.
- Litzinger, S., & Gordon, K.C. (2007). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy, 31*, 409-424.
- Locke, H. J., & Karl M. Wallace. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: their reliability and validity. *Marriage and Family Living, 21*, 251-255.
- Long, E.C.J., Cate, R.M., Fehsenfeld, D.A., & Williams, K.M. (1996). A longitudinal assessment of a measure of premarital sexual conflict. *Family Relations, 45*, 302-308.
- Luckey, E.B. (1960). Marital satisfaction and parent concepts. *Journal of Consulting Psychology, 24*(3), 195-204.
- Markman, H.J., & Halford, W.K. (2005). International perspectives on couple relationship education. *Family Process, 44*(2), 139-146.
- Martin, P.D., Martin, M., & Martin, D. (2001). Adolescent premarital sexual activity, cohabitation, and attitudes toward marriage. *Adolescence, 36*, 143, 601-609.
- McGinn, L.K. (1997). Interview: Albert Ellis on rational emotive behavioral therapy. *American Journal of Psychotherapy, 51* (3), 309-312.
- McMullin, R.E. (2000). *The new handbook of cognitive therapy techniques*. New York: W.W. Norton & Company.
- Metts, S., & Cupach, W.R. (1990). The influence of relationship beliefs and problemsolving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research, 17*(1), 170-185.
- Moller, A. T., ve Van Zyl, P. D. (1991). Relationships beliefs, interpersonal perception and marriage adjustment. *Journal of Clinical Psychology, 47*, 28-33.
- Moriarty, D. L. (2002). *Effect of disputation strategies in rational emotive behavioral therapy on threatment of depression*. Unpublished Doctoral Dissertation, Hoftra University, New York.
- Moss, B. F. ve Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations, 42* (1), 31-37.
- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: a critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family, 45*, 141-151.

- Olderbak, S and Figueredo, A.J.(2009). Predicting romantic relationship satisfaction from life history strategy. *Personality and Individual Differences*, 46 , 604–610.
- O’Sullivan, L. F.,& Jeanne Brooks-Gunn, J. (2005). The timing of changes in girls’ sexual cognitions and behaviors in early adolescence: a prospective, cohort study. *Journal of Adolescent Health*, 37 , 211–219.
- Özabacı, N.(2011).Evlilik öncesi ilişkiler. H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (s.48-60). Ankara: Remzi Kitabevi.
- Özgüven, İ.E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Raley, R. K. ve Sullivan, M. K. (2010). Social-contextual influences on adolescent romantic involvement: The constarnints of being a numerical minority. *Sociological Spectrum*, 30, 65–89.
- Rasmussen, P. R. (2005). *Personality-guided cognitive-behavioral therapy*. Washington, DC:American Psychological Association.
- Rehman,U.S.,& Holtzworth-Munroe, A. (2007). A cross-cultural examination of the relation of marital communication behavior to marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 759-763.
- Romans, J. S.,& DeBord, J. (1995). Development of the relationship beliefs questionnaire. *Psychological Reports*, 76, 1248-1251.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E., Zembrodt, I. M. ve Gunn, L. K. (1982). Exit, voice, loyalty, and neglect - responses to dissatisfaction in romantic involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 1230-1242.
- Rusbult, C., E. (1983). A longitudinal test of the investment model: the development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*,45(1),101-117.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357-391.
- Russell-Chapin, L. A., Chapin, T. J., & Sattler, L.G. (2001). The relationship of conflict resolution styles and certain marital satisfaction factors to marital distress. *The Family Journal*, 9, 259-264.

- Sabatelli, R., N. (1988). Exploring relationship satisfaction: a social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations*, 37(2), 217-222.
- Sakallı-Uğurlu, N. (2003). How do romantic relationship satisfaction, gender stereotypes and gender relate to future time orientation in romantic relationships? *The Journal of Psychology*, 137(3), 294-303.
- Sarı, T. (2008). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiler. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sharp, E.A., & Ganong, L.H. (2000). Raising awareness about marital expectations: Are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? *Family Relations*, 49(1), 71-76.
- Silliman, B., & Schumn, W.R. (2004). Adolescent perceptions of marriage and premarital couples education. *Family Relations*, 53, 513-520.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Spainer, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment: new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and The Family*, 38, 15-28.
- Sprecher, S., & Metts, S. (1989). Development of the romantic beliefs scale and examination of gender and gender orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 387-411.
- Sprecher, S., & Metts, S. (1999). Romantic beliefs: their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 834-851.
- Sprecher, S., & Toro-Morn, M. (2002). A study of men and women from different sides of earth to determine if men are from Mars and women are from Venus in their beliefs about love and romantic relationships. *Sex Roles*, 46, 131-147.
- Stackert, R.A., & Bursik, K. (2003). Why i unsatisfied? adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419- 1429.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.

- Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. *Personality and Individual Differences*, 53, 300–305.
- Sullivan, B.F., & Schwebel, A.I. (1995). Relationship belief and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *The Family Journal*, 3, (4), 298-305.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics*. USA: Allyn and Bacon.
- Theiss, J.A., Estlein, R. ve Weber, K.M. (2013). A longitudinal assessment of relationship characteristics that predict new parents' relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 20, 216–235
- Towler, A. J., & Stuhlmacher, A.F. (2013). Attachment styles, relationship satisfaction and well-being in working women. *The Journal of Social Psychology*, 153(3), 279–298.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (2002). İlişkilerde mutluluk ölçeği (İMÖ): güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Kriz Dergisi*, 10, 37-43.
- Tüfekçi, S. (2008). *Romantik ilişkilerde genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumları ve kişilik özellikleri: transaksiyonel analiz ego durumları açısından bir değerlendirme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Türkçapar, H. (2009). *Bilişsel terapi*. Ankara: Hyb Yayıncılık.
- Türküm, A. S. (2003). Akılcı olmayan inançlar ölçeğinin geliştirilmesi ve kısaltma çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 41-47.
- Twenge, J.M., Campbell, W.K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 6, 574–583.
- Uebelacker, L. A., & Whisman, M. A. (2005). Relationship beliefs, attributions and partner behaviors among depressed married women. *Cognitive Therapy and Research*, 29 (2), 143–154.
- Vaillant, C.O., ve Vaillant, G.E. (1993). Is the u-curve of marital satisfaction an illusion? A 40-year study of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 55 (1), 230–239.
- Walen, R., S. ; DiGiuseppe, R. & Dryden, W. (1992). *A practitioner's guide to rational emotive therapy*. Oxford University Press. New York.

- Wright, J.S., Basco, M.R., & Thase, M ,E. (2006). *Learning cognitive-behavior therapy: An illustrated guide*. Washington: American Psychiatric Publishing.
- Weaver, S. E. ve Ganong, L. H. (2004). The factor structure of the romantic beliefs scale for African Americans and European Americans. *Journal of Social and Personal Relationships, 21* (2), 171–185.
- Yalçın, İ. (2012).Evlilik öncesi psikolojik danışma.M. Kalkan ve Z. Hamamcı (Ed.), *Evlilik öncesi psikolojik danışma içinde* (s. 41-70). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yılmazçoban, A. (2008). *Flört ve görücü usulü evliliklerde psiko-sosyal özelliklerin etkisi. Yayınlanmamış doktora tezi*, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Yılmazçoban, A. (2011). Evlilikte çiftleri etkileyen unsurlar ve arkadaşlık ilişkileri. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi, 1*(3), 178-195.
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2002). The development of romantic relationships and adaptations in the system of peer relationships. *The Journal of Adolescent Health, 31*, 216–225.

EKLER

EK -1

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkileriyle ilgili akılcı olmayan inançları, evlilik öncesi ilişkilerini değerlendirmeleri ve ilişki doyumlarını incelemek amacıyla **yüksek lisans tezi** kapsamında yapılmaktadır. Araştırmadan elde edilecek verilerin **güvenilir** olması, size verilen soru listelerinin **samimi ve eksiksiz** bir şekilde doldurmasına bağlıdır. Cevaplarınız kesinlikle **gizli** tutulacak ve toplu olarak değerlendirilecektir. Formlar üzerine isim yazma zorunluluğunuz yoktur.

Teşekkürler.

Psk. Dan. Ayça SARAÇ

Aşağıda sizin için oluşturulan boşlukları doldurup, soruları size uygun gelen seçeneği işaretleyerek (x) cevaplayınız.

Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

Yaşınız:.....

Fakülteniz:.....

Bölümünüz:.....

Sınıfınız:.....

Şu anki romantik ilişki durumunuz için aşağıdakilerden hangisi uygundur?

Flört () Sözlü () Nişanlı ()

Romantik ilişkiniz ne kadar zamandır devam etmektedir?

.....Yıl.....Ay

EK-2
ROMANTİK İLİŞKİLERDE AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR ÖLÇEĞİ
(RAINÖ)

MADDE ÖRNEKLERİ

1. Birlikte olduğum kişi ben her istediğimde/ihtiyaç duyduğumda benim yanımda olabilmeli.
2. Birlikte olduğum kişi bensiz serbest zaman etkinliklerinde bulunmak isterse bu beni yeterince sevmediğini gösterir.
3. Birlikte olduğum kişiyi görür görmez heyecanlanmazsam bu ona karşı derin duygular beslemediğim anlamına gelir.
4. Birlikte olduğum kişi ben ona anlatmadan ne düşündüğümü ve hissettiğimi anlayabilmelidir.
5. Çiftler arasındaki en önemli sorunlardan biri kadın ve erkeğin farklı duygusal ihtiyaçlara sahip olmasıdır.
6. Olaylar hakkında aynı şekilde düşünmüyorsak bu ilişkinin yürütülmesi anlamsızdır.

EK-3
EVLİLİK ÖNCESİ İLİŞKİLERİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ
(EÖİDÖ)

MADDE ÖRNEKLERİ

1. Dini konularda baskı yapması, beni rahatsız ediyor.
2. Onun duygularını anlamakta başarılıyım.
3. Arkadaşlarımla ilişkilerime kısıtlama getiriyor.
4. Birbirimizin ailesiyle iyi ilişkiler içindeyiz.
5. Cinsel yönden onu çekici bulmuyorum.

EK-4**İLİŞKİ DOYUM ÖLÇEĞİ****MADDE ÖRNEKLERİ**

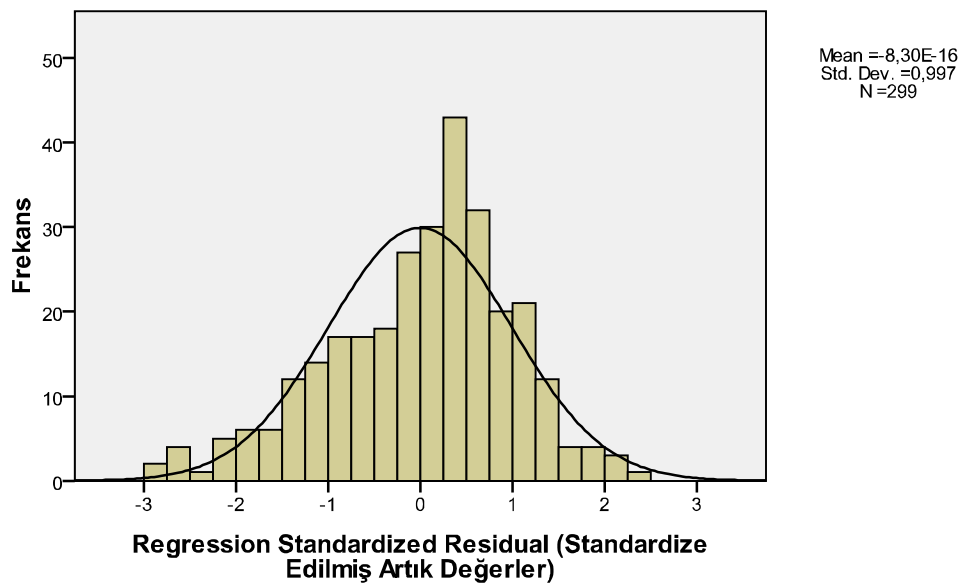
1. Birlikte olduğum kişi istikrarlı bir ilişki içinde güvende ve rahat hissetme gereksinimlerimi karşılıyor.
2. Birlikte olduğum kişi duygusal olarak bağlı hissetme, o iyi hissettiğinde kendimi iyi hissetmem gibi gereksinimlerimi karşılıyor.
3. İlişkimiz benim için doyum verici.
4. İlişkimiz beni çok mutlu ediyor.
5. İlişkim başkalarının ilişkilerinden çok daha iyi.
6. İlişkim ideal bir ilişkiye yakındır.

EK-5

Çoklu Regresyon Analizi Normallik ve Doğrusallık Grafikleri

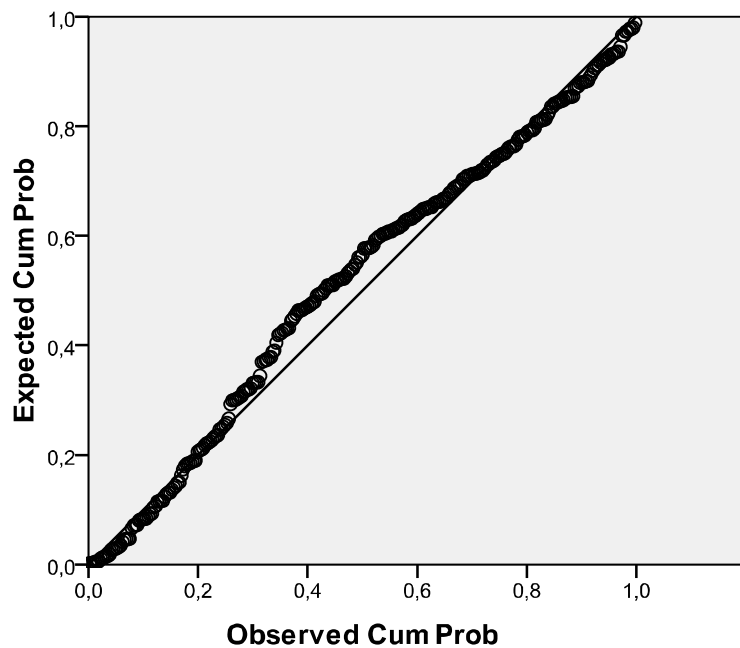
Histogram

Bağımlı Değişken: İlişki Doyumu



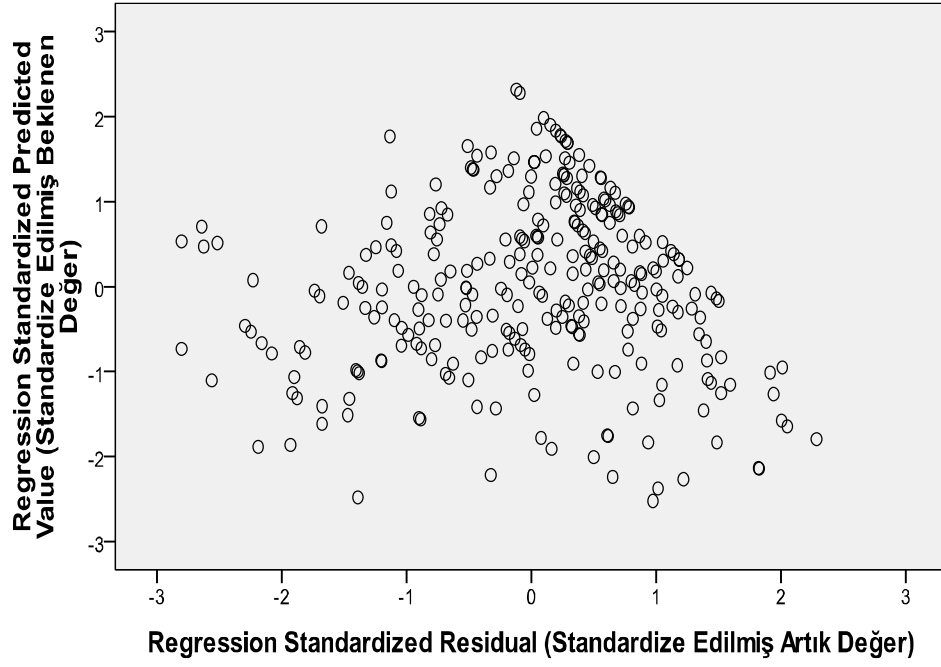
**Normal P-P Plot of Regression Standardized
Residual
(Standardize Edilmiş Artık Değerler)**

Bağımlı Değişken: İlişki Doyumu



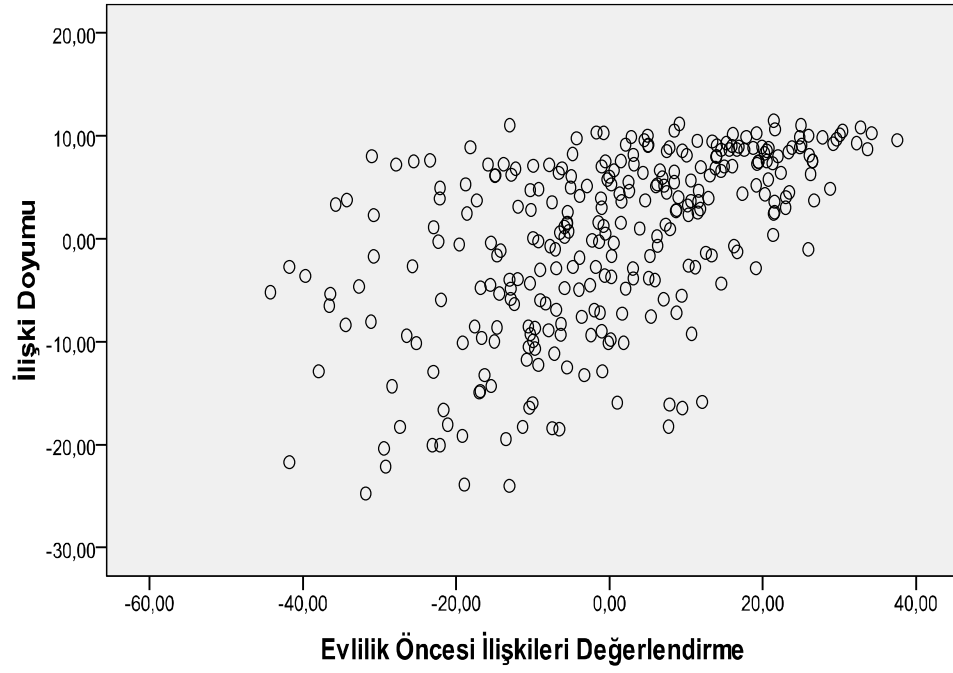
Scatterplot

Bağımlı Değişken: İlişki Doyumu



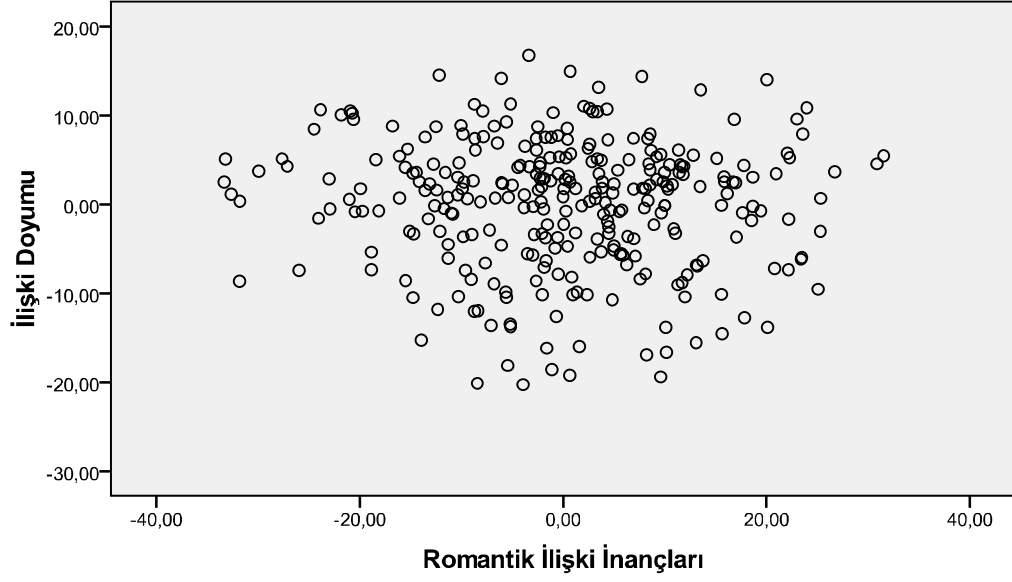
Partial Regression Plot

Bağımlı Değişken: İlişki Doyumu



Partial Regression Plot

Bağımlı Değişken: İlişki Doyumu



EK-6
ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ

RAINÖ Kullanım İzni

Kimden: Ayça Saraç- aycasarac@gmail.com

Kime: Tuğba Sarı- saritugba75@gmail.com

Tarih: 7 Ocak 2012 14:24

Konu: RAINÖ Kullanım İzni

Sayın Yrd.Doç Dr. Tuğba Sarı,

Geliştirmiş olduğunuz "Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği" ni yüksek lisans tezimde araştırma yapmak üzere kullanmak istiyorum. Ölçeğin kullanımı ile ilgili gerekli izni sizden aldıktan sonra çalışmama başlayacağım.

İyi günler diliyorum.

Ayça SARAÇ

Çukurova Üniversitesi

Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Kimden: Tuğba Sarı- saritugba75@gmail.com

Kime: Ayça Saraç -aycasarac@gmail.com

Tarih: 7 Ocak 2012 14:29

Konu: Re: RAINÖ Kullanım İzni

Merhaba,

Ölçeği kullanabilirsiniz. Çalışmalarınızda başarılar diliyorum.

Tuğba Sarı

EÖİDÖ Kullanım İzni**Kimden:** Ayça Saraç- aycasarac@gmail.com**Kime:** Melek Kalkan- mkalkan@omu.edu.tr**Tarih:**16 Ocak 2012 11:42**Konu:** Ölçek Kullanım İzni

Sayın Doç. Dr. Melek Kalkan,

Geliştirmiş olduğunuz "Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeğini" ni yüksek lisans tez sürecimde kullanmak istiyorum. Ölçeğin kullanımı ile ilgili gerekli izni sizden aldıktan sonra çalışmama başlayacağım.

İyi günler diliyorum.

Ayça SARAÇ

Çukurova Üniversitesi

Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Kimden: Melek Kalkan- mlkalkan@gmail.com**Kime:** Ayça Saraç- aycasarac@gmail.com**Tarih:** 16 Ocak 2012 16:42**Konu:** Re: Ölçek Kullanım İzni

Merhaba,

Ölçeği tezinizde kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar.

Doç. Dr. Melek KALKAN

Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü

Psikolojik Danışma ve Rehberlik ABD

İiÖ Kullanım İzni**Kimden:** Ayça Saraç- aycasarac@gmail.com**Kime:** Ayda Büyüksahin- bsahin@humanity.ankara.edu.tr**Tarih:** 16 Ocak 2012 23:27**Konu:** Ölçek Kullanım İzni

Sayın Yrd. Doç.Dr. Ayda Büyüksahin,

Uyarlama çalışmalarını yapmış olduğunuz " İlişki İstikrarı Ölçeği " ni yüksek lisans tez sürecimde kullanmak istiyorum. Ölçeğin kullanımı ile ilgili gerekli izni sizden aldıktan sonra çalışmama başlayacağım.

İyi günler.

Ayça SARAÇ

Çukurova Üniversitesi

Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Kimden: Ayda Büyüksahin- Ayda.Buyuksahin@humanity.ankara.edu.tr

Kime: Ayça Saraç- aycasarac@gmail.com

Tarih: 17 Ocak 2012 09:46

Konu: Re: Ölçek Kullanım İzni

Ekte ölçeği gönderiyorum.İyi çalışmalar

Ayda B.

EK-7

UYGULAMA İZİNİ



T.C.
MUSTAFA KEMAL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

Sayı : B.30.2.MKÜ.0.72.01.00/044/262 - 3802

24/02/2012

Konu : Araştırma İzinİ

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi: 09/02/2012 tarihli ve B.30.2.GZP.0.41.00.00/324-59 sayılı yazınız.

İlgi yazınızda adı geçen Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Ayça SARAÇ'ın "Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlarıyla Evlilik Öncesi İlişkilerini Değerlendirmeleri ve İlişki Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tez çalışması ile ilgili olarak veri oluşturmak amacıyla, Üniversitemiz öğrencilerine anket yapması Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinize arz ederim.


Prof. Dr. Hüseyin GÖZÜBENLİ
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı-Soyadı: Ayça SARAÇ
Doğum Yeri ve Tarihi: Hatay, 22.07.1987
İş Adresi: Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi
 Eğitim Bilimleri Bölümü
 Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı /ADANA
e-mail: asarac@cu.edu.tr

ÖĞRENİM DURUMU

Yüksek Lisans: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler **2010-2013**
 Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı/ADANA
Lisans: Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi **2005-2009**
 Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı /ANKARA
Lise: Selim Nevzat Şahin Anadolu Lisesi/HATAY **2000-2005**

ÇALIŞTIĞI KURUMLAR

Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi/ADANA (Araştırma Görevlisi) **2013-**
 Hatay Rehberlik ve Araştırma Merkezi (Psikolojik Danışman) **2009-2013**