

**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**BELİREN YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE ROMANTİK YALNIZLIK
ARASINDAKİ İLİŞKİDE FLÖRT KAYGISININ ARACI ROLÜ**

SEDA YONAR

**DANIŞMAN
DOÇ. DR. İLKAY DEMİR**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER PROGRAMI**

İSTANBUL-2019



**T.C
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



YÜKSEK LİSANS TEZİ

**BELİREN YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE ROMANTİK YALNIZLIK
ARASINDAKİ İLİŞKİDE FLÖRT KAYGISININ ARACI ROLÜ**

SEDA YONAR


**DANIŞMAN
DOÇ. DR. İLKAY DEMİR**


**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER PROGRAMI**


İSTANBUL-2019

Bu çalışma 12.06.2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Tezli Yüksek Lisans Programı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ


Doç. Dr. İlkey DEMİR
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi


Doç. Dr. Serhat Armağan KÖSEOĞLU
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi


Doç. Dr. Müge YUKAY YÜKSEL
Marmara Üniversitesi
Atatürk Eğitim Fakültesi

ÖNSÖZ

Romantik ilişkiler beliren yetişkinlik dönemindeki temel konulardan birisidir. Romantik yakınlığı başlatabilmek ise romantik bir ilişkinin gelişimi ve bireyin öznel iyi oluşu açısından önemli görünmektedir. Bu çalışma, özellikle romantik bir ilişkinin başlamasını engelleyen ve bunun sonucunda bireyin romantik açıdan yalnız hissetmesine neden olan sorunlara ilişkin bir bakış açısı sunulması amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın temel amacı, beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünün incelenmesidir. Çalışmanın sonuçları doğrultusunda araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

Öncelikle, tez yazım sürecinin bütün aşamalarında bilgisi, deneyimi, yapıcılığı ve farklı bakış açılarıyla bana yol gösteren; her konuda destek ve yardımlarını esirgemeyen; lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca derslerini almaktan ve tez danışmanım olmasından dolayı kendimi şanslı hissettiğim değerli hocam Doç. Dr. İlkey DEMİR'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez jürimde yer alarak hem çalışmaya önerileriyle katkı sağlayan hem de gülyüz ve motivasyonlarıyla süreci benim için kolaylaştıran değerli hocalarım Doç. Dr. Serhat Armağan KÖSEOĞLU ve Doç. Dr. Müge YUKAY YÜKSEL'e çok teşekkür ederim.

Veri toplama aşamasında, çalışmaya vakit ayırıp gönüllü katılımlarıyla çalışmaya katkıda bulunan İstanbul Üniversitesi'nin ve İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa'nın öğrencilerine ve gittiğim fakültelerde derslerinden zaman ayırıp veri toplama sürecime destek veren tüm hocalara çok teşekkür ederim.

Son olarak, beni yetiştiren, varlığıyla ve sonsuz sevgisiyle bana her zaman güç veren, daima yanımda olan kıymetli annem Emine YONAR'a; her zaman en büyük motivasyon kaynağım olan babam Recai YONAR'a, en kıymetlim ablam Serap Besime YONAR'a ve heyecanımı paylaşan, destekleriyle her zaman yanımda olan tüm arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Seda YONAR

ÖZET

BELİREN YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE ROMANTİK YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE FLÖRT KAYGISININ ARACI ROLÜ

Bu çalışmanın temel amacı beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünün incelenmesidir. Çalışmada veriler İstanbul Üniversitesi'nin ve İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa'nın çeşitli fakültelerinde lisans düzeyinde öğrenimine devam eden ve uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 455 beliren yetişkinin katılımıyla toplanmıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği-Kısa Form, Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu ve Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmanın temel amacı doğrultusunda, öncelikle beliren yetişkinlerin yaşlarının, cinsiyetlerinin ve beliren yetişkinlerin kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, flört kaygısı değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığı çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi işlemi yapılarak incelenmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre; romantik yalnızlık yaşla olumsuz; kaçınma, iletişim ve beğenilmeme kaygısı ile ise olumlu yönde ilişkilidir. Çalışmanın ikinci aşamasında ise flört kaygısının bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkideki aracı rolü incelemek amacıyla oluşturulan yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Bu modele göre, kaygılı bağlanma boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığıyla tamamen doğrulandığı ve kaçınan bağlanma boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının kısmen aracılık ettiği ortaya konmuştur. Çalışma sonuçları diğer çalışma sonuçları kapsamında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beliren yetişkinlik, bağlanma, flört kaygısı, romantik yalnızlık.

ABSTRACT

THE MEDIATING ROLE OF DATING ANXIETY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT AND ROMANTIC LONELINESS AMONG EMERGING ADULTS

The purpose of this study was to analyze the mediating role of dating anxiety in the relationship between attachment and romantic loneliness among emerging adults. Participants were 455 emerging adults attending several faculties in Istanbul University and Istanbul University-Cerrahpasa. Socio-demographic Information Form, The Experiences in Close Relationship Scale-Short Form, The Dating Anxiety-Adolescent Form and Social and Emotional Loneliness Scale were used to collect the data. In the first phase of the study; ages, genders, attachment dimensions and dating anxiety scores were regressed on romantic loneliness via hierarchical regression analysis. Results of the analysis revealed a negative association of age with romantic loneliness and a positive association of attachment avoidance, communication anxiety and fear of negative evaluation with romantic loneliness. In the second phase of the study, a structural equation model was tested to explore the mediating role of dating anxiety in the relationship between attachment and romantic loneliness. The results of the structural equation model demonstrated that dating anxiety fully mediated the relationship between attachment anxiety and romantic loneliness and partially mediated the relationship between attachment avoidance and romantic loneliness.

Key Words: Emerging adulthood, attachment, dating anxiety, romantic loneliness.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	İV
ÖZET.....	İV
ABSTRACT	V
İÇİNDEKİLER	VI
TABLolar LİSTESİ.....	İX
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	X
BÖLÜM I: GİRİŞ	1
1.1. PROBLEM DURUMU	1
1.2. AMAÇ	11
1.3. ÖNEM	11
1.4. SAYILTILAR (VARSAYIMLAR).....	12
1.5. SINIRLILIKLAR.....	13
1.6. TANIMLAR	13
BÖLÜM II : KAVRAMSAL ÇERÇEVE / ALANYAZIN VE İLGİLİ	
ARAŞTIRMALAR.....	15
2.1. BELİREN YETİŞKİNLİK.....	15
2.1.1. Beliren Yetişkinlik Döneminde Romantik İlişkiler	17
2.2. BAĞLANMA KURAMI.....	18
2.2.1. Bağlanma Sistemi	19
2.2.2. İçsel Çalışan Modeller	22
2.2.3. Yabancı Ortam Çalışmaları.....	23
2.2.4. Çocukluk Döneminde Bağlanma	26
2.2.5. Ergenlik Döneminde Bağlanma	27
2.2.6. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma	28
2.3. FLÖRT KAYGISI.....	33
2.3.1. Kavramsal Olarak Flört ve Flörtün İşlevleri	33
2.3.2. Flört Aşamaları.....	35
2.3.3. Flört Kaygısı	36

2.3.4. Flört Kaygısı ile Sosyal Kaygı ve Arasındaki Fark	38
2.4. YALNIZLIK.....	39
2.4.1. Yalnızlık Kavramı.....	39
2.4.2. Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	41
2.4.2.1. Etkileşimsel Yaklaşım.....	41
2.4.2.2. Psikodinamik Yaklaşım	42
2.4.2.3. Rogers'ın Fenomenolojik Yaklaşım	43
2.4.2.4. Varoluşçu Yaklaşım	43
2.4.2.5. Bilişsel Yaklaşım	44
2.4.2.6. Sosyo-kültürel Yaklaşım.....	45
2.4.3. Yalnızlığın Türleri.....	45
2.4.4. Beliren Yetişkinlik Döneminde Yalnızlık.....	47
2.5. BAĞLANMA VE YALNIZLIK	49
2.6. BAĞLANMA VE FLÖRT KAYGISI	50
2.7. FLÖRT KAYGISI VE YALNIZLIK	51
BÖLÜM III: YÖNTEM.....	53
3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	53
3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM/ÇALIŞMA GRUBU	53
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	54
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	54
3.3.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Formu (YİYÖ-KF).....	54
3.3.3. Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu	55
3.3.4. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S).....	57
3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ.....	58
BÖLÜM IV: BULGULAR	61
4.1. ÇOK YÖNLÜ HİYERARŞİK REGRESYON ANALİZİ İŞLEMİNE	
YÖNELİK BULGULAR.....	61
4.2. BELİREN YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE ROMANTİK	
YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE FLÖRT KAYGISININ ARACI	
ROLÜNÜN İNCELENMESİ	65
4.2.1. Ölçme ve Yapısal Model Analizleri.....	65
4.2.1.1. Tüm Grup Ölçme Modeli Testi.....	67

4.2.1.2. Tüm Grup YEM Testi	71
BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	76
5.1. TARTIŞMA	76
5.1.1. “Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde beliren yetişkinlerde romantik yalnızlığın yordanmasında bağlanma boyutları ve flört kaygısı boyutlarının görece katkısı nedir?” Araştırma Sorusuna Ait Bulguların Tartışılması.....	76
5.1.2. “Beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolü bulunmakta mıdır?” Araştırma Sorusuna Ait Bulguların Tartışılması	83
5.2. SONUÇ.....	87
5.3. ÖNERİLER	88
5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	88
5.3.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler.....	90
KAYNAKLAR	93
EKLER.....	116
ÖZGEÇMİŞ.....	126

TABLolar LİSTESİ

Tablo 2-1:	Yabancı Ortam Çalışmaları.....	25
Tablo 2-2:	Bağlanma Aktarım Süreci Modeli.....	29
Tablo 2-3:	Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....	45
Tablo 3-1:	Regresyon Analizine Dahil Edilen Temel Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler.....	59
Tablo 3-2:	Yapısal Eşitlik Modeline Dahil Edilen Temel Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler.....	60
Tablo 4-1:	Değişkenler Arasındaki İlişkiler İçin Hesaplanan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayıları.....	62
Tablo 4-2:	Romantik Yalnızlık Puanları İçin Demografik Değişkenlerin, Bağlanma Boyutlarının ve Flört Kaygısı Envanterinin Boyutlarına Göre Hesaplanan Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	64
Tablo 4-3:	Gözlenen Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	66
Tablo 4-4:	Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	67
Tablo 4-5:	Tüm Grup Ölçme Modelinin λ , t ve R^2 Değerleri.....	68
Tablo 4-6:	Tüm Grup Ölçme Modeli Uyum İyiliği İstatistikleri.....	68
Tablo 4-7:	Düzeltilme Sonrası Tüm Grup Ölçme Modelinin λ , t ve R^2 Değerleri.....	70
Tablo 4-8:	Düzeltilme Sonrası Tüm Grup Ölçme Modeli Uyum İyiliği İstatistikleri.....	70
Tablo 4-9:	Düzeltilme Sonrası Tüm Grup Ölçme Modelinin λ , t ve R^2 Değerleri.....	72
Tablo 4-10:	YEM Uyum İyiliği İstatistikleri.....	72
Tablo 4-11:	Yapısal İlişkiler.....	74

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2-1:	Bağlanma Sisteminin Temel Bileşenleri.....	21
Şekil 2-2:	Dörtlü Bağlanma Modeli.....	31
Şekil 3-1:	Test Edilen Yapısal Eşitlik Modeli.....	59
Şekil 4-1:	Yapısal Model.....	71
Şekil 4-2:	Aracılık İlişkisini Test Eden Model.....	75

BÖLÜM I: GİRİŞ

1.1. PROBLEM DURUMU

Son yıllarda özellikle Batı toplumlarındaki değişikliklere paralel olarak yetişkinlik rollerinin ertelenmesi sonucu ortaya çıkan ergenlik ve genç yetişkinlik arasındaki bir dönemden söz edilmektedir. Arnett (2000; 2004) tarafından beliren yetişkinlik olarak tanımlanan bu dönemin genel olarak 18-25 yaş arasındaki bireyleri kapsadığı ve kimlik arayışı, değişkenlik, kendine odaklı olma, ergenlik ve yetişkinlik arasında hissetme ve olasılıklar dönemi olmak üzere beş temel özellikle karakterize edildiği görülmektedir.

Beliren yetişkinlik yaşamda birçok farklı yönün mümkün olduğu ve olasılıklar için yaşamın diğer dönemlerinden daha fazla bağımsız olarak keşif yapılan bir yaşam dönemi olarak aşk, iş ve dünya görüşü gibi alanlarda önemli karar süreçlerini içermektedir (Arnett, 2000). Bu karar verme süreçleri arasında romantik ilişkiler de beliren yetişkinlerin aşk ile ilgili karar verme süreçlerinde deneyim kazanmaları açısından önem taşımaktadır. Beliren yetişkinlikte romantik ilişkiler birkaç nedenden dolayı önemlidir. İlk olarak, romantik ilişkilerin oluşturulması ve sürdürülmesi beliren yetişkinler için kritik gelişimsel görevlerdir. Diğer yandan, bu dönemde beliren yetişkinler seçeneklerini keşfedebilirler ve ilişki tecrübesi kazanabilirler. Ayrıca, romantik ilişki gelişiminin öznel iyi oluş ve davranışsal uyum açısından da önemli sonuçları bulunmaktadır (Fincham ve Cui,2010). Beliren yetişkinlik döneminin önemli gelişimsel görevlerinden kabul edilen romantik ilişki kurma ve sürdürmenin gerçekleşmediği durumlarda ise romantik yalnızlık ortaya çıkmaktadır.

Yakın ilişkiler kurmak yaşamın her döneminde önemli bir konudur. Bebeklikte anne ile kurulan ilişkiler, çocuklukta ve ergenlikte akran gruplarıyla kurulan yakın ilişkiler ve beliren yetişkinlikte ise romantik bir partner ile kurulan yakın ilişkiler öne çıkmaktadır. Yalnızlık, yakın ilişkilerde yaşanan önemli bir problemdir. Yalnızlık genel olarak, *“bireyin var olan sosyal ilişkisi ile arzuladığı sosyal ilişki arasındaki tutarsızlıklar sonucu yaşanan ve hoş olmayan öznel psikolojik durum”* olarak tanımlanmaktadır (Peplau ve Perlman, 1982, s. 4). Weiss (1973) tarafından ise yalnızlık; bireyin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerinin yetersiz

olmasına veya var olan sosyal ilişkilerinde bireyin arzu ettiği yakınlığın ve samimiyetin olmamasına gösterilen bir tepki olarak tanımlanmaktadır. Weiss (1973) teorik olarak yalnızlığı sosyal ve duygusal yalnızlık olarak iki kategoride incelemiştir. Sosyal yalnızlık, bireylerin ortak ilgi ve aktivitelerini paylaştığı bir gruba ait olduğu sosyal ilişkilerinin eksikliğinden kaynaklanan bir durum olarak tanımlanırken; duygusal yalnızlık aile, sevgili, eş gibi insanlarla yakın ya da samimi bir bağın kurulamaması sonucu ortaya çıkan bir durum olarak ele alınmıştır. Bununla birlikte, Weiss'in (1973) sınıflaması temel alınarak DiTommaso ve Spinner (1993, 1997) tarafından yapılan çalışmalarda duygusal yalnızlığın romantik yalnızlık ve aile ile ilgili yalnızlık olarak iki alt boyuttan oluştuğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerinde yaşadığı yalnızlık, duygusal yalnızlığın bir alt boyutu olan romantik yalnızlık kavramı çerçevesinde ele alınacaktır.

Beliren yetişkinlik döneminde yaşanan yalnızlığın birey için birçok olumsuz faktörle ilişkisi olabilir. Bu konuda yapılan çalışmalar yalnızlığın sosyal kaygı (Sübaşı, 2007), depresif belirtiler (Yıldırım, Hacıhasanoğlu-Aşilar, Karakurt, Çapık ve Kasımoğlu, 2018), intihar olasılığı (Durak-Batıgün, 2008) internet bağımlılığı (Anlı, 2018; Morsünbül, 2014), problemlerle Facebook kullanımı (Eraslan-Çapan ve Sarıçalı, 2016), bilişsel çarpıtmalar (Kılınç, 2005) ile pozitif yönde; ilişki doyumu (Türk ve Yıldız, 2017), yaşam doyumu (Salimi, 2011; Tuzgöl-Dost, 2007), öz-saygı (Erözkan, 2009; Kaya, 2017), umut (Demirli, 2013), mutluluk (Demir ve Kutlu, 2016), psikolojik dayanıklılık (Kılıç ve Alver, 2017; Yılmaz, 2017) ve psikolojik iyi oluş (Çeçen ve Cenkseven, 2007) gibi değişkenlerle negatif yönde ilişkisi olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmalar dışında yalnızlık özellikle kişilerarası ilişki faktörleri bağlamında sıklıkla çalışılmaktadır. Bu çalışmalarda yalnızlığın; aile değişkenleri (Çeçen, 2008; Demirli, 2007; Demirli, 2013; Özatça, 2009), kişilerarası ilişkiler (İmamoğlu, 2008), akran ilişkileri (Büyükcebeci, 2017; Eminoğlu, 2018), sosyal destek (Çeçen, 2008; Duru, 2008; Kozaklı, 2006), sosyal kaygı ve alt türleri (Demir ve Kutlu, 2016; Erözkan, 2009; Kılıç, 2015; Sübaşı, 2007; Şirin-Eren, 2018; I. Uçar, 2018; Uğur, 2018; Yüksel, 2002), sosyal beceriler (Deniz, Hamarta ve Arı, 2005; Karaaslan-Arkan, 2016) ve romantik ilişkiler (Eryılmaz ve Ercan, 2010; Kıran-Esen, 2017; Türk ve Yıldız, 2017) bağlamında çalışıldığı görülmektedir.

Weiss'e (aktaran DiTommaso ve Spinner, 1997) göre farklı ilişki türleri bireylerin ihtiyaç duyabileceği bazı koşullar oluşturur. Weiss'in (1973) yaklaşımına göre yalnızlığın ortaya çıkmasında en etkili koşullardan biri "bireyin kendini emniyet ve güven içinde hissedebileceği ilişkiler" olarak tanımlanan bağlanmadır. Romantik ilişkiler bağlamında yalnızlıkla ilişkisi en çok araştırılan değişkenlerden biri de bağlanmadır. Yetişkin bağlanmasıyla ilgili yapılan yurtiçindeki ve yurtdışındaki çalışmaların da daha çok romantik ilişkiler odaklı olduğu (Büyüksahin, 2006; Çapkın, 2012; Feeney ve Noller, 1990; Fraley ve Shaver, 2000; Hazan ve Shaver, 1987) görülmektedir.

Bowlby (1969, 1973, 1980) çocuklar ve bakıcıları arasında oluşan bağların daha sonraki ilişkiler için büyük önem taşıdığını ve bağlanma davranışının yaşam döngüsü boyunca bireyi karakterize ettiğini savunmaktadır. Bireyin bebeklikte bakıcıya bağlanma ilişkisinin niteliğinin ergenlik ve yetişkinlikte doyum veren yakın ilişkilerin kurulmasında etkili olmasını sağlayan iki temel neden bulunmaktadır. İlk olarak, bazı kuramcılar ilk yakın ilişkilerin tüm yaşam boyunca kullanılan kişilerarası ilişkilerin daha genel bir modelinin altyapısını oluşturduğunu ileri sürmüşlerdir. İçsel çalışma modeli denilen bu model başkaları ile yakın ilişkiler kurmak için yararlandığımız inanç ve beklentiler bütünü olarak düşünülebilir. Bağlanma ilişkilerinin sonraki dönemlerde önemini korumasının ikinci nedeni kişilerarası gelişimin birikimli olmasıdır. Bebeklikten güvenli bağlanmayla ayrılan bireyler güvensiz ayrılanlara göre farklı kişilerarası ilişkilere sahip olabilir (Steinberg, 2007). Bebek bağlanması; "yakınlığı koruma" ve "ayrılık protestosu" (bağlanma figürüne karşı yakınlık arayışı ve ayrılığa direnme), "güvenli üs" (çevreyi keşfederken bağlanma figürünü üs olarak kullanma) ve "güvenli sığınak" (tehlike durumlarında rahatlamak için bağlanma figürüne dönme) kurma gibi işlevleri içermektedir. Weiss'e (aktaran Feeney, 2016) göre bağlılığın olduğu çoğu ilişkide bu işlevler uygulanmaktadır. Yetişkinler; partnerlerinden güvenlik ve yakınlık sağlar, özellikle sıkıntılı olduğu zamanlarda partnerlerini yanında ister ve partnerlerinin ulaşılabilirliğinin tehdit altında olduğu zamanlarda protesto eder.

Hazan ve Shaver (1987) tarafından romantik aşk, bağlanma süreci olarak kavramsallaştırılmıştır. Hazan ve Shaver (1987) bir kişinin bağlanma stiline çocukluk dönemindeki ebeveynleriyle olan ilişkileri tarafından belirlenebileceğini,

yetişkinlikteki bağlanmanın bebek ve bakıcısı arasındaki bağlanmaya benzerlik gösterdiğini savunmuştur ve çalışmasında Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) tarafından yapılan sınıflandırmayı temel alarak güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma, kaçınan bağlanma üç temel bağlanma stili tanımlamıştır. Ayrıca, bu çalışmada yetişkin bağlanmasının erken dönemdeki ebeveyn-çocuk ilişkisiyle ilişkili olduğu rapor edilmiştir. Bartholomew ve Horowitz (1991) ise, Hazan ve Shaver'in (1987) modelini tekrar ele almış, benlik ve başkaları modellerini temel alarak yetişkin bağlanma stillerini güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanma stili olmak üzere dört grupta incelemiştir.

Yetişkin bağlanması ile ilgili yapılan daha güncel çalışmalarda bağlanma stillerini tanımlayan kategori temelli yaklaşımlardan temel boyutların tanımlanmasına yönelik yaklaşımlara doğru gidildiği görülmektedir. Bu doğrultuda Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından yetişkin bağlanma boyutları kaygı ve kaçınma olmak üzere iki temel boyutta incelenmiştir. Bağlanma kaygısı, kişilerarası reddedilme veya terk edilme korkusu, başkaları tarafından onaylanmak için aşırı ihtiyaç duyulması ve partnerine ulaşamadığında stres yaşama olarak tanımlanmaktadır. Kaçınan bağlanma ise bağlılıktan ve kişilerarası yakınlıktan korku, aşırı özgüven ihtiyacı ve kendini açma konusunda isteksizliği içermektedir. Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarından birinin ya da her ikisinin de yüksek olduğu durumlarda kişinin güvensiz yetişkin bağlanma örüntüsüne sahip olduğu varsayılmaktadır. Bunun aksine, düşük düzeyde bağlanma kaygısı ve kaçınma kişinin güvenli bir bağlanmaya sahip olduğunu göstermektedir (Wei, Russell, Mallinckrodt ve Vogel, 2007).

Bowlby'nin anne ve çocuk arasındaki ilişkilere ait çalışmalarını temel alan Weiss (1973), bebeklikte güvenli bağlanma gerçekleşmediğinde diğer insanların düşmanca görüleceğini ve bu sürecin devam etmesi halinde yalnızlıkla sonuçlanabileceğini ifade etmektedir. Weiss'in (1973), yalnızlığın temelinin bağlanma figürüyle kurulan erken dönem bağlanma ilişkilerinde olduğunu ve bunun yetişkinlik dönemindeki ilişkileri etkilediğini vurguladığı görülmektedir. Mikulincer ve Shaver'a (2007) göre de yalnızlık, birinin temel bağlantı gereksinimlerinin karşılanamamasından kaynaklanan bir ayrılık stresi şeklindedir. Eş, aile veya karşı cins ile bağlanma eksikliği sonucu oluşan yalnızlık türü olan duygusal yalnızlığın tatmin

edici bir “bağlanma ilişkisinin” kurulmasıyla giderilebileceği belirtilmektedir (Sawir, Marginson, Deumert, Nyland ve Ramia, 2008; Weiss, 1973). 1980’lerin ortasında ergen ve yetişkin bağlanmasını çalışan Shaver, bağlanma kuramının yalnızlığı kavramsallaştırmada yararlı olduğunu ve kronik yalnızlık örüntülerinin güvensiz bebek bağlanmasında görülen örüntülerle bazı bakımlardan benzer olduğunu bildirmiştir (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007). Russell, Cutrona, Rose ve Yurko (1984) tarafından bağlanma, duygusal yalnızlığın güçlü bir yordayıcısı olarak bulunurken; Weiss’in (1973) sınıflamasının daha sonraki dönemde tekrar test edildiği bir çalışmada bağlanmanın duygusal yalnızlığın bir alt boyutu olan romantik yalnızlığın en önemli yordayıcısı olduğu ortaya konmuştur (DiTommaso ve Spinner, 1997).

Kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin her ikisinin de yalnız hissetme eğilimleri bulunmakla birlikte kaçınan bireylerin sosyal olarak geri çekilmeyi ve izole kalmayı daha çok tercih ettikleri belirtilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Shaver ve Hazan (aktaran Mikulincer ve Shaver, 2007), bağlanma kaygısı yüksek olan bireylerin daha az yalnız kalmayı düşündüklerini, kendilerini romantik partner arayışlarında daha umutlu ve aktif olarak tanımladıklarını; kaçınan bireylerin ise her zaman yalnız olacaklarına inanmalarının daha olası olduğunu bildirmiştir. Kirkpatrick ve Hazan (1994) da kaçınmanın yalnız olma ve ciddi bir flört ilişkisi yaşamama ihtimalini artırdığını bulmuştur. Bu çalışmalar ışığında kaçınan bağlanan bireylerin kaygılı bireylere göre daha fazla romantik yalnızlık yaşayabileceği yorumu yapılabilir. Ancak, Hazan ve Shaver (1987) tarafından kaçınan bireylerin diğer insanlardan ayrı olduklarını kabul etmekle birlikte yalnız hissetmediklerini bildirdikleri de ifade edilmiştir.

Literatürde bağlanma ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi gösteren çok sayıda çalışma (Demirli, 2007; Demirli, 2013; DiTommaso, Brannen-McNulty, Ross ve Burgess, 2003; Hayali-Emir, 2014; İlhan, 2012; Karakuş, 2012; Morsünbül, 2014; Wei, Shaffer, Young, ve Zakalik, 2005a; Wiseman, Mayseless ve Sharabany, 2006) bulunmakla birlikte bu ikisi arasındaki ilişkinin aracı değişkenler vasıtasıyla daha iyi anlaşılabilirliği düşünülmektedir. Bu çalışma kapsamında bağlanma ve yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının önemli bir aracı rolü olabileceği düşünülmektedir.

Beliren yetişkinlik döneminde romantik yakınlığı başlatabilmek, romantik yakınlığı sürdürebilmenin ve kimlik keşfini gerçekleştirmenin en önemli yoludur (Arnett, 2000). Ancak romantik yakınlığı başlatabilmek herkes için aynı derecede kolay olamamaktadır. Chorney ve Morriss (2008), üniversite öğrencilerinin yaklaşık %12'sinin flörtle ilişkili kaygı yaşadığını vurgulamaktadır. Literatürde flört kaygısı olarak adlandırılan bu durum Glickman ve LaGreca (2004, s.567) tarafından “karşı cinsten üyelerle (olası flört partnerleri) etkileşimler sırasında yaşanan endişe, sıkıntı ve çekingenlik” olarak tanımlanmıştır. Bununla birlikte, flört kaygısının; flört ederken ve heterososyal durumlarda olumsuz değerlendirilme korkusu, flört partneri ya da diğer cinsiyetten biriyle etkileşimlere özgü sosyal kaçınma ve endişe, heterososyal durumlara özgü sosyal kaçınma ve endişe olmak üzere üç yönü olduğu ifade edilmektedir (Glickman ve LaGreca, 2004; LaGreca ve Mackey, 2007). Flört kaygısının sebeplerine bakıldığında ise beden imajı ve fiziksel çekicilik gibi farklı konularda ortaya çıkan endişeler, uygun flört davranışı hakkındaki bilgi eksiklikleri (Nieder ve Seiffge-Krenke, 2001), karşı cinsle ilişkilerde yaşanan korku ve çekingenlik gösterilmesi, olumsuz şartlanma (Bayhan ve Işıtan, 2010) gibi sebepler olduğu görülmektedir. Bunlarla birlikte, bireylerin flört kaygısı yaşamalarının nedenlerinden biri de bağlanma olarak düşünülebilir.

Mikulincer ve Shaver'a (2007) göre, bağlanma örüntüleri romantik ilişkilerin başlangıcını etkilemektedir. Bağlanma örüntüleri flörtü etkileyerek, dolayısıyla yeni romantik partnerle kurulan uzun süreli duygusal bağın şekillenmesini de etkilemektedir. Flört ilişkileri duygusal olarak heyecan yaratmalarının yanı sıra onaylanma ve reddedilme korkularını da harekete geçirebilirler. Bu nedenle, partnerlerin flörtteki düşünceleri, duyguları ve davranışları, içsel çalışan modelleri ve onlarla ilgili kişilerarası düzenleme kalıpları ile şekillenmektedir. İlişki geliştirme sürecinin bu ilk aşamasında, bazen kronik çalışma modellerinin ilişkisel davranışlar üzerindeki en görünen etkileri ortaya çıkabilir; çünkü partnerler birbirlerini çok az tanımaktadırlar ve henüz bir çift etkileşimi oluşturmamışlardır. Bu nedenle, korku ve beklentilerinin ihtiyaç ve yansıtılmalarından fazlasıyla etkilenmesi olasıdır. Sonuç olarak; mevcut çalışma modelleri ve kişilerarası eğilimler flört etkileşimlerini, bu etkileşimlerinin niteliğini ve sonucunu etkileyecektir. Başkalarıyla ilişki kurmakta kaygı yaşayan birey, başkaları zaten sağlam olmayan güvenlik duygusunu tehdit ettiği için yeni tür ilişkiler kurmakta sorun yaşama eğilimindedir. Tüm kişilerarası

geçişlerde olduğu gibi, sağlıklı bir güvenlik duygusu olmayan birey için romantik olmayan ilişkilerden romantik olanlara geçişler de kaygı dolu olabilir (Steinberg, 2007). Bu durum, güvensiz bağlanan bireylerin flört kaygısı yaşama ihtimalini artırabilir. Feldman ve Downey (1994) yaptıkları çalışmada güvensiz bağlanan kişilerin reddedilmeye karşı duyarlılıklarının güvenli bağlanma stillerine sahip kişilere göre daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Buna ek olarak, başkalarının güvenilmez olduğuna inanan birinin de daha fazla reddedici davranarak başkalarına karşı savunmacı bir şekilde yaklaşabileceği ifade edilmektedir (Feeney, 2016). Daha önceki ilişkisinde güvensiz bağlanan bir birey ise yeni birisiyle flört ederken de reddedilme ve terk edilmeye yönelik kaygı yaşayarak romantik ilişkinin başlamasını zorlaştırabilir. Buna paralel olarak, Brumbaugh ve Fraley (2006) yaptıkları çalışmada bağlanma çalışma modellerinin geçmiş ilişkilerden bir sonraki ilişkiye nasıl ileriye taşındığını araştırmıştır. Araştırma sonucuna göre, bağlanma çalışma modellerinin yeni ilişkilere aktarıldığı hipotezi doğrulanmıştır.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, başkaları ile olan ilişkilere önem verirler ve onlarla kolayca yakın ilişki kurabilirler; ilişki başlatma ve sürdürme becerileri gelişmiştir. Benlik ve başkaları modeli olumludur ve terk edilme ya da çok yakınlaşma konusunda herhangi bir kaygı yaşamazlar (Karahasanoğlu, 2016). Saplantılı bağlananların özgüvenleri düşüktür, reddedilme ve terk edilme kaygıları yüksektir. Kayıtsız bağlananlar ise saplantılı bağlananların aksine düşük anksiyete ve yüksek kaçınma davranışı göstermektedirler; olası bir hayal kırıklığını engellemek için yakın ilişkilere girmekten kaçınırlar. Korkulu bağlananların ise kaygı ve kaçınmaları yüksek, özgüvenleri düşük ve çekingenlerdir, reddedilme korkusu nedeniyle yakın ilişki kurmaktan kaçmaktadırlar (Yazıcı-Çelebi, 2017). Farklı bağlanma stillerine sahip bireylerin özellikleri değerlendirildiğinde, güvensiz bağlanma grubunda yer alan saplantılı ve korkulu bağlanan bireylerin flört kaygısını diğerlerine göre daha yüksek düzeyde yaşaması olasıyken güvenli bağlanan bireylerin kaygı düzeylerinin düşük olması ve diğer gruplara göre daha etkili iletişim becerileri sergilemelerinden dolayı flört kaygısını hiç yaşamamaları ya da düşük düzeyde yaşamaları olasıdır.

Literatür incelendiğinde flört kaygısı ile yapılan çalışmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır. Ülkemizde flört kaygısı; problemlili internet kullanımı ve yalnızlık (Odacı ve Kalkan, 2010), çocukluk çağı örselenme yaşantıları (Kalkan ve Karadeniz-Özbek, 2011), beden imajı (Aslan-Tomaç, 2015), anne-baba tutumları (Çiftçi, 2018) gibi değişkenlerle ele alınmıştır. Türkiye’de flört kaygısı ve bağlanma arasındaki ilişkileri doğrudan ele alan çalışmalar bulunmasa da dolaylı olarak bu iki değişkenin ilişkisine dair fikir verebilecek bazı çalışmalar bulunmaktadır. Büyüksahin (2006) tarafından yapılan çalışmada korkulu bağlanma stili ile ilişki korkusu/kaygısı arasında ilişki bulunmuştur. Katalan’ın (2014) çalışmasında ise kayıtsız bağlanma stilinin romantik ilişkide kaygıyı pozitif yönde yordadığı ortaya konmuştur.

Literatürde bağlanmanın kaçınma boyutunun; kişilerarası yakınlıktan korku, başkalarına bağlı olma konusunda isteksizlik, aşırı özgüven ihtiyacı ve kendini açma konusunda isteksizlik gibi temel bileşenlerle karakterize edildiği görülmektedir (Wei vd., 2007). Sherman ve Thelen’e (1996) göre yakın ilişkilerden kaçınmak sözel ve sözsüz iletişimde yaşanabilecek kaygı ile başa çıkmanın bir yoludur. Bu açıklama doğrultusunda, kaçınan bağlanan bireylerin flört kaygısı yaşamaları nedeniyle yakın ilişki kurmaktan kaçınmaları olası görünmektedir. Buna karşılık, kişilerarası reddedilme veya terk edilme korkusu, başkalarının onayına ihtiyaç duyma, bağımlı benlik saygısı, aşırı yakınlık ve ilgi arayışı ile karakterize olan bağlanma kaygısı (Brennan vd., 1998) yüksek olan bireylerin ise flört ederken ve heterososyal durumlarda olumsuz değerlendirilme korkusu, flört partneri ya da diğer cinsiyetten biriyle etkileşimlere özgü endişe, heterososyal durumlara özgü endişe ile tanımlanan flört kaygısıyla (Glickman ve LaGreca, 2004; LaGreca ve Mackey, 2007) benzer özellikler gösterdiği görülmektedir. Diğer bir deyişle, kaygılı bağlanan bireylerin başkalarının değerlendirmelerine bağlı olmaları nedeniyle flört kaygısı yaşadıkları öngörülebilir. Flört kaygısına ilişkin fikir verebilecek bir kavram olan yakınlık korkusu bireyin bir kişiyi kaybedeceği ya da onun tarafından reddedileceği korkusuyla engellenen sosyal temas arzusu ile karakterize edilen korkulu bağlanma stiline benzemektedir (Thelen, Vander Wal, Thomasve Harmon, 2000). Bu açıdan bakıldığında da kaçınma ve kaygı boyutlarının her ikisinin de yüksek olduğu korkulu bağlanma stilinden (Mikulincer ve Shaver, 2007) yola çıkarak bağlanma boyutları ile flört kaygısı arasında bir ilişki olabileceğinden söz edilebilir. Bununla beraber, romantik kaygı her iki bağlanma boyutunda da görülmekle birlikte, kaygı boyutunda

kaçınmaya göre daha fazla görülmektedir (Brennan vd., 1998). Bu nedenle, yapılan çalışmada bağlanma boyutları açısından romantik yalnızlığa neden olan faktörlerin etkisinin değişebileceği düşünülmektedir. Flört kaygısı açısından ele alındığında, bağlanmanın kaygı boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin her iki değişkenin de kaygı bağlamına sahip olmasından dolayı flört kaygısı aracılığıyla sağlanabileceği düşünülmektedir. Bağlanmanın kaçınma boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide ise flört kaygısının aracı rolünün daha düşük olabileceği ya da olmayabileceği düşünülmektedir.

Diğer yandan, flört ilişkilerinde yaşanan stres ve kaygı verici yaşantılar romantik ilişkiden kaçınma davranışı ile sonuçlanabilir (Allen, Bourhis, Emmers-Sommer ve Sahlsteind, 1998; Glickman ve La Greca, 2004). Flört kaygısının ortaya çıkması bireyin ilişki davranışlarını etkileyerek romantik bir ilişkinin yaşanmasını erteleyebilir (Glickman ve La Greca, 2004). Ayrıca, flört kaygısı sosyal izolasyon, depresyon gibi problemlerle de ilişkilidir (Arkowitz, Hinton, Perl ve Himadi, 1978). Beliren yetişkinlerin flört kaygısı yaşamaları sonucu ilişki kurmaktan kaçınmalarıyla yalnızlık düzeylerinin artacağı düşünülmektedir. Buna paralel olarak, Hoover, Skyja ve Cospers (1979) ve Prisbell (1988) yalnızlığın, flört sıklığıyla negatif yönde ilişkisi olduğunu bulmuştur. Özdemir ve Tuncay (2008) da üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada hiç ilişki yaşamayan öğrencilerin daha yüksek yalnızlık yaşadığını bildirmiştir. Bu nedenle, etkili iletişim kuramayan flört kaygısına sahip bireyler romantik ilişkilere girmekten kaçınarak romantik yalnızlık yaşayabilir. Brehm, Kassin ve Fein (2002) tarafından, kendilerini yalnız hisseden bireylerin ortak özelliklerinden bazıları olarak; olumsuz değerlendirilme beklentisi içinde olma, düşüncelerine olan güvensizlik, çekingenlik, sosyal tepkide bulunamama ve karşı cinsten partnerle yakın ilişki kurmaktan kaçınma olarak belirtilmiştir. Peplau, Miceli ve Morasch (1982) da benzer şekilde yalnız insanların başkalarının kendilerini olumsuz değerlendirmelerini beklediklerini bildirmiştir. Prisbell'e (1988) göre ise yalnız bireyler kendilerini flört ile ilgili iletişim becerilerinde (flörtü başlatmak, konuyla ilgili ve ilginç sorular sormak ve konuşmada yeni konular başlatma yeteneğine sahip olmak gibi) yetersiz olarak algılamaktadırlar. Eryılmaz ve Ercan (2010) tarafından yapılan bir araştırmada da beliren yetişkinlerde romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden kendilik algısının yalnızlıkla ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Olumsuz kendilik algısına sahip beliren yetişkinlerin romantik yakınlığı

başlatamadıkları ve daha fazla yalnızlık yaşadıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra, bazı çalışmalarda beliren yetişkinlerde kaygı ile karakterize olan nevrotiklik kişilik özelliği ile yalnızlığın pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Atak, 2009; Keldal ve Atli, 2016). Bu özellikler flört kaygısı yaşayan bireylerin karakteristik özelliklileri ile benzerlik göstermektedir. Flört kaygısı yaşayan bireyler de olumsuz değerlendirileceği korkusuyla karşı cinsten bireylerle iletişime geçmekten kaçınmaktadırlar, kendileri hakkında olumsuz değerlendirmelere sahiptirler ve kaygı yaşamaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında flört kaygısı ve yalnızlık arasında bir ilişki olabileceğinden söz edilebilir. Dahası, bu özellikleri gösteren bireylerin yaşadıkları flört kaygısı sonucu yalnız hissedebileceği yorumu yapılabilir. Literatürde flört kaygısı yalnızlık arasındaki ilişkiyi destekleyen bazı araştırmalar da mevcuttur (Adamzyck ve Segrin, 2016; Odacı ve Kalkan, 2010).

Ayrıca, Türk kültürü açısından ele alındığında da flört kaygısının beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerini incelemede önemli bir değişken olabileceği düşünülmektedir. Flört davranışının kültürlerarası farklılık gösterdiği görülmektedir. Yapılan bir araştırmada, Asyalı kültürlerin Batılı kültürlerle göre daha az serbest oldukları, ilk flört deneyimlerini daha geç yaşta yaşadıkları ve cinsel ilişki kurma olasılıklarının daha düşük olduğu bulunmuştur (Tang ve Zuo, 2000). Bununla birlikte, toplulukçu bir kültüre sahip olarak tanımlanan Türkiye (aktaran Ayçiçeği-Dinn ve Caldwell-Harris, 2011)'nin 39 ülke içinde Çin ve Nijerya'dan sonra en çok toplulukçu kültür özelliği gösteren üçüncü ülke olduğu tespit edilmiştir (Ayçiçeği-Dinn ve Caldwell-Harris, 2011; Oishi, Diener, Suh ve Lucas, 1999). Bu açıdan bakıldığında, flört davranışları açısından da Türkiye'deki beliren yetişkinlerin Asyalı kültürlerle daha çok benzer özellik gösterebileceği düşünülmektedir. Ülkemizde flört davranışı cinsiyete göre de farklılaşmaktadır. Özgür (2014) tarafından yapılan çalışmada, erkeklerin daha çok aktiflik gerektiren ve duyguları belli etme yönündeki davranışları tercih ederken kızların ise duygularını belli etmemeyi ve sessiz kalmayı tercih ettikleri ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla, Türk kültürü açısından flört davranışı ele alındığında da beliren yetişkinler arasında flört kaygısının bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide önemli bir aracılık yapabileceği düşünülmektedir.

Yapılan açıklamalar ışığında flört kaygısının hem bağlanma boyutları hem de romantik yalnızlıkla ilişkili olabileceği görülmektedir. Değişkenlerin birbirleriyle ilişkileri göz önüne alındığında bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığıyla sağlanabileceği, bu yolla bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin daha iyi açıklanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, özellikle flört kaygısı konusuyla ilgili çalışmaların sınırlı olduğu göz önünde bulundurulduğunda çalışmanın mevcut literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolü incelenecektir.

1.2. AMAÇ

Bu çalışmanın temel amacı beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünü incelemektir. Araştırmanın temel amacı doğrultusunda şu sorulara cevap aranacaktır:

1. Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde beliren yetişkinlerde romantik yalnızlığın yordanmasında bağlanma boyutları ve flört kaygısı boyutlarının görece katkısı nedir?
2. Beliren yetişkinlerde bağlanma boyutları ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolü bulunmakta mıdır?

1.3. ÖNEM

Yakın ilişkiler kurmak ve bunu sürdürebilmek beliren yetişkinler için temel konulardan biridir. Bazı araştırmacılara göre yalnızlık en çok ergenlik ve genç yetişkinlikte ortaya çıkmaktadır (Cutrona, 1982; Jones ve Carver, 1991; Mikulincer ve Shaver, 2007). Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerin önemi göz önüne alındığında, beliren yetişkinlerin de yakın ilişkiler kurabilmesi ve sonraki dönemlerde sorun yaşamaması için genç yetişkinlikte olduğu gibi bu dönemde de yalnızlık probleminin ele alınması gerekmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerdeki keşif sürecinin ve bunun sonucunda birey tarafından kazanılan ilişki davranışlarının bireyin ilerleyen dönemlerde kuracağı romantik ilişkileri başlatma, sürdürme ve sonlandırmada etkili olmaktadır. Bu nedenle beliren yetişkinlikteki bireylerin özellikle romantik ilişkilerinde yaşadığı problemlere ilişkin

bir bakış açısı kazanmanın bu bireylere sunulacak psikolojik danışma hizmetlerinin etkililiğini artırarak yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Literatürde bağlanma ve yalnızlık arasındaki ilişkinin varlığını gösteren birçok araştırma bulunmaktadır. Ancak, bu iki değişken arasındaki ilişkiyi aracı değişkenler vasıtasıyla ortaya koyan çalışmalar sınırlıdır. İnsanın karmaşık doğası göz önüne alındığında, bağlanma ve yalnızlık gibi bireyle ilgili birçok faktörü etkileyebilecek ve birçok faktörden etkilenebilecek iki konunun geleneksel istatistiksel yöntemler kullanılarak ele alınmasının mevcut literatüre katkısının sınırlı olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, çalışma kapsamında aracı değişken kullanılmasıyla oluşturulan yapısal eşitlik modelinin bu değişkenler arasındaki yapısal ilişkileri göstermesi ve bir model oluşturması açısından literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Son olarak, flört kaygısıyla ilgili yapılan araştırmaların 1970'lerin ortalarında kısa bir zirveye ulaştığı ve daha sonra 1990'larda düştüğü görülmektedir. Bu hızlı düşüşün nedeni, ilk araştırma hareketinin kapsamının nispeten sınırlı olmasından kaynaklanmaktadır (Nangle ve Hansen, 1998). Grover'a (2008) göre, flört kaygısı araştırmacılar için hem klinik hem gelişimsel sonuçları açısından önemlidir. Araştırmacıların flört kaygısının yapısını açıklamaya yönelik artan ilgisine rağmen, bu alanda hala çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Grover, 2008). Bu nedenle, hem yurtiçi hem yurtdışı literatürde flört kaygısıyla ilişkili çalışmaların sınırlı olmasından dolayı bu çalışmanın literatür için önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4. SAYILTILAR (VARSAYIMLAR)

1. Araştırmada veri toplama araçları olarak kullanılan ölçme araçlarının yeterli bilgiyi verdiği varsayılmıştır.
2. Katılımcıların, araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçlarını içten ve doğru bir şekilde cevaplandıkları varsayılmıştır.

1.5. SINIRLILIKLAR

1. Araştırmadan elde edilen veriler, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul Üniversitesi'nde ve İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa'da lisans düzeyinde eğitimine devam eden öğrencilerden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Araştırma “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Formu (YİYÖ-KF)”, “Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu” ve “Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S)”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.6. TANIMLAR

Beliren Yetişkinlik: Beliren yetişkinlik; ne ergen ne genç yetişkin olarak tanımlanma, çocukluğun ve ergenliğin bağlılığını bırakma ancak yetişkinliğin sürekli sorumluluklarını henüz üstlenmemiş olma, çeşitli alanlarda (aşk, iş ve dünya görüşü) olası yaşam yönlerini keşfetme ve gelecekteki hayatları için birçok farklı olasılığa sahip olma gibi özelliklerle karakterize edilen genellikle 18-25 yaş arasındaki bireylerin içinde bulunduğu yeni bir yaşam dönemidir (Arnett, 2000).

Bağlanma: Bireylerin kendileri için önemli ve özel gördükleri diğer bireyler için geliştirdikleri güçlü duygusal bağlardır (Bowlby, 1969).

İçsel Çalışan Modeller: Bakıcı ile yinelenen etkileşimler sonucunda bebeğin kendine ve çevresine yönelik beklentilerini içeren ve sonraki yıllarda bireyin yakın ilişkilerinde duygularına, düşüncelerine ve davranışlarına yol gösteren modellerden oluşan bilişsel temsillerdir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanmaya İlişkin Kaygı: Yakın ilişkilerde hissedilen reddedilme ve terk edilme konusundaki aşırı duyarlılıktan kaynaklanan bağlanma kaygısıdır (Sümer, 2006).

Bağlanmaya İlişkin Kaçınma: Başkalarına yakın olmaktan veya başkalarının yakın olmasından ve bağımlı olmaktan hissedilen rahatsızlıktır (Sümer, 2006).

Flört Kaygısı: Karşı cinsten bir kişiyle veya flört edilen partnerle etkileşimdeyken yaşanan çekingenlik, utanma, endişe ve sıkıntı durumudur (Kalkan, 2008).

Yalnızlık: Bireyin sosyal ilişkiler ağının nitelik veya nicelik açısından önemli ölçüde eksik olduğunda ortaya çıkan hoş olmayan deneyimdir (Peplau ve Perlman, 1984).

Sosyal Yalnızlık: Bireyin sosyal ilişkilerini kapsayan, sosyal ağın var olmamasından kaynaklanan depresyon ve sıkıntının eşlik ettiği yalnızlık türüdür (Weiss, 1973).

Duygusal Yalnızlık: Bir bireyin başka birine yakın bir bağlılığının olmamasından kaynaklanan, kaygı ve boşluk duygularının görüldüğü yalnızlık türüdür (Weiss, 1973).

Romantik Yalnızlık: DiTommaso ve Spinner (1993; 1997) tarafından duygusal yalnızlığın bir alt boyutu olarak belirlenen romantik yalnızlık, duygusal bir eş ya da sevgili gibi kişilere romantik bağlılığın olmamasından kaynaklanan yalnızlık türü olarak tanımlanabilir.

BÖLÜM II : KAVRAMSAL ÇERÇEVE / ALANYAZIN VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. BELİREN YETİŞKİNLİK

Beliren yetişkinlik kavramı ilk kez Jeffrey Jensen Arnett tarafından ortaya atılmıştır. Arnett'e (2000) göre, beliren yetişkinlik endüstrileşen toplumlarda genç insanların yaşamlarıyla ilgili olanakları araştırdığı ve aşk, iş ve dünya görüşü konularında gitgide daha kalıcı seçimlerin yapıldığı değişim ve keşif ile karakterize edilen yeni bir yaşam dönemidir. Bu dönem ortalama olarak 18-25 yaş arasındaki genç bireyleri kapsamakla birlikte Türkiye'de beliren yetişkinlik dönemi hem kadınlarda hem de erkeklerde ortalama 19-26 yaş arasında yaşanmaktadır. Ayrıca Türkiye'de kadınlar, bekarlar, çalışmayanlar, anne-baba olmayanlar ve eğitime devam edenler kendilerini diğerlerine göre daha çok ergenlikle yetişkinlik arasında bir geçiş döneminde hissetmektedir (Atak,2005).

Beliren yetişkinlik ergenlik ve genç yetişkinlikten ayrı bir dönem olarak ele alınmaktadır. Beliren yetişkinlikte sosyal rollerden ve normatif beklentilerden göreceli olarak bağımsızlık vardır. Beliren yetişkinler ne çocukluğun ve ergenliğin bağımlılığını tamamen bırakmış ne de yetişkinliğin sorumluluklarını tamamen almıştır. Beliren yetişkinler genellikle aşk, iş ve dünya görüşü konularında olası yaşam yönlerini keşfederler. Beliren yetişkinlik yaşamda birçok farklı yönün mümkün olduğu ve olasılıklar için yaşamın diğer dönemlerinden daha fazla bağımsız olarak keşif yapılan bir yaşam dönemidir (Arnett, 2000).

Beliren yetişkinlik döneminin beş ana özelliği vardır. İlk olarak beliren yetişkinlik özellikle aşk ve iş konularında çeşitli olasılıkların denendiği *kimlik keşfi* dönemidir. Bu aşama boyunca beliren yetişkinler ergenlik dönemine göre anne-babalarından daha bağımsızlaşırlar, fakat henüz yetişkin rolleri ve sorumlukları tamamen alınmamıştır. Olanakların keşfedildiği bu süreçte beliren yetişkinler “Ben nasıl biriyim?” ve “Yaşamım boyunca nasıl bir partner bulmalıyım?” gibi sorulara cevap vererek kimliklerini netleştirirler. İkinci olarak, beliren yetişkinlik *istikrarsızlık* dönemidir. Beliren yetişkinler aşk, iş ve bir yerden başka bir yere taşınma gibi konularda değişkenlik gösterirler. Üçüncü olarak, yaşamlarında en çok *kendileri odaklı* olduğu dönemdir; aşk, iş ve eğitim konularında kendi kararlarını

alırlar. Dördüncü olarak, beliren yetişkinlik *ergenlik ve yetişkinlik arasında bir geçiş ve kendini arada hissetme* dönemidir. Birçok kişi, kendini ergen gibi hissetmemekle birlikte yetişkin olarak da görmez. Son olarak, beliren yetişkinlik umutların geliştiği ve beliren yetişkinlerin hayatlarını dönüştürmek için benzersiz bir fırsatının olduğu *olanaklar* dönemidir (Arnett, 2004; Fincham ve Cui, 2011). Doğan ve Cebioğlu'na (2011) göre, bu özellikler sadece beliren yetişkinlik dönemine özgü özellikler olmamakla birlikte bu dönemde daha belirgin ve yoğun bir şekilde ortaya çıkmaktadırlar.

Bunlara ek olarak, son yıllarda yapılan bazı çalışmalarda beliren yetişkinliğin alt evrelerinin olup olmadığı araştırılmıştır. Buna göre, beliren yetişkinlik döneminin bireylerin ergenlere benzer özellikleri daha fazla gösterdiği *yalancı beliren yetişkinlik* (ortalama 18-19 yaş); kimlik keşfi, olanakları deneme ve kendine ve kendi yaşamına odaklanma gibi özelliklerin daha yoğun olduğu *orta beliren yetişkinlik* (ortalama 20-24 yaş) ve yetişkin özelliklerine daha fazla sahip olunan *yetişkinimsi* (ortalama 25-26 yaş) olmak üzere üç alt evreye ayrıldığı bulunmuştur (Atak,2011).

Arnett'e (2000) göre beliren yetişkinlik kültürel olarak inşa edilmiştir, evrensel ve değişmez değildir. Bununla birlikte oldukça yakın bir zamanda ve sadece bazı kültürlerde belirli koşullar altında meydana gelen bir dönemdir. Beliren yetişkinliğin var olması için evliliğin ve anne-baba olmanın yirmili yaşların sonunda ya da daha ilerisinde gerçekleşmesi gerektiği görülmektedir. Evliliğin ve anne-baba olmanın yirmili yaşların sonuna ertelenmesi bu dönemin keşif ve kararsızlık, kendine odaklanmak ve olasılıkları keşfetmek için bir zaman olmasına izin verir. Ayrıca genel olarak zengin bir ülkede dahi olsa sosyoekonomik statü ve yaşam koşullarındaki farklılıklar da genç bireyin beliren yetişkinliği ne ölçüde deneyimleyebileceğini belirler. Bununla birlikte ekonomik olarak gelişen ülkelerde kırsal ve kentsel bölgeler arasında da kültürel ayrım olabilmektedir. Çin ve Hindistan gibi ülkelerin kentsel bölgelerindeki genç insanların daha geç evlenmesi, daha geç çocuk sahibi olması, daha fazla eğitim almaları ve mesleki olanaklarının daha fazla olması nedeniyle kırsal bölgedekilere göre beliren yetişkinlik dönemini yaşamaları daha olasıdır. Son olarak dünya ekonomisinde artan küreselleşme ile birlikte de gelecek yıllarda beliren yetişkinliğin daha yaygın hale gelmesi beklenmektedir (Arnett, 2004).

Sonuç olarak beliren yetişkinliğin endüstrileşen toplumlarda yetişkinlik rollerinin ertelenmesi sonucu ortaya çıkan, bu dönemi yaşayan bireylerde gözlenen gelişimsel krizlere bakıldığında ne ergenlik ne de genç yetişkinlik döneminin ölçütlerini tam olarak karşılayan ve sosyal-kültürel bağlam içinde ele alınması gereken bir yaşam dönemi olduğu görülmektedir.

2.1.1. Beliren Yetişkinlik Döneminde Romantik İlişkiler

Beliren yetişkinlerin çeşitli alanlarda deneme ve karar vermelerini içeren kimlik oluşturma sürecinde romantik ilişkiler ve aşk önemli bir yere sahiptir. Beliren yetişkinlik dönemi aşkta kendine özgü sosyal keşif ile karakterize edilmektedir (Morgan, Thorne ve Zurbriggen, 2010). Evlilik yaşının ertelenmesi ile beliren yetişkinlerin seçeneklerini keşfetmek, farklı insanlara aşık olmak ve onlardan ayrılmak, cinsel deneyim kazanma konularında zamanı olmaktadır. Çeşitli insanlarla ilişki kurarak ve bir ilişkide neyi en çok istedikleri kadar neyi istemediklerini de öğrenerek nasıl bir insanla evlenmek istedikleri konusunda kendilerini netleştirmektedirler. Arnett'e göre, beliren yetişkinlerin evlenecekleri partnerine kendilerini adamaya hazır olmaları için farklı romantik ilişkiler keşfetmeleri normal ve gereklidir (Arnett, 2004).

Romantik ilişkilerle ilgili kimlik keşfi sürecinde olan beliren yetişkinlerin romantik ilişkileri ile ergenlerin romantik ilişkileri arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Ergenlerde flört öncelikli olarak eğlence amaçlıdır, arkadaşlık ve romantik ilişkilerdeki ilk deneyimleri sağlar. Ancak, ergenlikte flört genellikle birkaç hafta ya da birkaç ay sürer. Beliren yetişkinlikte aşktaki keşifler daha yakın ve ciddi hale gelir. Ergenlikte flört partiler, danslar gibi ortamlarda ve gruplarda gerçekleşir. Beliren yetişkinlerde flörtün daha fazla duygusal ve fiziksel yakınlığı, daha az eğlenceyi içermesi ve çift olarak çıkma şeklinde olması daha çok olasıdır. Beliren yetişkinlerde romantik ilişkiler ergenlere göre daha uzun sürer, cinsel ilişki ve aynı evde beraber yaşama gibi durumlar olabilir (Arnett, 2000; Atak ve Çok, 2010). Bireylerin evlilik yaşlarının ileriye ertelenmesi ergenlik döneminde flörtün eş seçme açısından önemini azaltmıştır. Erken ergenlikte flört toplumsal etkinlikler yoluyla kızlar ve erkekleri bir araya getiren, eşli ve gündelik çıkmaları devam ettiren bir haldeyken daha sonraki dönemlerde flört bir romantik eş ile düzenli ciddi bir birliktelik olarak ilerlemektedir (Steinberg, 2007). İki dönem arasındaki temel

ayrımın ergenlerin romantik ilişkiler konusundaki keşif sürecinin kısa süreli, geçici ve tecrübe kazanmaya yönelik olduğu; beliren yetişkinlerin ise romantik ilişkiler konusundaki keşif sürecinin uzun süreli, daha yakın ve ciddi ilişkiler kurmaya yönelik olduğu konusunda görülmektedir. İki dönem arasında farklılıklar bulunmakla birlikte beliren yetişkinlik dönemi romantik ilişkileri, ergenlik dönemi ilişkilerinden etkilenmekte ve beraberinde de yetişkinlik dönemi ilişkilerini şekillendirmektedir (S. Uçar, 2018).

Genel olarak beliren yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkiler değerlendirildiğinde, bu dönemdeki romantik ilişkilerin önemini iki şekilde açıklamak mümkündür. Öncelikle bireyin beliren yetişkinlikteki romantik ilişkilerinden sağladığı doyumunun diğer alanları da etkileyerek bireyin diğer gelişim alanları ve genel olarak yaşam doyumunu üzerinde bir etkisi olabileceğinden söz edilebilir. İkinci olarak, beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerdeki keşif sürecinin ve bunun sonucunda birey tarafından kazanılan ilişki davranışlarının bireyin ilerleyen dönemlerde kuracağı romantik ilişkileri başlatma, sürdürme ve sonlandırmada etkili olabileceği düşünülmektedir.

2.2. BAĞLANMA KURAMI

Bağlanma kuramının kurucusu John Bowlby, 1950 yılında Dünya Sağlık Örgütüne evsiz çocukların ruh sağlığına ilişkin hazırladığı raporda “Bebeğin ve küçük yaştaki çocuğun annesiyle (ya da sürekli olarak anne yerine geçen kişiyle) doyum ve keyif aldığı sıcak, yakın devamlı bir ilişki deneyiminin olmasının ruh sağlığı için gerekli olduğuna inanıldığını” vurgulamıştır (Bowlby,1969). Bu raporda anne yoksunluğunun ruh sağlığındaki önemine dikkat çekilmekle birlikte, anne yoksunluğunun ruh sağlığı üzerindeki etkilerini açıklama konusunda mevcut bilgilerin yetersiz olması bağlanma kuramının oluşmasına zemin hazırlamıştır. Bretherton’un (1992) aktardığına göre, Bowlby kuramının temel ilkelerini etoloji, sibernetik (güdümlü bilim), bilgi işleme, gelişimsel psikoloji ve psikanaliz kavramları ışığında formüle etmiştir.

Bowlby’e (1969) göre, bağlanma kuramı insanların kendileri için önem teşkil eden diğerleri ile duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklamaya yöneliktir. Bağlanma kuramı, insanın yakın ilişkiler kurma ihtiyacını

kavramsallaştırmaktadır. Bu kuram bağlanma sisteminin nasıl işlediği ve bağlanma stratejilerinde ortaya çıkan bireysel farklılıkları inceleme konusunda yol göstermektedir (Demir, 2015; Saymaz, 2003).

2.2.1. Bağlanma Sistemi

Bağlanma davranışı başka bir bireyde yakınlık arama ve sürdürme olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 2012). Bowlby'e göre insanoğlu ihtiyaç duyduğu zamanlarda onu önemli diğerlerine (bağlanma figürü) yakınlık aramaya motive eden doğuştan gelen bir psikobiyojik sistemle doğar. Bu sistemin amacı gerçek ya da algılanan koruma ve güvenliğe ulaşmaktır. Bundan dolayı, sistem kişinin güvenliğine yönelik potansiyel veya gerçek bir tehdit durumunda otomatik olarak aktif hale gelmektedir (aktaran Shaver ve Mikulincer, 2005).

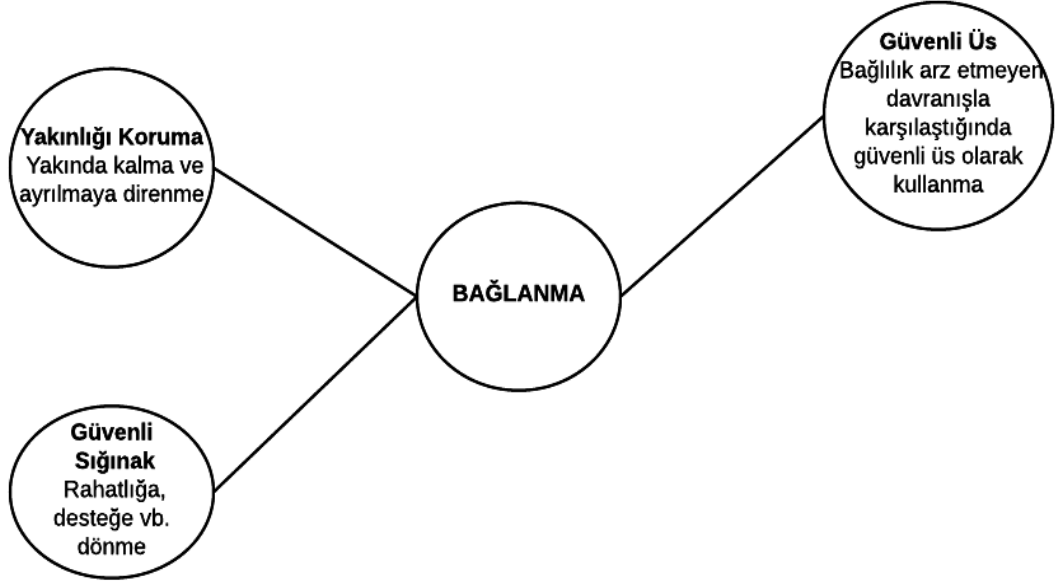
Santrock'a (2012) göre, bağlanma bebeğin insanlar için genel tercihinden temel bakım verenle ortaklığa doğru bir seri aşamada gelişen bir süreçtir. Bağlanmanın oluşum süreci dört evrede ve ortalama olarak bebek 2 ya da 3 yaşına geldiğinde tamamlanmaktadır (Bahadır,2006). "*Figürün sınırlı ayrımıyla yönelim ve sinyaller*" olarak adlandırılan birinci evre, doğumla başlayıp 8-12. haftaya kadar sürebilir. Bu evre boyunca bebek işitsel ve kokusal uyarıcılar yoluyla insanları ayırt edebilir. Bebek, göz hareketlerini izleme, kavrama ve ulaşma, gülümseme, kişiye yönelme gibi belirli karakteristik biçimlerde davranışlar gösterir (Bowlby, 1969). Ainsworth ve diğerlerine (1978) göre, bu evre bebeğin insanları özellikle de anne figürünü diğerlerinden ayırt etmesiyle son bulur. Bowlby (1969) tarafından "*bir veya birden fazla ayrı figüre yönelme ve yöneltilen sinyaller*" olarak adlandırılan ikinci evre ise yaklaşık olarak altıncı aya kadar devam eder. Bu evrede bebek tanıdık olanı tanıdık olmayandan ayırmayı öğrenerek bir figüre (genellikle temel bakım verene) odaklanmaya başlar (Santrock, 2012). "*Sinyallerin yanı sıra lokomasyon aracılığıyla ayrı bir figüre yakınlığın korunması*" olarak geçen üçüncü evre genellikle altıncı ve yedinci aylar arasında başlayıp ikinci yıl ve üçüncü yıl boyunca devam eder. Bu evrede bebeğin tepki repertuarı (anneyi takip etme, döndüğünde onu karşılama, keşfe çıkmak için anneyi merkez olarak kullanma gibi) genişler (Bowlby, 2012). Ayrıca bu evrede spesifik bağlanmalar gerçekleşir (Santrock, 2012). Bowlby (1969) tarafından "*amaca göre düzeltilen ortaklığın (goal-corrected partnership) şekillenmesi*" olarak adlandırılan dördüncü ve son evrede çocuk annesinin

hedeflerini ve bunları gerçekleştirmeye yönelik planlarının farkında olmaya başlar. Böylece ortaklık denilen daha karmaşık bir ilişki için zemin oluşturulur.

Bowlby, evrimsel süreç içinde bebeklerin yetişkinlere karşı yakınlığın kurulmasına ve sürdürülmesine yönelik çabasını, hayatta kalma ve üreme kapasitesine ulaşma açısından doğal evrimsel seçimle oluşan güdüsel bir davranış olarak ele almış ve bağlanma davranışsal sisteminin ilk adımı olarak görmüştür (Sümer, Sayıl ve Kazak-Barument, 2016). Yakınlığın korunmasına yönelik gerçek veya algılanan engeller kaygı ile sonuçlanmaktadır ve bu durum yakınlığın yeniden kurulmasına ilişkin bağlanma davranışlarını başlatmaktadır. Bu tür engeller belirli değerlendirmelere bağlı olarak kaygının yanında kızgınlık ve üzüntüye de neden olabilmektedir. Bunun aksine yakınlığın sağlanıp korunması durumu ise güvenlik ve sevgi duygusu yaratmaktadır. Bu nedenle, Bowlby bağlanmanın duygusal bir bağ olduğunu savunmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanmanın işlevleri bebeğin bakıcısıyla kurduğu ilişkideki davranışlarında görülmektedir. Bağlanma figürüne yakınlık arayışı ya da *yakınlığı koruma* (proximity maintenance), özellikle bebeğin kendini endişeli ve tehlikeli bir durumda hissettiğinde ortaya çıkmaktadır. Böyle zamanlarda bakıcı, bebeğin rahatlaması ve kendini güvende hissetmesi için *güvenli sığınak* (safe haven) işlevi görmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Güvenlik duygusunu sağlayan bebek, doğuştan getirdiği merak duygusuyla bağlanma dışı bir davranış olan keşif sürecinde bakıcıyı *güvenli üs* (secure base) olarak kullanmaktadır. Güvenli üs işlevi, bebeğin yetkin ve özerk bir birey olabilmesi için gereklidir (Sümer vd., 2016). Bowlby'e (aktaran Hazan ve Shaver, 1994) göre "yakınlığı koruma (yakınlık arayışı ve ayrılık protestosunu de içeren)", "güvenli sığınak" ve "güvenli üs" bağlanmanın üç tanımlayıcı özelliği ve bağlanma ilişkisinin üç temel işlevidir. Bağlanma sisteminin temel bileşenleri Şekil 2-1'de görülmektedir.

Rothbard ve Shaver'a (aktaran Demir, 2015) göre, yakınlık sağladığında çocuk aktif-bağımsız keşif yoluyla öğrenirken bağlanma sistemi geri planda çalışmayı sürdürmektedir. Ancak yakınlık sağlanamadığında, bağlanma sistemi tekrar devreye girerek çocuğun çevreye ilgisini azaltarak gelişimi için önemli bir işlevi olan keşif davranışının aktif olarak gösterilmesini engellemektedir. Yakınlık sağlanamadığında ayrılığa karşı geliştirilen tepki üç evrede gerçekleşmektedir:



Şekil 2-1: Bağlanma Sisteminin Temel Bileşenleri (aktaran Karataş, 2016, s.17)

- 1. Protesto (Protest):** Bu evrede çocuk, anne kaybında yüksek sesle ağlama, karyolasını sallama, kendini savurma gibi davranışlar göstererek onu geri getirmeye çalışır ve annesini bulmak için arayışa girer. Birkaç saatten birkaç haftaya kadar sürebilen bu evrenin başlaması hemen olabilir ya da gecikebilir (Bowlby, 1969).
- 2. Umutsuzluk (Despair):** Bu evrede annenin geri döneceğine ilişkin artan umutsuzlukla birlikte çocuğun aktif hareketleri ve ağlaması aralıklı olarak azalır. Durgunlaşan ve derin bir yas haline giren çocuk çevresine ilgi göstermez (Bowlby, 1969).
- 3. Çekilme (Detachment):** Son evrede çocuk, bir önceki evrenin aksine çevresine ilgi göstermeye başlar. Bakıcıları reddetmez, getirdikleri giysi ve yiyecekleri kabul eder hatta gülümseyip sosyal davranışlar sergileyebilir. Ancak, annesi geri döndüğünde onu zorlukla tanıyabilir, annesine karşı ilgisini kaybetmiş olarak görünüp annesinden uzaklaşabilir (Bowlby, 1969). Bu davranışlar, çocuğun anneyi yeniden kaybedebileceği ihtimaline karşı gelişen kaygının giderilmesine yönelik bir savunma işlevi görür. Annenin geri dönüşünden bir süre sonra tutarsız tepkiler (bir yandan yakınlığı korumaya çalışırken diğer yandan ağlayabilir ya da reddedici bir tutum sergileyebilir) geliştiren çocuk normale döndükten sonra bile beklenmedik durumlar karşısında kaygı belirtileri gösterebilir (aktaran Saymaz, 2003).

Yakınlığı korumadaki gibi uzun ayrılıklardaki tepkiler de bağlanma sisteminin işlerliğini yansıtmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994).

2.2.2. İçsel Çalışan Modeller

Bağlanma sistemi, sosyal girdiler (özellikle de bebek tarafından algılanan tehlike işaretlerinde temel bakım vereninin duyarlılığı) tarafından örgütlenen ve düzenlenen organizma düzeyinde bir sistemdir. Bakım veren kişiyle olan etkileşimler temelinde bebekler ne bekleyeceklerini öğrenir ve davranışlarını ona göre ayarlarlar. Bu beklentiler, bakım verenin ulaşılabilirliğini ve duyarlılığını tahmin etmede kullanılabilen kendine ve bağlanma figürüne ilişkin içsel çalışan modellerin temelini oluşturur (Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby'e (1969, 1973, 1980) göre kişiler ve nesnelere dünyasıyla yapılan sürekli işlemler sayesinde çocuk, kendisiyle ve çevresindeki önemli kişilerle ilgili daha karmaşık içsel çalışan modeller oluşturmaya başlar. İlk yılın sonuna doğru başlayıp ve dil becerilerinin gelişmesiyle özellikle ikinci ve üçüncü yıllar boyunca aktif hale gelen çocuk, fiziksel dünyasının nasıl davranmasını beklediği, annesinin ve diğer önemli kişilerin nasıl davranmasını beklediği, kendisinin nasıl davranmasını beklediği ve her birinin diğerleriyle etkileşiminin çalışma modellerini oluşturmakla meşguldür. Bu çalışma modelleri çerçevesinde durumu değerlendirir ve planlar yapar. Annesinin ve kendisinin çalışma modelleri çerçevesinde ise durumunun özel yönlerini değerlendirir ve bağlanma planları yapar (Bowlby, 1969). Bowlby'e göre, erken dönem deneyimleri, oluşturulan bu şemalar aracılığıyla zamanla bilişsel olarak kristalize olurlar ve daha sonraki yıllarda da kullanılırlar (Sümer vd., 2016).

Bu modelin temel varsayımı, özellikle ayrılma, sıkıntı ve yeniden birleşme durumlarında bakım veren figürüyle yaşanan erken dönem deneyimlerinin yakın ilişkilerle ilgili içsel çalışma modellerinin oluşumunu şekillendirmesidir. Bu modeller; kişinin kendi değerine, yetkinliğine ve sevilebilirliğine ilişkin temel algılamalarını içeren bir *benlik modeli* ve sosyal dünyasındaki önemli diğerlerinin temel iyiliği, güvenilirliği ve bağlılığına ilişkin temel beklentileri somutlaştıran bir *başkaları modeli* olmak üzere iki bilişsel şemanın birleşmesinden oluşmaktadır (Lopez, Melendez, Sauer, Berger ve Wyssmann 1998). İhtiyacı olduğunda bakıcısından gereken desteği ve olumlu tepkiyi gören çocuk, bakıcısının ulaşılabilir,

güvenilir ve destekleyici olduğuna ilişkin olumlu başkaları modeli ve kendisinin de sevmeye değer olduğuna ilişkin olumlu bir benlik modeli geliştirir. İhtiyaçları karşılanmayan ve bakıcısından tutarsız tepkiler gören bir çocuk ise bağlanma figürünü reddedici ve güvenilmez olarak görerek olumsuz bir başkaları modeli oluşturur ve kendisini de sevmeye ve desteklenmeye değmeyen biri olarak görerek olumsuz bir benlik modeli oluşturur. Sonuç olarak, benlik modeli ve başkaları modeli birbirini tamamlayıcı ve karşılıklı olarak birbirini doğrulayıcı biçimde gelişir (Bowlby, 1973).

Kendisiyle ve bağlanma figürüyle ilgili oluşturulan içsel çalışan modeller, düzenlendikten sonra farkında olmadan çalışma eğilimindedir ve yeni bir bilgi var olan model tarafından özümseir. Bu nedenle modeller dramatik değişimlere karşı dirençli olma eğilimindedir (Bowlby, 1980). Özellikle bağlanma figürü ile kurulan ilişkilerin olumsuz olduğu durumlarda esnekliklerini göreceli olarak kaybederler ve değişime yüksek düzeyde direnç gösterirler (aktaran Sümer ve Güngör, 1999). Bununla birlikte, içsel çalışan modellerin değişebileceğine ilişkin bazı araştırmalar bulunmaktadır. Bowlby kuramında yaşam boyu süreçte bağlanma örüntülerinin büyük ölçüde durağan olacağını öne sürmekle birlikte deneyimler sonucu revizyona açık hale gelebileceğini belirtmiştir. Bu hipotezin test edildiği boylamsal bir çalışmada ebeveyn kaybı, ebeveynlerin boşanması, ebeveyn ya da çocuğun yaşamı tehdit edici bir hastalık geçirmesi, ebeveynin psikiyatrik bozukluğa sahip olması ve aile üyelerinden biri tarafından fiziksel ya da cinsel istismara uğranması gibi olumsuz yaşam olaylarının bebeklikten genç yetişkinliğe bağlanma sınıflandırmalarının değişiminde etkili olduğu ortaya konmuştur (Waters, Merrick, Treboux, Crowell ve Albersheim, 2000).

İçsel çalışan modeller, benlik saygısının gelişimi için temel oluşturmaktadır. Çocuklukta oluşan bu modeller, yaşam boyu sosyal ilişkilere yön vermektedir ve bireyin kişilik gelişiminde etkili olmaktadır (Bowlby, 1973).

2.2.3. Yabancı Ortam Çalışmaları

Çocukların bağlanma örüntülerindeki farklılıklara ilişkin ilk sistematik ve deneysel çalışmalar Ainsworth ve diğerleri (1978) tarafından “Yabancı Ortam Çalışmaları” ile başlamıştır. Bu çalışmalarda, ortalama olarak 12 aylık çocukların yabancı birinin varlığında, annenin çocuğun yanından ayrılması, anne ve çocuğun

yeniden buluşmaları durumlarında çocukların verdiği tepkiler gözlemlenerek bağlanma örüntülerindeki bireysel farklılıklar incelemiştir.

Yabancı Ortam Çalışmaları, toplamda yaklaşık 20 dakika sürecek şekilde ve sekiz bölüm halinde planlanmıştır. İlk olarak, anne ve bebek daha sonra yabancı bir kadın, bir laboratuvar oyun odasına girer. Yabancı kişi bebekle oynarken anne kısa bir süre odayı terk eder ve sonra odaya geri döner. Bunu bebeğin tamamen yalnız olduğu ikinci bir ayrılık takip eder. Son olarak, yabancı ve daha sonra da anne döner. Çalışmanın tüm aşamaları Tablo 2-1’de özetlenmiştir.

Yapılan bu çalışma sonrasında bebeklerin ayrılık, yeniden bir araya gelme ve yabancıyla yalnız kaldıkları durumlarda verdikleri tepkilere göre güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stili olmak üzere üç tipik örüntü sergilediği bulunmuştur (Ainsworth vd., 1978). *Güvenli bağlanan bebekler*, çevreyi keşfetmek için bakım verenlerini güvenlik üssü olarak kullanırlar, anneleri ayrıldığında ise hafif bir protesto gösterebilirler ancak yeniden bir araya geldiklerinde kolayca sakinleşip oyunlarına devam ederler. *Kaygılı-kararsız bağlanan bebekler* ise, anneleriyle birlikteyken kaygılı bir biçimde ona yapışır ve çok fazla keşif yapmaya çalışmazlar. Ayrılık durumlarında şiddetli bir biçimde ağlayan bebekler anneyle yeniden bir araya geldiklerinde hem anneye yakın olmak isterler hem de anneye karşı yoğun öfke ve kızgınlık yaşarlar. *Kaçınan bağlanan bebekler*, anneyle çok az iletişime geçerler ve ayrılma durumunda umursamaz görünürler. Yeniden bir araya geldiklerinde ise annelerinin dönüşüne hiç tepki göstermez ve başka şeylerle ilgilenebilirler (Santrock, 2012). Main ve Solomon’a (1986) göre, bu üç temel sınıflandırmanın dışında “sınıflandırılmayan” bir grup daha bulunmaktadır. Main ve Solomon (1986) tarafından bu gruptakilerin *güvensiz-dağınık* (insecure-disorganize/disoriented) bağlanma örüntüsüne sahip olduğu bulunmuştur. Güvensiz-dağınık bağlanma örüntüsüne sahip bebeklerde; beklenen tepki sırasında düzensizleşme (örneğin güçlü bir kaçınmayı izleyen güçlü bir yakınlık arayışı), çelişkili davranış örüntülerinin eş zamanlı gösterilmesi, tamamlanmamış ve yönlendirilmemiş hareketler ve yüz ifadeleri, kafa karışıklığı ve kaygının doğrudan göstergeleri ve davranışsal durgunlaşma (sersemlemiş ya da şaşkın görünmek) gibi davranışlar görülmektedir. Santrock’a göre (2012), dağınık olarak sınıflamak için bebeklerin hem güçlü

kaçınma hem de direnç örüntüleri ya da çevresinden ve bakım verenden çok yüksek düzeyde korkmak gibi belirli özel davranışlar göstermeleri gerekmektedir.

Tablo 2-1: Yabancı Ortam Çalışmaları (Ainsworth vd., 1978, s. 37)

Bölüm Numarası	Kişiler	Süre	Eylemlerin Kısa Açıklaması
1	Anne, bebek ve gözlemci	30 saniye	Gözlemci anne ve bebeğe deney odasını tanıtır ve ondan sonra odadan ayrılır.
2	Anne ve bebek	3 dakika	Bebek etrafı keşfederken anne katılımcı değildir; eğer gerekirse 2 dakikadan sonra oyun teşvik edilir.
3	Yabancı, anne ve bebek	3 dakika	Yabancı girer. İlk dakika, yabancı sessizdir. İkinci dakika, yabancı anneye sohbet eder. Üçüncü dakika yabancı, bebeğe yaklaşır. 3 dakikadan sonra anne dikkat çekmeden ayrılır.
4	Yabancı ve bebek	3 dakika veya daha az*	Birinci ayrılık aşaması: Yabancının davranışları bebeğe yöneliktir.
5	Anne ve bebek	3 dakika ya da daha fazla**	Birinci yeniden bir araya gelme aşaması: Anne bebeğe selam verir ve/veya bebeği rahatlatır, sonra bebeğin tekrar oyun oynamasını sağlar. Daha sonra anne “güle güle (bye bye)” diyerek odadan ayrılır.
6	Bebek (yalnız)	3 dakika veya daha az*	İkinci ayrılık aşaması.
7	Yabancı ve bebek	3 dakika veya daha az*	İkinci ayrılık aşaması devam ederken yabancı odaya girer ve bebeğe yönelik davranışlarda bulunur.
8	Anne ve bebek	3 dakika	İkinci yeniden bir araya gelme aşaması. Anne odaya girer, bebeği selamlar, sonra bebeği kucağına alır. Bu arada yabancı dikkat çekmeden odadan ayrılır.

*Bebek aşırı derecede stres olduğunda bölümün süresi kısaltılır.

**Bebeğin oyuna yeniden dahil olması için daha fazla süre gerektiğinde bölüm uzatılır.

2.2.4. Çocukluk Döneminde Bağlanma

Bowlby (1973), bağlanmanın “beşikten mezara” uzanan yaşam boyu bir süreç olduğunu savunmuştur. Bununla beraber, bağlanma stillerinin süreklilik gösterdiğine ilişkin araştırma bulguları olmakla birlikte (Waters vd., 2000) yaşam boyu değişen ve gelişen bireylerin gelişimsel ihtiyaçlarına bağlı olarak bağlanma figürlerindeki ve alanlarındaki değişim göz önüne alındığında bağlanma konusunun her gelişim dönemi için ayrı olarak ele alınması gerektiği düşünülmektedir.

Çocukluk dönemindeki bağlanma davranışına bakıldığında, Bowlby (1969) tarafından tanımlanan “amaca göre düzeltilen ortaklık” evresine gelmesiyle çocuk ve anne arasındaki fiziksel yakınlığın daha az öneme sahip olduğu görülmektedir. Bu evrede çocuğun annesiyle tamamen fiziksel yakınlıkla sağlanan etkileşime bağlı bir ilişkisi olmadığını fark etmeye başladığı görülmektedir. Anne ve çocuğun ortak bir amaç ya da plan paylaşabilmelerinin mümkün olmasıyla çocuk ayrıldıklarında dahi ilişkilerinin devam ettiğinin farkına varmaktadır. Bu nedene kısa ayrılıklar sürecince çocuk kendini güvende hissedebilir. Daha büyük yaştaki okul öncesi dönemdeki çocuklar kısa ayrılıklara üzülmeğe, ayrılık ve yeniden bir araya gelmeyi düzenlemede ortak hedef veya plan eksikliği algıladıklarında üzüleceklerdir (Marvin ve Greenberg, 1982). İki, üç ve dört yaşındaki çocukların anneleriyle kısa ayrılıklarını gözlemleyen Marvin (aktaran Marvin ve Greenberg, 1982) tarafından yapılan deneysel bir çalışmada en çok dört yaşındaki çocukların anneleriyle ayrılma ve yeniden bir araya gelme durumlarında ortak ya da karşılıklı olarak kararlaştırılmış planlar kurmaya çalıştığı görülmüştür.

İki, üç ve dört yaşındaki çocukların ayrılık ve birleşme durumlarında verdikleri tepkilere bakıldığında ise iki yaşındaki çocukların daha az temas arayışı dışında bir yaşındakilere benzer tepkiler verdiği görülmüştür. Üç yaşındakiler, bir yaşındakilerin gösterdiğine göre daha az ayrılık endişesi daha az yakınlık arayışı sergilemiştir. Dört yaşındaki çocukların ise genel olarak yabancı ortamdaki kısa süreli ayrılıkları önemsememe ve tekrar bir araya geldiklerinde yakın temas aramaya ihtiyaç duymadan neşeli bir etkileşim kurma eğiliminde oldukları gözlenmiştir (aktaran Ainsworth, 1985).

Orta çocukluk döneminde ise sosyal çevrenin de gelişmesiyle çocuk bağlanma figüründen uzaklaşmakta ve akran odaklı olmaya başlamaktadır. Bu dönemdeki bağlanmayı tanımlayan dört özellik vardır. İlk olarak, bu dönemdeki çocuk bağlanma figürüyle iletişim kurmanın ya da ihtiyacı olduğunda bir araya gelmenin mümkün olduğunu bildiği sürece daha uzun ayrılıklar yaşayabilir ve bağlanma figüründen daha uzak mesafede kalabilir. İkinci özellik, orta çocuklukta ebeveynlerin temel bağlanma figürü olmasıdır. Bağlanma figürüne ihtiyaç duyulması muhtemel durumlar hakkında soru sorulduğunda (örneğin, çocuğun korktuğu ya da üzgün olduğu zamanlar ya da evden ayrılma gibi belirli durumlar), 11-12 yaş arasındaki çocuklar bile, akranlarından fazla ebeveynlerini tercih etmiştir. Üçüncü özellik ise, çocuk ve ebeveyn arasındaki güvenli üssün daha büyük ortak düzenleme ile değişmesidir. Bu dönemde çocuk ve ebeveynleri çocuğun problemleriyle daha iyi başa çıkabilmesinin bir yolu olarak problemlerini çözmek için birlikte çalışırlar. Orta çocukluğun sonunda çocuk ve ebeveyn arasındaki bağlanma işbirlikçi bir ittifak olarak görülebilir. Çocuk hala ebeveyn figürünü daha güçlü ve daha akıllı olarak görür; fakat problemlerinin çözümünde ebeveynine güvenmek yerine onu bir kaynak olarak kullanmaya başlar. Son olarak, bağlanma figürleri bu dönemde hala hem çocuğun stresli zamanlarındaki güvenli sığınak hem de çocuğun keşif sürecini destekleyen bir güvenli üs olmaya devam eder (Kerns ve Brumariu, 2016).

2.2.5. Ergenlik Döneminde Bağlanma

Ergenlik döneminde meydana gelen psikososyal gelişim, bağlanma ile ilgili biliş, davranış ve duyguların anlamında ve ifadesinde etkili değişiklikler meydana getirmektedir (Allen ve Tan, 2016). Bağlanma bakış açısından ergenlik bir geçiş dönemidir. Morsünbül ve Çok'a (2011) göre bağlanma ergenlik döneminde ergenin yeni durumlarla baş etmesinde temel rol oynamaktadır.

Ergenlik döneminde, özerlik çabasının bir parçası olarak ebeveynlerden akranlara doğru bir kayma vardır (Raja, McGee ve Stanton, 1992). Ergenlik boyunca hızla gelişen beceriler, ebeveyn bağlanma figürüne bağımlı olma ihtiyacını azaltır ve keşif sisteminde yeni çevreleri keşfetme ve öğrenmeye yönelik ihtiyaç sağlıklı büyümeyi destekler. Bu değişiklikler, keşiflerin giderek merkezi bir rol almasıyla bağlanma davranışları ve keşif ihtiyaçları arasında yeni bir dengeyi gerektirir. Bakım verenle ortaklıkta ergenin bağlanma ihtiyaçlarının tümünün ya da çoğunun bakım

veren tarafından karşılanması azalırken; bağlanma ihtiyaçlarının özerk olarak karşılanması konusunda ergene kapasitesini geliştirmek için daha fazla yardım edilir. Ergen, iletişim ve bakış açısı alma becerilerini kazandıkça hem ergen hem ebeveynin ihtiyaç duyulduğunda bağlanma ile ilgili davranışlarını değiştirmeleri ya da düzeltmeleri mümkün hale gelir (Allen ve Tan, 2016).

Temel bağlanma figürleri olarak ebeveynler önemini hiçbir zaman tamamen yitirmez ancak akranlar bağlanma hiyerarşisinde zamanla üst kısımlara doğru çıkar (Hazan ve Shaver, 1994). Ergen için aile ve akranlar iki bağımsız “sosyal dünya” oluşturur. Aileye bağlanma, akranlara bağlanmadan bağımsız olabilir ve bu iki dünyanın göreceli olarak önemi, ergenin öz-değerlendirmesinde hangi bağlamı önemli olarak değerlendirdiğine bağlıdır (Raja vd., 1992). Akranlarla kurulan ilişkilerin önemli hale gelmesiyle bu dönemde, ebeveynleriyle değişen ilişkilerine ve bilişsel ve duygusal kapasitelerindeki gelişime ek olarak ergenler için destekleyici akran bağları kurmayı öğrenme de önemli bir gelişim görevidir (Allen ve Tan, 2016).

Birey ergenliğe girince, erken dönem bağlanma deneyimlerine ilişkin zihinsel temsilleri, ergenin gelişen bilişsel kapasitesiyle birlikte gelişmeye başlar. Gelişen kapasite, ergenin bağlanma deneyimlerine ilişkin daha bütünlük ve genelleştirilmiş bir zihinsel model yaratmasına imkan verir (Allen ve Tan, 2016). Bilişsel gelişim açısından soyut işlemler dönemine girilen bu dönemde, ergenler zihinsel modellerini genelleyerek ilişkilerinde buna yönelik çıkarımda bulunma kapasitesine ulaşırlar. Bu durum bir taraftan ergenleri ilişkilerinde daha hassas ve kırılmaya daha açık hale getirirken, diğer taraftan erken dönem deneyimlerine göre oluşturulan olumlu ya da olumsuz zihinsel modeller ergenlerin yakın arkadaşlık ilişkilerini de etkiler (Sümer ve Sakman, 2018).

Sonuç olarak, ergenlik bağlanma ilişkisinde belirgin değişikliklere neden olan bir dönemdir. Bu değişim, ileride kendi çocukları ve eşine karşı güvenli bağlanmanın oluşabilmesi için yaşanması gereken bir değişimdir (Keskin ve Çam, 2009).

2.2.6. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

Bireylerin, özellikle sosyal-duygusal gelişim süreçleri açısından ele alındığında, bağlanma davranışının bütün gelişim dönemleri için farklı

karakteristiklere sahip olduğu gör÷lmektedir. Bebeklik döneminde temel bakım veren ile bebek arasındaki ilişkinin niteliği bağlanma davranışını tanımlamak için önemliyken yetişkinlik dönemine doğru gelindiğinde romantik ilişkilerdeki bağlanma süreçleri ön plana çıkmaktadır. Gelişimsel süreç içinde bağlanma davranışında meydana gelen değişim Hazan ve Shaver (1994) tarafından oluşturulan “Bağlanma Aktarım Süreci Modeli”nde özetlenmiştir (Tablo 2-2). Modelde de gör÷ldüğü üzere, normal gelişim süreci içinde temel bağlanma figürleri olan anne-baba giderek önemini yitirirken akranlara doğru bir yönelim söz konusudur (Hazan ve Shaver, 1994).

Tablo 2-2: Bağlanma Aktarım Süreci Modeli (Hazan ve Shaver, 1994, s.9)

GELİŞİMSEL EVRE	BAĞLANMA DAVRANIŞLARININ AMACI	
	Anne-Baba	Akranlar
Bebeklik	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenli üs	
Erken Çocukluk	Güvenli sığınak Güvenli üs	Yakınlığı koruma
Geç çocukluk/Erken Ergenlik	Güvenli üs	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak
Yetişkinlik		Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenli üs

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma süreçlerini inceleyen ilk çalışmalardan biri Main, George, ve Kaplan (aktaran Bartholomew, 1990) tarafından yapılmıştır. Main ve diğerleri (1984) yetişkinlerin çocukluklarında yaşadıkları bağlanma ilişkilerini araştıran bir Yetişkin Bağlanma Görüşmesi (Adult Attachment Interview) geliştirmişlerdir. Bu görüşme; ebeveynlerinden ayrılıkları ve onları reddetmeleri, çocukluktan yetişkinliklerine kadar ebeveynleriyle olan ilişkilerinin niteliğine ilişkin soruları içermektedir. Görüşmede bağlanma grupları, çocukluktaki bağlanma örüntülerine paralel olarak belirlenmiştir. *Güvenli/bağımsız* bağlanma olarak sınıflananların ebeveynleriyle bağlanma ilişkilerine dair olumlu anıları bulunmaktadır. *Saplantılı* olarak sınıflanan grubun ebeveynleriyle yakınlığı karışıktır

ve ebeveyn desteğini kazanma çabaları hayal kırıklığına uğramış olarak tanımlanmıştır. *Kayıtsız bağlananlar* tarafından ise ebeveynler stresli zamanlarında destek göstermeyen ve soğuk kişiler olarak tanımlanmıştır. Bu gruptakiler bağlanma ilişkilerini ve çocukluk yaşantılarının etkisini önemsiz gibi göstermişlerdir. Bu yöntem çocukluk dönemindeki bağlanmayı ve anne-çocuk etkileşimlerinin niteliğini tahmin etmede kullanışlı olarak değerlendirilmektedir. Ancak, yetişkinlikteki bağlanma stilini tanımlamada ebeveyn ilişkileri önemli olduğu kadar romantik ilişkiler ve akranlarla kurulan ilişkiler de önemlidir. Bu nedenle, yetişkin bağlanmasını sınıflandırmada sadece çocukluk deneyimlerine odaklanmak sınırlılık oluşturmaktadır (Bartholomew, 1990).

Yetişkinlikteki bağlanma süreçlerini ilk defa inceleyen çalışmalardan biri de Hazan ve Shaver (1987) tarafından yapılmıştır. Main ve diğerlerinin çocukluk deneyimlerine odaklanmasının aksine, yapılan çalışmada romantik aşk, bağlanma süreci olarak kavramsallaştırılmış ve yetişkin bağlanma stillerini belirlemek için kendini değerlendirme (self-report) ölçeği geliştirilmiştir (Bartholomew, 1990). Hazan ve Shaver (1987) yetişkinlikteki bağlanmanın bebek ve bakıcısı arasındaki bağlanmaya benzerlik gösterdiğini savunmuş ve çalışmasında Ainsworth ve diğerlerinin (1978) sınıflandırmasını temel almıştır. Yapılan çalışma sonucunda; güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma, kaçınan bağlanma olmak üzere üç bağlanma alt boyutu olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmaya göre, bebeklikteki bağlanmanın yüksek oranda yetişkinlikteki bağlanmayla aynı olduğu ve romantik aşk deneyimlerinde bu üç grubun farklılaşacağı bulunmuştur. Ayrıca bağlanma stilleri, benlikle ilgili ve başkalarıyla ilgili oluşturulan zihinsel modellerle ve ebeveynlerle yaşanan ilişki deneyimleri ile ilişkili bulunmuştur.

Hazan ve Shaver (1987) erken dönem bağlanma deneyimleri ile yetişkinlikteki bağlanmanın benzer işlevlere sahip olduğunu belirtmekle birlikte; Shaver, Hazan ve Bradshaw (aktaran Demir, 2010) tarafından yetişkin romantik ilişkisi bağlanma/bakım verme ve cinsellik olmak üzere iki davranışsal sistemin birleşimi olarak ele alınmıştır.

Güvenli bağlanan yetişkinler, daha kolay yakın ilişki kurabilmekte; uzun süreli, az sorunlu ve doyum verici ilişkiler yaşamakta, kendilerini güvenli olarak görmekte ve birlikte oldukları kişilerin hatalarında destekleyici olmaktadır.

Kaygılı-kararsız bağlanan bireyler, terk edileceğine ilişkin endişe duymaktadırlar ve aşırı kıskanç, cinselliğe fazla önem veren ve sık duygusal iniş-çıkışlar yaşayan kişilerdir. *Kaçınan bağlanma stili*ndeki yetişkinler ise, yakınlık kurmak istememekte ve partnerlerine karşı soğuk ve mesafeli davranmaktadırlar (Büyükşahin, 2006).

Bartholomew ve Horowitz (1991) ise Hazan ve Shaver'in (1987) modelini tekrar ele almış, yetişkin bağlanma stillerini dört boyutta incelemiştir. Bartholomew ve Horowitz (1991) "Dörtlü Bağlanma Modeli"ni Bowlby (1973) tarafından önerilen benlik ve başkaları modeli temel alınarak oluşturmuştur. Modeldeki benlik modeli kişinin kendisini sevmeye ve desteklenmeye değer olarak görüp görmediğine göre olumlu ya da olumsuz olarak ayrılmıştır. Başkaları modeli ise diğerlerinin güvenilir ve ulaşılabilir ya da güvenilmez ve reddedici olarak görülmesine göre olumlu ya da olumsuz olarak sınıflandırılmıştır. Buna göre dört bağlanma stili oluşmaktadır. "Dörtlü Bağlanma Modeli" Şekil 2-2'de gösterilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Şekil 2-2: Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz, 1991, s.227)

		BENLİK MODELİ (Bağımlılık)	
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (Yüksek)
BAŞKALARI MODELİ (Kaçınma)	Olumlu (Düşük)	GÜVENLİ Yakınlık kurmada rahat ve özerk	SAPLANTILI İlişkilerde saplantılı
	Olumsuz (Yüksek)	KAYITSIZ Yakınlık kurmaktan kaçınan Bağlılığa karşı koyan	KORKULU Yakınlık kurarken korkulu Sosyal olarak çekingen

Güvenli bağlanma stili, olumlu benlik ve olumlu başkaları modelinin birleşimidir. Bu bağlanma stiline sahip bireyler, kendilerini sevmeye değer görürken, diğerlerini de güvenilir olarak değerlendirir. Yakınlık kurabilirler ve ilişkilerinde özerk davranırlar. *Saplantılı bağlanma stili* olumsuz benlik modeli ve olumlu başkaları modellerinin birleşimidir. Bu bağlanma stiline sahip bireyler, kendilerini sevmeye değer görmezken, başkalarını güvenilir olarak değerlendirirler.

Kayıtsız bağlanma stili, olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelinin bileşimidir. Bu bireyler, kendilerini değerli olarak görürken, başkalarını olumsuz olarak değerlendirerek yakınlık kurmazlar. *Korkulu bağlanma stili*, olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modelinin birleşimidir. Kendilerini sevmeye değer görmeyen bu bireyler, başkalarını ise güvenilmez ve reddedici olarak değerlendirir.

Hazan ve Shaver (1987) ve Bartolomew ve Horowitz'in (1991) modelleri karşılaştırıldığında, güvenli bağlanmanın iki modelde de ortak olduğu görülmektedir. Hazan ve Shaver'ın (1987) modelindeki kaygılı-kararsız bağlanma stili ile Dörtlü Bağlanma Modelindeki saplantılı stil de benzer özellikler göstermektedir. İki model arasındaki temel ayrımın Hazan ve Shaver'ın modelinde yer alan kaçınan bağlanma stilinin, Bartolomew ve Horowitz'in modelinde korkulu ve kayıtsız bağlanma stili olarak iki grupta incelenmesi olduğu görülmektedir. Bunun nedeni olarak, Bowlby'nin (1973) benlik ve başkaları modeline göre bağlanma stillerini tanımlayan Bartolomew ve Horowitz'in (1991) sadece bir kaçınan-kayıtsız sınıflamasının başkaları onlara yakın olduğunda rahatsızlık ve sıkıntı yaşayan yetişkinleri sınıflamada kavramsal olarak yetersiz kalabileceğini düşünmesi olarak ifade edilmektedir.

Yetişkin bağlanmasına ilişkin çalışmalardan birisi de Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada yetişkin ilişkileri kaygı ve kaçınma olarak iki temel boyutta incelenmiştir. Kaygı boyutu, yakın ilişkilerde yaşanan reddedilme veya terk edilmeye ilişkin korku yaşama durumudur (Brennan vd., 1998). Bağlanma kaygısı, yakınlık ve koruma için güçlü bir istek, partnerinin ulaşılabilirliği ve partnerinin ona verdiği değer hakkında yoğun endişeler ve güvensizlik ve stresle baş etmek için *hiperaktivasyon stratejilerinin* (hyperactivating strategies) kullanımı ile ilgilidir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Kaçınma boyutu ise, yakınlık ve bağlılıktan rahatsızlık ve kendini açma konusunda isteksizliktir (Brennan vd., 1998). Kaçınma; yakınlıktan ve ilişkide partnerlerine bağlılıktan rahatsızlık duyma, duygusal uzaklığı tercih etme, kendine güvenme ve stresle baş etmek için *devre dışı bırakma stratejilerinin* (deactivating strategies) kullanımı ile ilgilidir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Daha sonra Brennan ve diğerleri (1998) tarafından bu boyutlara göre dört bağlanma stili tanımlanmıştır. Buna göre, yakın ilişkilere yönelik yaşanan kaygısı ve başkalarından/yakınlıktan kaçınması düşük düzeyde olan kişiler

güvenli bağlanma stiline; yakınlığa yönelik kaygısı ve başkalarından kaçınması yüksek olan kişiler *korkulu bağlanma stiline*; kaygı düzeyi yüksek ve ilişkilerden kaçınma düzeyi düşük olan bireyler *saplantılı bağlanma stiline* ve son olarak kaygı düzeyi düşük ve kaçınma düzeyi yüksek olan bireyler *kayıtsız bağlanma stiline* sahiptir (Brennan vd., 1998). Görüldüğü gibi, Brennan ve diğerleri tarafından tanımlanan bağlanma stilleri ile Dörtlü Bağlanma Modelindeki bağlanma stilleri arasında benzerlik bulunmaktadır. Ancak, Bartolomew ve Horowitz'in (1991) sınıflandırması benlik ve başkaları modelinin olumlu ve olumsuz olarak değerlendirilmesine göre olurken Brennan ve diğerlerinin (1998) sınıflandırması yakınlıktan duyulan kaygı ve başkalarından ya da yakınlıktan kaçınma düzeylerindeki düşüklük ve yüksekliğe göre yapılmıştır. Bununla birlikte, kaygı boyutunun benlik modeli boyutu ile kaçınma boyutunun ise başkaları modeli boyutu ile benzerlik gösterdiği ifade edilmektedir (Brennan vd., 1998).

Bu çalışmada beliren yetişkinlerin bağlanma süreçleri incelenecektir. Yetişkin bağlanmasında öne çıkan konulardan biri olarak beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerine odaklanılacaktır. Bağlanma konusu flört kaygısı ve romantik yalnızlık kavramları etrafında ele alınacaktır.

2.3. FLÖRT KAYGISI

Flört kaygısını tanımlamadan önce, teorik olarak flörtü ele almanın ve flörtün aşamalarını ve oluşum sürecini incelemenin ilişkilerde yaşanan flört kaygısını yorumlamada yararlı olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle ilerleyen bölümde flört kavramına, flörtün işlevlerine ve flörtün aşamalarına değinilecektir. Daha sonra ise beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerinde yaşadığı problemleri açıklamada önemli bir bakış açısı sunabileceği düşünülen flört kaygısı konusu ele alınacaktır.

2.3.1. Kavramsal Olarak Flört ve Flörtün İşlevleri

Pirog-Good ve Stets (aktaran Chorney ve Morris, 2008) tarafından flört, “gelecekteki etkileşim olasılığını, duygusal bağlılığı ve/veya cinsel yakınlık olasılığını artırabilen karşılıklı doyum sağlayıcı etkinliklere katılmayı odaklanan ikili bir etkileşim” olarak tanımlanmaktadır. Flörtün diğer bir anlamı ise karşı cinsten birisiyle yakın ilişki kurmaktır (Yılmazçoban, 2008). Öncelikle arkadaşlık sürecinde

karşı cinsten bireylerle arkadaşlık kurma, sonra karma cinsiyetten gruplarda arkadaşlık, sonrasında flört davranışı görülmektedir (Bayhan ve Işıtan, 2010).

Flört davranışı, geçmişten günümüze büyük ölçüde değişime uğramıştır. Eskiden bir erkeğin bir kadını yemeğe ya da birşeyler içmeye davet etmesi flört denmesi için yeterliyken değişen sosyal normlar ve kadın-erkek arasındaki eşitliğin artmasıyla, bir kadının erkeği kahve içmeye davet etmesi de günümüzde flörtü başlatabilir. Bununla birlikte, flörtü arkadaşça yapılan bir sosyal aktiviteden ayıran bazı ince nüanslar vardır. Bu nüanslar bazıları için kolaylıkla fark edilebilse de sosyal becerileri zayıf ya da sosyal ipuçlarını yakalamada yetersiz olan bazı insanlar tarafından bu ayrımın yapılamamasıyla yaşanan korku, yoğun kaygıya yol açabilir. Başlangıçta flört durumlarında kaygı yaşanmasa bile, bunun gibi küçük bir yanlış anlaşılma daha sonraki dönemlerde romantik ilişkilere başlama konusunda korkuya neden olacak kadar stres verici bir durumla sonuçlanabilir (Chorney ve Morris, 2008).

Flört davranışı, zaman içinde değişim göstermesinin yanı sıra kültürlerarası da farklılık göstermektedir. Değerler, dini inançlar ve gelenekler; flört başlangıç yaşını, flörtte ne kadar serbest olunacağını ve ilişkideki erkek ve kadın rollerini belirlemede önemlidir (Santrock, 2012). Tang ve Zuo (2000) tarafından Amerikan ve Çinli üniversite öğrencilerinin flört tutum ve davranışlarının incelendiği bir çalışmada Amerikalı öğrencilerin flört konusunda daha serbest olduğu, daha erken yaşta ve daha sık flört deneyimi yaşadıkları ve cinsel ilişki kurma olasılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buna karşılık, Çinli öğrencilerin daha az serbest oldukları, ilk flört deneyimlerini daha geç yaşta yaşadıkları ve cinsel ilişki kurma olasılıklarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Lau, Markham, Lin, Flores ve Chacko (2009) tarafından Asya kökenli Amerikalı ergenlerin flört ve cinsel tutumlarının araştırıldığı diğer bir çalışma ise, Asya kökenli Amerikalı ergenlerin sıklıkla ebeveyn bilgisi ve izni olmadan flört ettiklerini göstermiştir. Asya kökenli Amerikalı ergenlerin flört süreçleri, genellikle ara aşamaları atlaması ve tek bir sürekli ilişkisi göstermesi açısından farklılık göstermektedir.

Atak ve Taştan'a (2012) göre, romantik ilişkinin insan yaşamındaki iki temel işlevi yakınlık ihtiyacının karşılanması ve kimlik gelişimine katkı sağlamasıdır. Santrock'a (2012) göre ise flört bir eğlence biçimi, bir statü kaynağı, yakın

arkadaşlık hakkında bilgi edinmek için bir ortam veya bir arkadaş bulma yöntemi olabilir (Santrock, 2012). Paul ve White (aktaran Çiftçi, 2018) ise bahsedilen işlemlere ek olarak; flörtün sosyalleşme sürecinde önemli olduğunu, yakınlığı öğrenmeyi sağladığını, cinsel deneyim ve keşif için bir ortam olabileceğini ve daha sonraki dönemlerdeki eş seçimi sürecinde faydalı olabileceğini belirtmektedir.

2.3.2. Flört Aşamaları

Connolly ve Goldberg (1999) tarafından romantik ilişkilerin gelişim süreci dört evrede ele alınmıştır: Tutulma (initial infatuation), katılımcı romantik ilişkiler (affiliative romantic relationships), samimi romantik ilişkiler (intimate romantic relationships) ve bağlılığın olduğu romantik ilişkiler (committed romantic relationships).

İlk evre olan *tutulma* evresinde, fiziksel çekim ve tutku öne çıkan özelliklerdir. Bu erken aşamada, çekimler belirli bir kişiye yöneliktir ve büyük ölçüde herhangi bir gerçek etkileşim veya samimiyet eşlik etmemektedir (Connolly ve Goldberg 1999). Gerçek romantik ilişkiler kısa süreli yaşanır ve sıklıkla yapay tutulmalara dayanır (Steinberg, 2007). İkinci evre olan *katılımcı romantik ilişkiler* evresinde, karma cinsiyetten gruplarda buluşmalar gerçekleşmeye başlar ve bunlar romantik ilişkinin gelişimi için ilk sosyal etkileşimlerdir (Connolly ve Goldberg 1999). Romantik etkinliğin temel amacı, akran grubu statüsünü oluşturmak, geliştirmek ve sürdürmektir. Bununla birlikte bu evre, statü evresi olarak da adlandırılmaktadır (Steinberg, 2007). *Samimi romantik ilişkiler* olarak karakterize edilen üçüncü evrede, tutku ve geliştirilen yakın ilişkilere duygusal yakınlık eşlik eder. Bu evrede, karşılıklı yoğun duygularla beraber kapsamlı cinsel paylaşımlar yaşanır (Connolly ve Goldberg 1999). Ayrıca, romantik eşlerle doğru ve anlamlı bağlanmalar oluşturulmaya başlanır (Steinberg, 2007). Connolly ve Goldberg (1999), son evre olan *bağlılığın olduğu romantik ilişkiler* evresinin ergenliğin sonunda ve genç yetişkinlerde görüldüğünü belirtmektedirler. Bu evrede romantik ilişkiler; tutku, yakın ilişki ve samimiyete ek olarak bağlılıktan oluşmaktadır. Uzun süreli ilişkilendir ve evlilik ile sonuçlanabilirler (Connolly ve Goldberg 1999).

Tahran'a (aktaran Yılmazçoban, 2008) göre ise flört üç aşamada gerçekleşmektedir. İlk aşama olan *arkadaşlık* aşaması, karma gruplarda arkadaşlık

içinde gelişen hoşlanmaya dayalı bir ilişkidir ve fiziksel çekicilik ön plandadır. İkinci aşama olan *sevgililik* aşamasında sevginin de eklenmesiyle iki taraf da birbirlerine kendilerini açarak paylaşım yapmaya başlarlar. Bağlılık ve sadakat duyguları oluşur. Eğer ilişkiden doyum sağlanırsa ilişki devam eder. Son aşama *cinsellik* aşaması olarak tanımlanmıştır. Bu aşamanın daha çok batı toplumlarında görüldüğü belirtilmiştir.

2.3.3. Flört Kaygısı

Literatürde “sosyal kaygı” (socially anxious), “sosyal fobi” (social phobic), “utangaçlık” (shyness) , “heterososyal kaygı” (heterosocial anxiety) ya da “heterososyal yeterlilik” (heterosocial competence) gibi kavramların “flört kaygısı” (dating anxiety) kavramı yerine kullanıldığı görülmektedir (Chorney ve Morris, 2008; Hope ve Heimberg, 1990). Bundan dolayı flört kaygısı kavramının kullanılması konusunda tam bir uzlaşmanın olmadığı söylenebilir. Bununla birlikte, bu konuyla ilgili yapılan ilk çalışmalarda kullanılan heterososyal kaygı, heteroseksüel sosyal kaygı ve heterososyal yeterlilik gibi kavramların (Curran, 1977; Curran, Wallander ve Fishetti, 1980; Fishetti, Curran ve Wessberg, 1977; Haemmerlie ve Montgomery, 1982) güncel çalışmalarda çok fazla kullanılmadığı ve diğer kavramların daha çok kullanıldığı görülmektedir.

Hope ve Heimberg (1990, s.220) tarafından flört kaygısı, “*tam teşekküllü bir ilişki gelişiminden önce olası romantik partnerler ile olan etkileşimlerle ilişkili sıkıntı*” şeklinde tanımlanmıştır. Glickman ve LaGreca (2004, s.567) tarafından ise flört kaygısı “*karşı cinsten üyelerle (olası flört partnerleri) etkileşimler sırasında yaşanan endişe, sıkıntı ve çekingenlik*” olarak tanımlanmıştır.

Hope ve Heimberg’a (1990) göre, flört kaygısı çeşitli nedenlerle yaşanabilir. *Flört kaygısının benlik sunumu modeli* (self-presentational model for dating anxiety) flört kaygısı yaşayan insanların farklı altkümelerini tanımlamada işe yarayabilir. Benlik sunumu (self-presentation), bireylerin etkileşim içinde buldukları kişilerdeki izlenimlerini kontrol etmeye çalışması olarak tanımlanmaktadır. (Schlenker, 2012). Flört kaygısının benlik sunumu modelinde ise koşullu kaygı, sosyal beceri, biliş ve fiziksel çekicilik olmak üzere dört bileşen vardır. Flört kaygısını değerlendirirken; flört durumlarında yaşanan fiziksel uyarılma ve koşullu

kaygı, sosyal beceri eksiklikleri, düşük öz-yeterlilik ve sonuç beklentileri gibi bilişsel bozukluklar ve fiziksel çekiciliğin olup olmadığı konuları göz önüne alınarak kapsamlı bir değerlendirme yapılmalıdır (Hope ve Heimberg, 1990).

Glickman ve LaGreca (2004) tarafından da flört kaygısının üç yönü tanımlanmıştır: Flört ederken ve heterososyal durumlarda olumsuz değerlendirilme korkusu; flört partneri ya da diğer cinsiyetten biriyle etkileşimlere özgü sosyal kaçınma ve endişe; heterososyal durumlara özgü sosyal kaçınma ve endişe (Glickman ve LaGreca, 2004; LaGreca ve Mackey, 2007).

Flört kaygısının sebepleri arasında beden imajı ve fiziksel çekicilik gibi farklı konularda ortaya çıkan endişeler ve uygun flört davranışı hakkındaki bilgi eksiklikleri olarak gösterilmektedir (Nieder ve Seiffge-Krenke, 2001). Bayhan ve Işıtan'a (2010) göre ise flört kaygısı, karşı cinsle ilişkilerde yaşanan korku ve çekingenlik gösterilmesi, cinsel gelişimle ilgili bilgi eksikliği, olumsuz şartlanma, olumsuz akran veya aile ilişkileri gibi sebeplerden de kaynaklanabilmektedir.

Flört kaygısı yaşayan bireylerde, flört ederken sözel ve sözel olmayan iletişimde gerginlik ve sıkıntı duyma, göz kontağı kurmakta zorlanma, konuşurken kekeleme ya da uygun sözcükleri bulmakta zorlanma gibi iletişimde uygun davranışları sergileyememe durumu ortaya çıkar. Ayrıca, fiziksel görünüm ya da kişiliğin bazı yönleriyle ilgili gerginlik duyma, güzel ya da yakışıklı olmadıklarını düşünme, görünüşlerine çok zaman ayırmalarına rağmen yine de çekici olmadıklarına ilişkin düşüncelerle beğenilmeme kaygısı yaşarlar. Bunlarla birlikte, flört kaygısı yaşayan bireylerde flört durumlarına eşlik eden terleme, ağız kuruluğu, titreme, sindirim sorunları gibi fizyolojik belirtiler gözlemlenebilir (Kalkan 2008; Kalkan ve Karadeniz-Özbek, 2011).

Düşük düzeyde flört kaygısı yaşayan bireyler, flörtü rahatsızlık ve endişe yaratan bir durum olarak görmezler. İlişkilerinde rahatlıkla kendilerini açabilirler ve flörtle ilgili olumlu düşünce ve beklentileri vardır. Orta düzeyde flört kaygısı yaşayan kişiler için, flört önemli bir sosyal fırsattır. Onlar için, karşı taraftan reddedilme ve beğenilmeme ciddi bir sorundur. Flört ettikleri kişi ile birlikteyken kendilerini bir miktar baskı altına hissederler ve çok rahat hissetmezler. Ciddi düzeyde kaygısı olan kişilerin ise flörtten beklentileri çok yüksektir. Flörtü son

derece önemli bir sosyal fırsat olarak görürler. Bu kişiler reddedilmeye karşı son derece duyarlıdırlar ve bundan dolayı da beğenilme ve iletişim konularıyla ilgili olarak stres yaşarlar (aktaran Aslan-Tomaç, 2015).

Flört durumlarında bireylerin yaşadığı belli seviyedeki kaygı uyum sağlayıcıdır ve yaşanması beklenen normal bir durumdur. Ancak, ergenlik boyunca bireyin akran grubu ve diğerlerinin gözünde nasıl algılandığı konuları önem kazandıkça sosyal korkular belirgin hale gelir. Bu korkular yoğunlaştıkça duygusal gelişimi ve sosyal becerileri olumsuz yönde etkileyebilir (aktaran Chorney ve Morris, 2008). Flört ilişkilerinde yaşanan stres ve kaygı verici yaşantılar romantik ilişkiden kaçınma davranışı ile sonuçlanabilir (Allen, Bourhis, Emmers-Sommer ve Sahlsteind, 1998; Glickman ve La Greca, 2004). Flört kaygısının ortaya çıkması bireyin ilişki davranışlarını etkileyerek romantik bir ilişkinin yaşanmasını erteleyebilir (Glickman ve La Greca, 2004). Ayrıca, flört kaygısı sosyal izolasyon, depresyon ve akademik başarısızlık gibi problemlerle de ilişkilidir (Arkowitz, Hinton, Perl ve Himadi, 1978).

2.3.4. Flört Kaygısı ile Sosyal Kaygı ve Arasındaki Fark

Flört kaygısı ve sosyal kaygı kavramları birçok bakımdan önemli ölçüde örtüşmektedir. Ancak yapılan çalışmalar ve değerlendirme araçları, flört kaygısı ve sosyal kaygının aslında farklı yapılar olduğunu göstermektedir (aktaran Chorney ve Morris, 2008). LaGreca ve Mackey'e (2007) göre de flörtte ve heterososyal durumlarda kaygı yaygındır ve diğer akran bağlamlarında yaşanan sosyal kaygıdan farklıdır.

Sosyal kaygı hem flört durumlarını hem flört dışı durumları (ilginin merkezinde olmak, yabancılarla konuşmak, denetleme altında görevleri yapmak gibi) içerir (Hope ve Heimberg, 1990). Etkileşim kaygısı ile performans kaygısı arasında ayırım yapan Leary'e (aktaran Hope ve Heimberg, 1990) göre de etkileşim kaygısı flört kaygısından daha geniş bir kategoridedir. Çünkü otorite figürleriyle iş görüşmesi yapma gibi flört dışındaki durumları da içerir. Sosyal kaygı; utangaçlık, iletişim kaygısı ve sahne korkusu gibi çeşitli başlıkları içerir. Bununla birlikte, bu konudaki araştırmaların çoğu heterososyal durumlardaki sosyal kaygıya odaklanır (Hope ve Heimberg, 1990).

Flört kaygısı, olası romantik partnerle olan etkileşimlerde yaşanan endişe ve rahatsızlık olarak tanımlanırken; sosyal kaygı, sosyal durumlarda başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu olarak tanımlanmaktadır. Bu koşulların her ikisinde de korku ve kaygı belirgindir ve sıklıkla sosyal durumlardan ve flörtten kaçınma ile sonuçlanır. Sosyal açıdan kaygılı bireylerin az sayıda yakın arkadaşı ve sosyal çevresi vardır. Romantik ilişkilerdeki tanışma ve buluşma isteklerine rağmen, diğerleri tarafından olumsuz değerlendirilecekleri korkusuyla gerekli çabayı gösteremezler (Stevens ve Morris, 2007). Flört kaygısı olan kişiler ise karşı cinsle iletişime geçmekte kendilerini engellerler ve flörtten kaçarlar. Sosyal kaygısı olan bireyler gibi flört kaygısı olan bireyler de günlük hayatlarında çoğu zaman yalnız kalırlar (Glickman ve La Greca, 2004).

2.4. YALNIZLIK

Bu bölümde yalnızlık kavramsal olarak ve kuramsal yaklaşımlar açısından ele alınmıştır. Daha sonra ise yalnızlık türlerine ve beliren yetişkinlerde yalnızlık ile ilgili alanyazına yer verilmiştir.

2.4.1. Yalnızlık Kavramı

Geçtan'a (2018) göre, yalnızlık kavramının karmaşıklığından dolayı, bu kavramı tanımlayabilmek bazı güçlükleri de beraberinde getirmektedir. Bir insanın tek başına yaşaması şeklinde olan somut yalnızlık, yaşadığı toplum grubuna yabancılaşma olarak yaşanan yalnızlık, insanın çevresi tarafından itilmesi neticesinde yaşanan yalnızlık, bir insanın kendi seçimiyle çevresindekilerle ilişkileri en aza indirmesi sonucu yaşanan yalnızlık ve insanın kendisini anlaşılmamış ve kimsesiz hissettiği gerçek yalnızlık gibi birbirinden farklı deneyimlerin tümü "yalnızlık" sözcüğü ile ifade edilmektedir.

Literatürde yalnızlıkla ilgili birçok tanım bulunmaktadır. Peplau ve Perlman (1982, s. 4) tarafından yalnızlık, "*bireyin var olan sosyal ilişkisi ile arzuladığı sosyal ilişki arasındaki tutarsızlıklar sonucu yaşanan ve hoş olmayan öznel psikolojik durum*" olarak tanımlanmaktadır.

Weiss (1973) tarafından yalnızlık, kişinin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerinin yetersiz olmasına veya var olan sosyal ilişkilerinde kişinin arzu ettiği yakınlığın, duygusallığın ve samimiyetin olmamasına gösterilen bir tepki olarak ifade edilmektedir.

Rook'a (1984) göre yalnızlık, *“bir insanın diğerlerinden uzaklaşmış, diğerleri tarafından yanlış anlaşılmış ya da reddedilmiş olarak hissettiğinde ve/veya özellikle sosyal bütünleşme duygusu sağlayan ve duygusal yakınlık için fırsatlar sunan aktiviteler için uygun bir partnerin eksikliğinde ortaya çıkan olumsuz duygusal durum”* olarak tanımlanmaktadır (Rook, 1984, s. 1391). Rogers'a (1994) göre ise yalnızlık, kişinin diğerleriyle kurduğu ilişkinin gerçek olmadığını hissettiği an ortaya çıkan bir durumdur.

Yalnızlık, ilişkilerin yetersizliği sonucunda ortaya çıkan birey tarafından deneyimlenen hoş olmayan bir durumdur. Bu durum, var olan ilişkilerin arzu edilen ilişkiden daha az olduğu durumda yaşanabileceği gibi istenilen yakınlığın olmadığı durumları da içermektedir. Bu nedenle yalnızlık, kişinin diğer insanlarla olan iletişim eksikliğini ve izolasyonunu algıladığı, deneyimlediği ve değerlendirdiği durumları kapsamaktadır (de Jong-Gierveld, 1987).

Yalnızlıkla ilgili tanımların bazı temel noktalarda birleştiği görülmektedir. İlk olarak, yalnızlık bir insanın sosyal ilişkilerindeki eksiklikten kaynaklanmaktadır. Yalnızlık, bir insanın gerçek sosyal ilişkileri ile bireyin sosyal temas için ihtiyaç veya istekleri arasında bir uyumsuzluk olduğunda ortaya çıkmaktadır. İkinci olarak ise yalnızlık öznel bir deneyimdir ve sosyal izolasyonla eş anlamlı değildir. İnsanlar kendilerini kalabalık içinde de yalnız hissedebilir. Son olarak, yalnızlık kişisel gelişim için teşvik edici olmasına rağmen, kişi için hoş olmayan ve üzücü bir deneyimdir (Peplau ve Perlman, 1982; Perlman ve Peplau, 1984). De Jong-Gierveld, van Tilburg ve Dykstra (2006) ise yapılan bu tanımlamaların temelinde yalnızlığın öznel ve olumsuz bir deneyim olduğunu ve var olan ilişkilerin niteliği ve sayısı ile ilişki standartları arasındaki uyumla ilgili bilişsel değerlendirmelerin sonucu olduğunu vurgulamaktadırlar.

2.4.2. Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Çalışmanın bu bölümünde etkileşimsel yaklaşım, psikodinamik yaklaşım, fenomenolojik yaklaşım, varoluşçu yaklaşım, bilişsel yaklaşım ve sosyo-kültürel yaklaşım açısından yalnızlık konusu ele alınmıştır.

2.4.2.1. Etkileşimsel Yaklaşım

Etkileşimsel yaklaşımın öncüsü Weiss'e (1973) göre, yalnızlık ne sadece kişisel faktörlerden ne de sadece çevresel faktörlerden kaynaklanmaktadır. Yalnızlık, bu iki faktörün birleşimi sonucu ortaya çıkmaktadır. Ayrıca, kişi sosyal beklentileri karşılayacak ilişkileri yaşamakta yetersiz olduğunda yalnızlık yaşanmaktadır.

Weiss'e (aktaran DiTommaso ve Spinner, 1997) göre farklı ilişki türleri bireylerin ihtiyaç duyabileceği bazı koşullar oluşturur. Bireylerin sosyal etkileşimleri onlar için önemli olan sosyal gereksinimleri karşılamada yetersiz kaldığında ise yalnızlık ortaya çıkmaktadır (Perlman ve Peplau, 1982). Buna göre, Weiss (1973) tarafından yalnızlığın ortaya çıkmasında etkili olduğu öne sürülen altı sosyal koşul tanımlanmıştır:

1. *Bağlılık* (Attachment): Kişinin kendini emniyet ve güven içinde hissedebileceği ilişkiler.
2. *Sosyal Entegrasyon* (Social Integration): Çevredekilerle bir sosyal ilişkiler ağı oluşturmak.
3. *Güvenilir Birlik* (Reliable Alliance): Bireyin yardım alabileceği ilişkiler.
4. *Rehberlik* (Guidance): Bireyin tavsiye, destek alabileceği ilişkiler.
5. *Değer Verme* (Reassurance of Worth): Bireyin yeteneklerinin, becerilerinin farkedildiği ve önemsendiği ilişkiler.
6. *Yaşama Fırsatı* (Opportunity for Nurturance): Kişinin diğerlerinin iyiliği, sağlığı için kendini sorumlu hissettiği ilişkiler.

Weiss (1973) tarafından yalnızlık, sosyal ve duygusal yalnızlık olarak ikiye ayrılmıştır. Sosyal yalnızlık bireyin çevresinde ihtiyaç duyduğu bir arkadaşlık

ilişkinin bulunmaması olarak tanımlanırken; duygusal yalnızlık aile, sevgili, eş gibi insanlarla yakın ya da samimi bir bağın kurulmaması sonucu ortaya çıktığı ifade edilmiştir.

Yalnızlığın oluşmasında çevresel faktörlerin biraz daha etkin olduğunu düşünen Weiss'e (1973) göre, günümüz yaşam şartları bireylerin yalnızlık yaşamalarında anahtar role sahiptir.

2.4.2.2. Psikodinamik Yaklaşım

Freud'un kendisi yalnızlık hakkında fikir belirtmemiştir, ancak psikodinamik geleneği takip eden çeşitli yazarların yalnızlıkla ilgili görüşleri bulunmaktadır. Zilboorg yalnızlığın bilinen ilk psikolojik analizini yayınlamıştır. Zilboorg, yalnız olma (being lonely) ile tek başına olmayı (being lonesome) birbirinden ayırmış ve tek başına olmayı belirli birini özlemekten dolayı yaşanan "normal" ve "geçici bir ruh hali" olarak tanımlarken yalnızlığın daha ağır ve sürekli bir durum olduğunu belirtmiştir. Zilboorg'a göre yalnızlık, narsizmin, megalomanyanın ve düşmanlığın temel özelliklerini yansıtır. Yalnız birey, her şeye gücünün yetebileceğine dair çocukça duygularını korur, egosantriktir ve kendini başkalarına göstermek ister. Ayrıca, nadiren kendine ve başkalarına karşı açık bir şekilde davranır (aktaran Perlman ve Peplau, 1982).

Fromm-Reichmann, gerçek yalnızlığın psikoz ve şizofreni de dahil olmak üzere zihinsel bozuklukların oluşumunda rol oynadığına inanmıştır. Yalnızlığın korkutucu bir deneyim olduğunu ileri sürmüştür (Perlman ve Peplau, 1998). Ayrıca Zilboorg gibi Fromm-Reichmann da yalnızlığın köklerinin çocukluk yaşantılarına dayandığını ifade etmektedir. Özellikle anneden erken ayrılmanın zararlı sonuçları olabileceğini belirtmiştir (Perlman ve Peplau, 1982).

Sullivan tarafından ise yalnızlık, insanların yakınlık gereksinimlerini karşılayamadıklarında ortaya çıkan son derece hoş olmayan bir deneyim olarak görülmektedir (Perlman ve Peplau, 1998).

Sonuç olarak psikodinamik kuramcılarının yalnızlıkla ilgili çalışmalarının büyük bir bölümü klinik ortamlara dayanmaktadır. Bu yüzden de yalnızlığı patolojik olarak görme eğilimindedirler (Perlman ve Peplau, 1982).

2.4.2.3. Rogers'ın Fenomenolojik Yaklaşım

Rogers'a (1994) göre kişinin diğerleriyle kurduğu ilişkinin gerçek olmadığını hissettiği an yalnızlık ortaya çıkmaktadır. Toplum, kişinin davranışlarını kısıtlamış ve sosyal açıdan onay görebilecek şekilde davrandığı bir durum yaratmıştır. Bu durum ise kişinin gerçek benliği ile başkalarına gösterdiği benliğinin birbirinden farklı olmasına yol açmıştır. Kişilik ve benlik, maskeler ve savunmalar yoluyla diğerlerinden olabildiğince saklandıkça yalnızlık da artmaktadır. Bu yaklaşıma göre, bireyin değerli olmadığı ve bu yüzden sevilmeyeceği ya da çevresindeki insanlar tarafından kabul görmeyeceğine olan inancını değiştirmesi yoluyla yalnızlıktan kurtulması mümkün olabilmektedir (Rogers, 1994).

Psikodinamik yaklaşım gibi, Rogers'ın yalnızlık analizi de klinikteki gözlemlerine dayanmaktadır. Rogers, yalnızlığı zayıf uyum göstergesi olarak görmektedir. Rogers'a göre yalnızlık bireyin benlik kavramındaki fenomenolojik uyumsuzlukla ilişkilidir. Ancak fenomenolojik yaklaşım çocukluk yaşantılarından çok mevcut duruma odaklanmasıyla psikodinamik yaklaşımdan ayrılmaktadır (Perlman ve Peplau, 1982).

2.4.2.4. Varoluşçu Yaklaşım

Varoluşçu yaklaşıma göre, insan her zaman yalnızdır. Eğer bir insan ölümlü olduğunu, özgürlüğünü ve sorumluluğunu kabul ederse, o zaman izole olduğunu gerçeğini kavraması kaçınılmazdır (Murdock, 2013). Varoluşsal duruş, birinin içsel deneyimini asla tam olarak iletmemeyeceğini ya da bir başkasını tamamen tanıyamayacağını ileri sürmektedir. Birisiyle tek bir varlık olarak birleşerek güvenliğini sağlamak benliğe zarar verilmesiyle sonuçlanabilir. Bununla birlikte, insanlarla bağlantı kurmak için çabalamayı bırakmak da bir boşluğa yol açar. Bu nedenle, kişi her zaman tamamlanmamış olacağını fark ederken diğerleriyle önemli temaslar kurmak için çabalamalıdır (Randall, 2001).

Bu yaklaşımın önde gelen yazarlarından Moustakas, yalnızlık kaygısı ile gerçek yalnızlık arasında ayırım yapılmasının önemini vurgulamaktadır. Yalnızlık kaygısı, başkalarıyla sürekli faaliyet içinde olma arayışını motive eden ve önemli yaşam sorularıyla uğraşırken dikkati dağıtan bir savunma mekanizması sistemidir. Gerçek yalnızlık ise bireyin yüz yüze geldiği doğum, ölüm, değişim ve trajedi gibi

gerçek yaşam deneyimlerinden kaynaklanmaktadır. Birçok teorisyenin aksine, Moustakas yalnızlığın acı verici olduğunu inkar etmemekle birlikte yalnızlığı birey için verimliliği ve yaratıcılığı içeren olumlu bir durum olduğu görüşündedir (aktaran Perlman ve Peplau, 1982).

2.4.2.5.Bilişel Yaklaşım

Peplau, Miceli ve Morasch'ın (1982) öncülüğünü yaptığı bu yaklaşımda bilişin sosyal ilişkilerdeki yetersizlikler ve yalnızlık deneyimi arasında bir aracı faktör olduğu vurgulanmaktadır. Bilişin oynadığı bu rol, yükleme (atıf) teorisine dayandırılmıştır (Perlman ve Peplau, 1982). Kavramsal olarak, bir kişinin arzu ettiği ve ulaştığı sosyal ilişki düzeyleri arasındaki tutarsızlık yalnızlık olarak görülmüştür. Bu yaklaşımda kişilerarası yetersizlik ve duygusal tepki arasında aracılık yapan bilişsel faktörler dikkate alınmaktadır. Nedensel yüklemeler ve algılanan kontrol gibi bilişsel süreçler, durumun öznel olarak nasıl tecrübe edildiğini etkilemektedir (Perlman ve Peplau, 1981).

Yalnızlığın bireyin bakış açısına göre incelendiği bu yaklaşımda bireyin kendisini ve sosyal ilişkilerini nasıl algıladığına ve değerlendirdiğine odaklanılmaktadır. Buna göre yalnızlık, bireyin sosyal ilişkilerinde algıladığı doyumsuzluktan kaynaklanmaktadır (Peplau ve Perlman, 1982).

Bilişsel yaklaşımda davranışsal ve duygusal bileşenlere de önem verilmekle birlikte odak noktası öznel algılar ve ölçütlerdir. Benzer sosyal ilişkilere sahip iki farklı bireyin yalnızlık duygu durumlarının da farklı olabileceği söz konusu olmakla birlikte bunun temelinde bireylerin öznel değerlendirmelerinin yer aldığı savunulmaktadır (Şirin-Eren, 2018).

Bilişsel kuramcılara benzer olarak, bilişsel-davranışçı kuramcılar da yalnızlığı bireylerin akılcı olmayan inançlarının bir sonucu olarak görmektedirler (Büyükcebeci, 2017). Yalnızlık hakkında bilişsel-davranışçı kuramcılar pek görüş bildirmemekle birlikte Young (aktaran Özatça, 2009), çalışmalarında bu tür inançlara sahip bireylerin, kendilerini değerlendirmelerini ve inançlarını yeniden düzenlemelerini amaçlamıştır. Yalnızlık duygusuna neden olan tipik otomatik düşünceleri araştırmıştır. Çalışma sonuçlarına göre; tek başına olmaktan mutsuzluk duyma, düşük benlik kavramı, sosyal kaygı, sosyal uyumsuzluk, güvensizlik,

duyguları paylaşmada sınır koymak gerektiğine inanma, cinsel kaygı, incinme korkusu ile yakınlığı reddetme, duygusal bağlanma ile ilgili kaygı, pasiflik ve gerçekçi olmayan beklentiler yalnızlık duygusuna neden olan tipik otomatik düşünceler olarak sıralanmıştır (aktaran İmamoğlu, 2008)

2.3.2.6. Sosyo-kültürel Yaklaşım

Bu yaklaşıma göre yalnızlığın nedeni birey değil, toplumdur. Yalnızlığı açıklamada temel alınan iki sosyolojik düşünce vardır. Eğer birey kendi değerlerine uygun davranmak yerine toplumun beklentilerine uygun davranırsa, toplum onları sosyalleşme konusunda başarılı olarak görmektedir. Bu şekilde toplum normlarına uygun davranma bazı kişilerde kaygıya neden olmakta ve birey topluma uymadığı için kendini yalnız hissetmektedir (Killeen, 1998).

Yalnızlığı açıklamaya yönelik bahsedilen yaklaşımlar Tablo 2-3'te özetlenmiştir.

Tablo 2-3: Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar*

	Psikodinamik	Fenomenolojik	Varoluşçu	Sosyolojik	Etkileşimsel	Bilişsel
Görüşlerin temeli	Klinik çalışmalar	Klinik çalışmalar	Klinik çalışmalar	Sosyal analizler	Klinik çalışmalar	Araştırma
Yalnızlığın doğası						
<i>Olumlu</i>	Hayır	Hayır	Evet	Hayır	Hayır	Hayır
<i>Normal ya da patolojik</i>	Patolojik	Patolojik	Evrensel	Normatif	Normal	Normal
Nedenler						
<i>Bireye ya da duruma bağlı olması</i>	Birey	Birey	İnsan yaratılışı	Toplum	Birey ve toplum	Birey ve toplum
<i>Tarihsel olarak nereden kaynaklandığı</i>	Çocukluk	Şimdiki zaman	Sürekli	İkisi de	Şimdiki zaman	Şimdiki zaman

* Tablo Perlmán ve Peplau (1982, s.130) tarafından hazırlanan tablodan çalışmada bahsedilen kuramlar temel alınarak çalışmaya uyarlanmıştır.

2.4.3. Yalnızlığın Türleri

Literatürde yalnızlık tanımlarında bulunan ortak noktalara rağmen, yalnızlığın ele alınış biçiminde (tek boyutluluk-çok boyutluluk, kuramsal temel gibi) araştırmacılar arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılık, yalnızlıkla ilgili birbirinden farklı sınıflandırmalara da neden olmaktadır.

Yalnızlıkla ilgili en çok bilinen sınıflandırmalardan biri Weiss (1973) tarafından yapılmıştır. Bireylerin, farklı gereksinimlerini karşılayan farklı ilişkilerinin varlığına bağlı olarak yalnızlığı sosyal ve duygusal yalnızlık olarak iki kategoriye ayırmıştır:

- 1. Duygusal Yalnızlık:** Weiss (1973) tarafından duygusal yalnızlık “*başka bir insana yakın bir bağlılığın olmamasından kaynaklanan, kaygı ve boşluk duygularının görüldüğü durum*” olarak tanımlanmaktadır. Duygusal yalnızlık aile, sevgili, eş gibi insanlarla yakın ya da samimi bir bağın kurulamaması sonucu ortaya çıkmaktadır. Bu yalnızlık, yüzeysel olmayan, içten ve samimi davranışlar içeren bir ilişkinin kurulması yoluyla aşılabılır. Weiss (1973) tarafından duygusal yalnızlık, çocukluk döneminde yaşanan terk edilme korkusunun bir hatırlatıcısı olarak görülmektedir.
- 2. Sosyal Yalnızlık:** Weiss (1973) tarafından sosyal yalnızlık “*sosyal ilişkilerdeki sosyal iletişimin olmamasından kaynaklanan depresyon ve sıkıntı ile birlikte görülen yalnızlık durumu*” olarak tanımlanmaktadır. Bu yalnızlık, bireylerin ortak ilgi ve aktivitelerini paylaştığı bir gruba ait olduğu sosyal ilişkilerinin eksikliğinden kaynaklanmaktadır.

Bunlarla birlikte, Weiss (1973) tarafından yapılan bu sınıflama temelinde oluşturulan güncel ölçme araçlarında yalnızlığın çok boyutlu yapısını destekleyen bulgular elde edilmiştir. Ayrıca duygusal yalnızlığın romantik yalnızlık ve aile ile ilgili yalnızlık olarak iki alt boyuttan oluştuğu tespit edilmiştir (DiTommaso ve Spinner, 1993; 1997). Weiss (1973) tarafından tanımlanan sosyal koşullardan bağlanma ve rehberlik sırasıyla romantik yalnızlığın ve aile ile ilgili yalnızlığın en önemli belirleyicileri olarak bulunurken; sosyal bütünleşme, sosyal yalnızlıkla en çok ilişkili koşul olarak bulunmuştur (DiTommaso ve Spinner, 1997). Bu çalışmada, beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerinde yaşadığı yalnızlık, Weiss (1973) tarafından tanımlanan duygusal yalnızlığın alt boyutu olan romantik yalnızlık kavramı çerçevesinde ele alınacaktır.

Sadler (1978) tarafından ise yalnızlık beş alt boyutta tanımlanmıştır:

- 1. Kişilerarası yalnızlık** (interpersonal loneliness), bireyin kendini diğerlerinden ayrı olarak algılamasıdır. Yalnızlığın en bilinen şeklidir.

2. *Sosyal yalnızlık* (social loneliness), bireyin kendini başkalarından ve gruptan sosyal olarak dışlanmış (ostracism) hissetmesidir. Yalnızlığın sosyal boyutları bireyin kendisini bir gruptan önemli ölçüde ayrımış olarak algılaması sonucunda oluşmaktadır.
3. *Kültürel yalnızlık* (cultural loneliness), kültür eksikliği ya da kültür değişiminden kaynaklanan bireyin kendini diğerlerinden ayrı olarak hissettiği yalnızlık türüdür.
4. *Kozmik yalnızlık* (cosmic loneliness), bireyin Tanrıdan ve/veya doğadan ayrı ve yabancılaşmış olarak hissettiği yalnızlık olarak tanımlanmaktadır.
5. *Psikolojik yalnızlık* (psychological loneliness) benlik bölümleriyle temastan uzaklaşma hissi olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik boyut, diğer tüm boyutları etkileyebilir; benlik saygısının azalmasına ve yalnızlığı karmaşık hale getiren çaresizlik hissinin oluşmasına neden olur.

Young'a (aktaran McWhirter,1990) göre ise, yalnızlık kronik, durumsal ve geçici olmak üzere üç kategoriye ayrılmıştır. Kronik yalnızlık (chronic loneliness), bir kişinin diğerleriyle ilişki kurma becerilerindeki uzun vadeli eksikliklerden kaynaklanan izolasyon hissi olarak tanımlanmaktadır. Durumsal yalnızlık (situational loneliness), bireyin sosyal ilişki örüntülerindeki bozulmadan kaynaklanmaktadır. Geçici yalnızlık (transient loneliness), birçok insanın farklı zamanlarda yaşadığı nadiren olan yalnızlık hissidir. Yalnızlığın tespiti, teşhisi ve tedavisi için kroniklik unsuru önemlidir.

2.4.4. Beliren Yetişkinlik Döneminde Yalnızlık

Yalnızlık, bütün gelişim dönemlerindeki bireyleri etkileyen ve bireylere acı veren bir deneyimdir. Yalnızlık deneyimi, bireylerin kişilerarası ilişkilerden beklentilerine ve ilişkilerden alınan doyuma bağlıdır (Eryılmaz ve Ercan, 2010).

Erikson'un (1968) kuramında yaklaşık olarak beliren yetişkinlik dönemine denk gelen genç yetişkinlik döneminde çözülmesi gereken temel krizi yakınlığa karşı yalıtılmışlık olarak tanımlanmıştır. Eğer bu dönemde birey, diğerleriyle yakın bir ilişki kurmayı başaramazsa yüzeysel kişilerarası ilişkiler kurabilir ve derin bir

yalıtlımlıılık hissi yaşayabilir. Bu nedenle, beliren yetişkinlik döneminde yalnızlık temel sorunlardan birini oluşturmaktadır.

Beliren yetişkinlik döneminde yaşanan yalnızlıkla ilgili çalışmalara bakıldığında, Eryılmaz ve Ercan (2010) tarafından yapılan bir çalışmada romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri ile yalnızlık ve cinsiyet arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmaya göre romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden sadece kendilik algısının yalnızlığı anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

Jones, Freemon ve Goswick (1981) tarafından yapılan bir çalışmada yalnızlığın kişisel ve diğer belirleyicileri araştırılmıştır. Buna göre, yalnız bireylerin, sosyal beceri eksiklikleri sergilediği ve benlik kavramlarının olumsuz olduğu; belirli kimseleri ve genel olarak insanları daha olumsuz ve yabancılaşmış olarak tanımladıkları ifade edilmektedir.

Atak (2009) tarafından, Beş Faktör Kuramına dayalı kişilik özelliklerinin, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yalnızlık düzeyleri üzerindeki yordama gücünü belirlemeyi amaçlanmıştır. Bu çalışmaya göre, nevrotilikle yalnızlık arasında pozitif yönde, dışadönüklük ve uyumluluk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Keldal ve Atli (2016) ise üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada; dışadönüklük, nevrotilik, uyumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

Buluş (1997) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmanın sonuçlarına göre ise sosyal bilimlerde öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık düzeyinin fen ve teknik bilimlerde öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek olduğu, yalnızlığın birinci sınıftan son sınıfa doğru düştüğü ve yalnızlığın sosyal ilişkilerinden az doyum aldığı belirten öğrencilerde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Öksüz (2005) tarafından duyguların açılması eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi konusunda bir çalışma yapılmıştır. Çalışma sonucunda, “duyguların açılması eğitimi”nin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini azalttığı tespit edilmiştir.

Tuzgöl-Dost (2007) tarafından yapılan çalışmaya göre ise üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin yalnızlık düzeyine göre farklılaştığı bulunmuştur. Yalnızlık düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları, yalnızlık düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinininkinden anlamlı olarak daha yüksektir.

2.5. BAĞLANMA VE YALNIZLIK

Daha önce de bahsedildiği üzere, duygusal yalnızlık yakın bir bağlanma ilişkisinin olmadığı durumlarda ortaya çıkmaktadır (Weiss, 1973). Güven ve yakınlık duygusu veren ebeveyn veya iyi bir arkadaşın bulunmaması, sağlıklı bir bağlanma ilişkisinin kurulamaması duygusal yalnızlığa neden olmaktadır. Duygusal bağlar yetişkinler için genellikle romantik bağlanma ilişkisini belirtmekle beraber arkadaşlık ilişkilerini de içermektedir. Duygusal yalnızlık bağlanma figürü ile kurulan ilişkinin niteliği, benlik ve başkaları modeli ile ilişkili bir durum iken, sosyal yalnızlık, bireyin kendisini bir sosyal gruba ait hissetmemesi ile ilişkilidir (Karakuş, 2012).

Baron ve Byre (aktaran Şirin-Eren, 2018), bağlanmanın çocukluk döneminde öğrenilen bir davranış olduğunu belirtmiştir. Güvenli bağlanma stiline sahip çocukların yetişkinlikte sağlıklı ilişkiler kurabilme yeteneğinin olması nedeniyle daha az yalnızlık yaşayabileceklerini öne sürmüştür.

Hecht ve Baum'un (1984) yaptıkları araştırmada genç yetişkinlerde yalnızlık ve bağlanma örüntüleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Buna göre, erken dönemde kesintiye uğramış bağlanma örüntüleri ile yalnızlık arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur.

Morsünbül (2014) tarafından üniversite öğrencilerinde cinsiyetin, bağlanma stillerinin, kişilik özelliklerinin, yalnızlığın ve yaşam doyumunun internet bağımlılığını ne yönde yordadığı araştırılmıştır. Araştırma bulgularına dayanarak internet bağımlısı olarak tanımlanabilecek bireylerin bağlanma örüntülerinin daha çok kaygı ve kaçınmayla biçimlendiği, kişilik özellikleri açısından duygusal dengesizlik özelliğinin daha baskın olduğu ve yalnızlık düzeylerinin yüksek, yaşam doyumu düzeylerinin ise daha düşük olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, literatürde bağlanma ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi araştıran yurtiçinde ve yurtdışında birçok çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalar incelendiğinde tümünde ortak sonuç, güvenli bağlanmanın yalnızlıkla olumsuz ilişkili olduğu (Karakuş, 2012; Kaya, 2017), güvensiz bağlanma boyutlarının ise yalnızlıkla olumlu yönde ilişkili olduğu (Demirli, 2007; Demirli, 2013; Hazan ve Shaver, 1987; Pakdaman, Saadat, Shahyad, Ahmadi ve Hosseinialhashemi, 2016) yönündedir.

2.6. BAĞLANMA VE FLÖRT KAYGISI

Literatürde bağlanma ve flört kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen doğrudan bir araştırmanın olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte flört kaygısı kavramı ile büyük ölçüde benzerlik taşıyan bir kavram olan *ilişki korkusu/kaygısı* ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri inceleyen bazı araştırmalar mevcuttur. *İlişki kaygısı* (relational-anxiety), kişinin karşı cinsten biriyle duygusal bir yakınlık/etkileşim kurmaktan kaygı duymasıyken; *ilişki korkusu* (fear of intimate relationships), kişinin bir başkasıyla yakın ilişki kurmaktan korkması olarak tanımlanmaktadır (Büyükşahin,2005; Snell, Schicke ve Arbeiteri, 2002). Yurtdışında yapılan çalışmalarda “ilişki kaygısı” ve “ilişki korkusu” kavramlarının ayrı boyutlar olarak değerlendirildiği görülmektedir (Snell vd., 2002). Ancak, Büyükşahin (2005) tarafından yapılan Türk örnekleme üzerinde yapılan ve Çokboyutlu İlişki Ölçeği'nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını konu alan araştırmada “ilişki kaygısı” ve “ilişki korkusu” alt boyutları, aynı faktör altında toplanmıştır ve “ilişki korkusu/kaygısı” olarak tek bir boyutta ele alınmıştır.

Büyükşahin (2006) tarafından yapılan bir diğer araştırmada flört ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin, ilişki bağlanımlarını yordayan değişkenler hakkında bilgi edinilmesi amaçlanmıştır. Yapılan bu araştırmada farklı bağlanma stillerine (güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız) sahip bireyler, yatırım modeli değişkenleri ve çeşitli ilişki değişkenler yönünden karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre, korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin ilişki korkusu/kaygısı puanlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Katalan (2014) ise çocuk yetiştirme tarzlarının ve bağlanma stillerinin kişinin romantik ilişkide yaşadığı doyum ve romantik ilişkide yaşadığı kaygı üzerinde

etkisini incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmada, kayıtsız bağlanma stiline romantik ilişkide kaygıyı pozitif yönde yordadığı ortaya konmuştur.

Literatürde *yakınlık korkusu* (fear of intimacy), flört kaygısı ile benzer özellik taşıyan diğer bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Descutner ve Thelen (1991) tarafından yakınlık korkusu “*bireyin değer verdiği bir başka kişiyle önemli duygu ve düşüncelerini paylaşırken yaşadığı kaygı nedeniyle yeterliliğinin engellenmesi*” olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımlanmanın altında, “Yakın ilişkilerden kaçınmak sözel ve sözsüz iletişimde yaşanabilecek kaygı ile başa çıkmanın bir yoludur.” şeklinde olan bir varsayım bulunmaktadır (Sherman ve Thelen, 1996). Yakınlık korkusu, flört ilişkisinde gerçek ve arzu edilen durumla negatif ilişki olduğunda ortaya çıkmaktadır. Thelen, Vander Wal, Thomas ve Harmon’a (2000) göre, yakınlık korkusu, Bartholomew (1990) tarafından bireyin bir kişiyi kaybedeceği ya da onun tarafından reddedileceği korkusuyla engellenen sosyal temas arzusu ile karakterize edilen korkulu bağlanma stiline benzemektedir.

Sonuç olarak, literatürde bağlanma ve flört kaygısıyla ilgili yapılan doğrudan bir çalışma bulunmamasına rağmen yakın kavramlarla yapılan çalışmalar iki değişkenin ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle, bağlanma ve flört kaygısı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

2.7. FLÖRT KAYGISI VE YALNIZLIK

Literatürde flört kaygısı ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Odacı ve Kalkan’ın (2010) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinde problemlerle internet kullanımı, yalnızlık ve flört kaygısı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışma sonucuna göre, problemlerle internet kullanımı, yalnızlık ve flört kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Adamczyk (2015) tarafından Flört Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu’nun Polonyalı genç yetişkinler için geliştirilmesi ve geçerliğinin sınanması için yapılan çalışmada ölçeğin geçerliğini test etmek için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile ilişkisine bakılmıştır. Buna göre, genç yetişkinlerde flört kaygısı ve romantik yalnızlık arasında ilişki bulunamamıştır. Adamczyk ve Segrin (2016) tarafından

yapılan başka bir araştırmada, Polonyalı genç yetişkinlerin kişilerarası yeterlik düzeyleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkide flört kaygısı ve romantik izolasyon (romantik yalnızlık ve romantik partnerin eksikliği) aracı rolü incelenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, kişilerarası yeterlilik ve romantik izolasyon arasında flört kaygısının aracı etkisinin olduğu, flört kaygısı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide ise romantik izolasyonun aracılık ettiği ortaya konmuştur.

Prisbell (1988) tarafından yapılan bir çalışmada ise flört hakkında endişe (apprehension about dating), flört becerileri (skills in dating), flört beklentileri (dating expectations), koşullu kaygı (conditioned anxiety), fiziksel çekicilik (physical attractiveness), yakınlık (proximity) ve flörtün önemi (importance of dating) olmak üzere yedi alt boyuttan oluşan flört yeterliği (dating competence) ile yalnızlık arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu çalışmaya göre yalnızlık ile ve koşullu kaygı ve flört beklentileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; flört hakkında endişe ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Sonuç olarak, mevcut literatürdeki araştırma sonuçlarının birbirinden farklı sonuçlar gösterdiği görülmektedir. Bu konuda yapılan araştırmaların sınırlılığı nedeniyle flört kaygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkiyle ilgili daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünölmektedir.

BÖLÜM III: YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmanın çalışma gruplarına, araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına, önerilen yapısal eşitlik modeline ve istatistiksel çözümleme yöntemlerine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

3.1.ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ya da derecesini belirlemeyi amaçlayan (Karasar, 2016) ilişkisel tarama deseninde tasarlanmıştır. Bununla birlikte, çalışmada beliren yetişkinlerde bağlanma boyutları ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolüne ilişkin bir yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Test edilen yapısal eşitlik modeli incelendiğinde, bağımsız değişkenlerinin kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma; bağımlı değişkenlerinin ise flört kaygısı ve romantik yalnızlık olduğu görülmektedir.

3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM/ÇALIŞMA GRUBU

Morsünbül (2013) tarafından liseli, üniversiteli ve öğrenci olmayan bireylerin beliren yetişkinlik dönemi özelliklerini göstermeleri açısından karşılaştırıldığı bir çalışmada üniversite öğrencilerinin diğer gruplara göre beliren yetişkinlik dönemi özelliklerini daha fazla gösterdiği tespit edilmiştir. Bu nedenle, bu çalışmada 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul Üniversitesi'nde ve İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa'da eğitimine devam eden beliren yetişkinler araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise uygun örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir.

Bu çalışma kapsamında toplam 455 beliren yetişkinden veri toplanmıştır. Ancak yapılan incelemeler sonucunda 14 katılımcının veri setlerini tam olarak doldurmadığı görülmüştür ve bu 14 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Bu sebeple yapılan analizlerde toplam 441 katılımcıdan elde edilen veriler kullanılmıştır. Yaşları 18-26 arasında değişim göstermekte olan bu çalışma grubunun yaş ortalaması ise 20.92 (SS=1.97) olarak hesaplanmıştır. %70.1'i (n=309) kadın, %29.9'u (n=132) erkek katılımcılardan oluşan çalışma grubunun %35.8'i (n=158) lisans birinci sınıf düzeyinde, %31.1'i (n=137) lisans ikinci sınıf düzeyinde, %12.2'si (n=54) lisans

üçüncü sınıf düzeyinde ve %20.9 (n=92) lisans dördüncü sınıf düzeyinde eğitim görmektedir.

Araştırmaya katılım gösteren beliren yetişkinlerin ilişki yaşama değişkenine göre dağılımları incelendiğinde, katılımcıların %73'ünün (n=322) bu zamana kadar en az bir ilişki yaşadığı, katılımcıların %27'sinin ise (n=119) herhangi bir ilişki yaşamadığı şeklinde dağılım gösterdiği görülmektedir.

Son olarak, katılımcıların ailelerinin aylık gelir durumlarına göre dağılımları incelendiğinde, gelir düzeylerinin 1000 TL ile 10.000 TL arasında değişim gösterdiği ve katılımcıların ailelerinin aylık gelir düzeylerinin ortalamasının 4341.82 TL (SS=5631.86) olduğu görülmektedir.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu çalışmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği-Kısa Formu (YİYÖ-KF), Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu ve Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) kullanılmıştır. Bu araştırmada kullanılan ölçme araçlarının psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcı grubunu oluşturan beliren yetişkinlerin cinsiyet, yaş, sınıf, bölüm, aile gelir düzeyi, romantik bir ilişki yaşayıp yaşamadığı hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

3.3.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Formu (YİYÖ-KF)

Çalışmaya katılan beliren yetişkinlerin yakın ilişkilerde sergiledikleri bağlanma örüntülerine ilişkin bilgileri toplamak amacıyla Wei, Russell, Mallinckrodt ve Vogel (2007) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Formu (YİYÖ-KF) kullanılmıştır. YİYÖ-KF'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Savcı ve Aysan (2016) tarafından yapılmıştır.

Kaçınma ve kaygı bağlanma boyutlarını ölçmeyi amaçlayan ölçek toplamda 12 maddeden ve iki alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçekte kaçınma ve kaygı ölçeklerinin

her birinde 6 madde yer almaktadır. Wei ve diğeri (2007) tarafından orijinal formda ölçek 7'li Likert tipi bir derecelendirmeye sahip olmasına rağmen YİYÖ-KF'de uygulayıcılar ve katılımcılar açısından değerlendirme kolaylığı sağlaması amacıyla ölçek 5'li Likert tipi bir derecelendirmeye uyarlanmıştır. YİYÖ-KF kaçınma (1., 3., 5., 7. 9. ve 11. maddeler) ve kaygı (2., 4., 6, 8. 10. ve 12. maddeler) alt ölçekleri için ayrı ayrı toplam puanlar vermektedir. Ölçekte 1., 5., 8. ve 9. maddeler tersten puanlanmaktadır. Alt ölçekten alınan yüksek puanlar ilgili bağlanma düzeyin yüksek olduğunu göstermektedir (Savcı ve Aysan, 2016).

YİYÖ-KF' nin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları; YİYÖ-KF'nin iç tutarlılık güvenirlik katsayıları kaçınma alt ölçeği için .90, kaygı alt ölçeği için .90 ve ölçeğin bütünü için .94 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliği sonuçlarına bakıldığında Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) sonucunda ölçek maddelerinin öz değeri 1'den büyük olan iki faktör altında toplandığı görülmüştür. YİYÖ-KF'nin iki faktörlü yapısı toplam varyansın % 72.1'ini açıklamaktadır. YİYÖ-KF'nin AFA'ya ait faktör yükleri. 64 ile .81 arasında değişmektedir. İki faktörlü YİYÖ-KF modelini test etmek için uygulanan Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) sonuçlarına bakıldığında ise uyum indeksleri ($\chi^2= 167,514$, $sd= 51$, $RMSEA= .075$, $IFI= .97$, $CFI= .97$, $NFI= .95$, $GFI= .94$, $AGFI= .90$ ve $SRMR= .069$) iki boyutlu YİYÖ-KF nin iyi uyum verdiğini göstermektedir. YİYÖ-KF'nin DFA'ya ait faktör yükleri .70 ile .86 arasında değişmektedir. YİYÖ-KF'deki her bir maddenin toplam puanı yordama ve ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan madde analizi sonucunda ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .65 ile .80 arasında sıralandığı görülmüştür. Sonuç olarak, geçerlik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen bulgular YİYÖ-KF'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Savcı ve Aysan, 2016).

3.3.3. Flört Kaygısı Envanteri -Ergen Formu

Çalışmada, beliren yetişkinlerin karşı cinsle ilişkileri sırasında yaşadıkları flört kaygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Glickman ve LaGreca (2004) tarafından geliştirilen "Ergenler için Flört Kaygısı Envanteri" (The Dating Anxiety Scale For Adolescent) temel alınarak Kalkan (2008) tarafından geliştirilen Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu kullanılmıştır (Aslan-Tomaç, 2015).

Ölçek 46 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Beğenilmeme Kaygısı (örnek madde “Beni beğeneceği kadar güzel/yakışıklı olmadığını düşünürüm.”) alt boyutunda 20 madde, İletişim Kaygısı (örnek madde “Ona düşüncelerimi iletmekte güçlük çekerim.”) alt boyutunda 15 madde ve Fizyolojik Belirtiler (örnek madde “Kalp atımım her zamankinden daha fazladır.”) alt boyutunda 11 madde yer almaktadır. Ölçekte tersten puanlanan madde bulunmamaktadır.

Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu'nun geçerliğini sınamada, yapı geçerliği ve benzer ölçekler geçerliği kullanılmıştır. Envanterin yapı geçerliğini sınamak için faktör analizi yapılmıştır. Envanterin faktör yapısını inceleyebilmek ve alt boyutlarını belirleyebilmek amacıyla varimax dik döndürme tekniği ile birlikte uygulanan Temel Bileşenler Analizi sonucuna göre, varyansın %50.26'sını açıklayan, özdeğeri 1'in üzerinde olan üç faktör belirlenmiştir. Toplam varyansın %19.86'sı birinci faktör (Beğenilmeme Kaygısı), %15.24'ünü ikinci faktör (İletişim Kaygısı) ve %15.15'ini üçüncü faktör (Fizyolojik Belirtiler) açıklamaktadır. Benzer ölçekler geçerliği için Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu ve Utangaçlık Ölçeğinden alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısı .72 bulunmuştur. Envanterin tümünün ve üç alt boyutun iç tutarlılığı Cronbach Alpha katsayısı kullanılarak hesaplanmıştır. Buna göre, envanterin tümü için hesaplanan güvenilirlik katsayısı .96, Beğenilmeme Kaygısı alt ölçeği için .94, İletişim Kaygısı alt ölçeği için .90 ve Fizyolojik Belirtiler alt ölçeği için ise .88 olarak hesaplanmıştır (Kalkan 2008).

Yapılan bu çalışmada ise, Flört Kaygısı Ölçeği'nin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach's Alpha İç Tutarlık Güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda Flört Kaygısı Ölçeği'nin iç tutarlık katsayıları İletişim Kaygısı alt boyutu için 0.917, Fizyolojik Belirtiler alt boyutu için 0.929 ve Beğenilmeme Kaygısı alt boyutu için 0.959 şeklinde hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda Flört Kaygısı Ölçeği'nin tümü için hesaplanan Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayısı ise 0.970 şeklindedir.

3.3.4. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S)

Çalışma kapsamında beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla Di Tommaso, Brannen ve Best (2004) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Çeçen (2007) tarafından yapılan Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) kullanılmıştır. Ölçeğin orijinal formu 3 alt boyuttan oluşan 37 maddelik bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ancak DiTommaso, Brannen ve Best (2004) tarafından yalnızlığın çok boyutlu yapısını ölçerken uygulamadaki zamanın daha kısa süreli ve verimli kullanılması amacıyla SELSA'nın orijinal versiyonundan faktör yükleri, varyans ve olumlu ve olumsuz olarak yazılmış maddeleri dikkate alarak 15 madde seçmiş ve kısa formu oluşturulmuştur. Ölçeğin Çeçen (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanan formu 15 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte duygusal yalnızlık, aile ve romantik ilişkilerdeki yalnızlık alt ölçekleriyle ölçülürken, sosyal yalnızlık ise sosyal ilişkilerdeki yalnızlık alt ölçeği ile ölçülmektedir. Ölçeğin duygusal yalnızlık boyutunu aile ilişkileri kapsamında 1, 4, 8, 11 ve 12. maddeler; romantik ilişkiler kapsamında ise 3, 6, 10, 14, ve 15. maddeler ölçmektedir. Sosyal yalnızlık boyutunu ise sosyal ilişkiler kapsamında 2, 5, 7, 9 ve 13. maddeler ölçmektedir. Ölçek "bana tamamıyla uygun değil" (1) ve "bana tamamıyla uygun" (7) arasında değişen Likert tipinde bir ölçektir (Çeçen, 2007). Bu çalışmada beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerini belirlemek için SELSA-S'nin romantik ilişkilerdeki yalnızlıkla ilgili alt boyutu kullanılmıştır.

SELSA-S'nin Ölçeğin Türkçeye adaptasyonu açısından geçerlik çalışmaları kapsamında dil geçerliği, yapı geçerliği (Açımlayıcı Faktör Analizi ve Doğrulayıcı Faktör Analizi), benzer ve ayırt edici ölçek geçerliği; güvenirlik çalışmalarında ise Cronbach's Alpha İç Tutarlık Güvenirlik ve test-tekrar test güvenirliği yöntemleri kullanılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmalarına bakıldığında yapılan Açımlayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre üç grubun toplam varyansa oranı %55.13'tür. Toplam varyansın %27.41'ini romantik yalnızlık boyutu, %17.38'ini aile ilişkileri ile ilgili yalnızlık boyutu ve %10.34'ünü sosyal yalnızlık alt boyutu açıklamaktadır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçları orijinal formunda olduğu gibi en uygun çözümün üç faktörlü bir yapı olduğuna işaret etmektedir ($X^2= 385.92$; $df= 86$; $CFI=.92$; $GFI=.91$; $IFI=.92$; $RMSEA= .02$; $p < 0.5$). Bu sonuç ise SELSA-S'nin

Açımlayıcı Faktör Analizinde ortaya çıkan üç alt boyuttan oluşan yapının doğrulandığını desteklemektedir

SELSA-S'nin güvenilirlik çalışmalarına bakıldığında ise, ölçeğin orijinal formunun güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alpha değerleri sosyal ilişkiler alt ölçeği için. 90; aile ilişkileri alt ölçeği için. 89 ve romantik ilişkiler alt ölçeği. 87 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama sürecince güvenilirlik çalışmaları, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) ile test-tekrar test güvenirligi yapılmış ve sosyal ilişkiler için. 88; aile ilişkileri için .83 ve romantik ilişkiler için .91 bulunmuştur. Böylelikle Türkçeye adapte edilen SELSA-S'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları dikkate alındığında, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Çeçen, 2007).

3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Bu çalışmanın ilk aşamasında yapılan Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi SPSS 21 paket programı aracılığıyla tamamlanmıştır. Çalışmanın ikinci aşamasında test edilen yapısal eşitlik modeli ise LISREL 8.51 (Jöreskog ve Sörbom, 2001) aracılığıyla ve “tam bilgiyi en yüksek olasılıkla tahmin etme” yöntemi kullanılarak tamamlanmıştır.

Çalışmanın ilk aşamasında, beliren yetişkinlerin yaşlarının, cinsiyetlerinin ve beliren yetişkinlerin kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini yordamadaki görece katkılarını ortaya koyabilmek amacıyla çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi işlemi tamamlanmıştır. “Enter yöntemi” kullanılarak yapılan hiyerarşik regresyon analizi üç blok halinde gerçekleştirilmiştir. İlk blokta katılımcılara ilişkin yaş ve cinsiyet (0=Kadın, 1=Erkek), ikinci blokta kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma olarak adlandırılan bağlanma boyutlarına ilişkin değişkenler ve üçüncü blokta ise iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler şeklinde sıralanan flört kaygısına ilişkin değişkenler modele eklenmiştir.

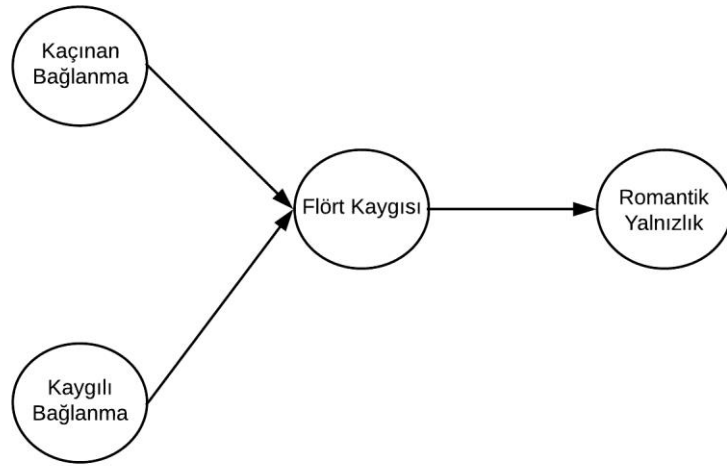
Regresyon analizlerine geçilmeden önce ilk olarak değişkenlerin betimsel istatistikleri hesaplanmıştır (Tablo 3-1). Betimsel istatistiklerin hesaplanmasının ardından muhtemel çoklu bağlantı problemini test etmek amacıyla yordayıcı

değişkenlerin tolerans düzeyleri ve VIF değerleri hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda tolerans düzeylerinin .518 ile .963 arasında değişim gösterdiği, VIF değerlerinin ise 1.027 ile 2.759 arasında değişim gösterdiği görülmüştür. Elde edilen değerlerin kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer almasından dolayı çoklu bağlantı probleminin bulunmadığına karar verilmiş ve çok yönlü hiyerarşik regresyon analizinin yapılmasına karar verilmiştir.

Çalışmanın ikinci aşamasında ise flört kaygısının bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkideki aracı rolü incelemek amacıyla oluşturulan yapısal model test edilirken çeşitli araştırmacılar (Anderson ve Gerbing, 1988) tarafından önerilen iki aşamalı yaklaşım kullanılmıştır. Bu kapsamda ilk olarak ölçme modeli doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir ve ölçme modelinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer aldığı anlaşıldıktan sonra da Şekil 3-1’de sunulan yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Test edilen ölçme modelinin ve yapısal eşitlik modelinin uyum iyiliği değerlerinin değerlendirilmesinde χ^2/sd , RMSEA, SRMR, NFI, CFI, GFI ve AGFI değerleri gözetilmiştir. Bu doğrultuda χ^2/sd değerinin 3’ten küçük, RMSEA değerinin .08’den küçük, GFI ve NFI değerlerinin .90’dan büyük, CFI değerinin .90’dan büyük ve AGFI değerinin ise .85’ten büyük olması elde edilen değerlerin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğunu göstermektedir (Hu ve Bentler, 1999; Marsh, Hau ve Wen, 2004; MacCallum ve Hong, 1997; Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Muller, 2003; Sümer, 2000; Çelik ve Yılmaz, 2014).

Tablo 3-1: Regresyon Analizine Dahil Edilen Temel Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

	<i>N</i>	\bar{x}	<i>SS</i>	Çarpıklık	Basıklık
Kaçınan Bağlanma	441	14.67	4.16	.27	.21
Kaygılı Bağlanma	441	17.70	3.87	.03	-.05
İletişim Kaygısı	441	33.75	12.59	.44	-.49
Beğenilmeme Kaygısı	441	45.89	19.44	.65	-.24
Fizyolojik Belirtiler	441	23.39	10.44	.90	.34
Romantik Yalnızlık	441	20.47	10.17	-.26	-1.35



Şekil 3-1: Test Edilen Yapısal Eşitlik Modeli

Bu çalışmada test edilen yapısal eşitlik modelinin örtük değişkenleri kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, flört kaygısı ve romantik yalnızlıktır. Kaçınan bağlanma örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri YİYÖ-KF'nin ilgili maddeleridir. Kaygılı bağlanma örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri de YİYÖ-KF'nin ilgili maddeleridir. Flört kaygısı örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri ise Flört Kaygısı Envanteri'nin alt boyutları olan iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler şeklindedir. Araştırmanın son örtük değişkeni olan romantik yalnızlık değişkenine ilişkin gözlenen değişkenler ise SELSA-S'nin ilgili maddeleridir. Yapısal eşitlik modeline yer alan örtük değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 3-2'de yer almaktadır.

Tablo 3-2: Yapısal Eşitlik Modeline Dahil Edilen Temel Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

	<i>N</i>	\bar{x}	<i>SS</i>	Çarpıklık	Basıklık
Kaçınan Bağlanma	441	14.67	4.16	.27	.21
Kaygılı Bağlanma	441	17.70	3.87	.03	-.05
Flört Kaygısı	441	103.05	37.84	.49	-.49
Romantik Yalnızlık	441	20.47	10.17	-.26	-1.35

BÖLÜM IV: BULGULAR

Bu çalışma sonucunda elde edilen bulgular iki ayrı başlık altında toplanmıştır. Birinci bölümde, beliren yetişkinlerin yaşlarının, cinsiyetlerinin ve beliren yetişkinlerin kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini yordamadaki görece katkılarını ortaya koyabilmek amacıyla çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi işlemine yönelik bulgulara yer verilmiştir. İkinci bölümde ise “beliren yetişkinlerde bağlanma ve flört kaygısı arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünü” inceleyen ölçme ve yapısal modele ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

4.1. ÇOK YÖNLÜ HİYERARŞİK REGRESYON ANALİZİ İŞLEMİNE YÖNELİK BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde uygulanan çok yönlü hiyerarşik regresyon analizine yönelik bulgulara yer verilecektir. Bunun için öncelikle katılımcıların romantik yalnızlık ölçeğinden aldıkları puanlar ile cinsiyet, yaş, kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler arasındaki olası ilişkileri incelemek için Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 4-1).

Tablo 4-1’de sunulan analiz sonuçları incelendiğinde, kaçınan bağlanma ile kaygılı bağlanma arasında istatistiksel olarak $p < .05$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Ancak, kaçınan bağlanma ile iletişim kaygısı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p < .01$). Benzer bir biçimde, kaçınan bağlanma ile beğenilmeme kaygısı arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p < .01$). Bununla birlikte, kaçınan bağlanma ile fizyolojik belirtiler arasında pozitif yönde ve $p < .05$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki görülmekteyken, kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasında ise pozitif yönde ve $p < .01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Bağlanma boyutlarından bir diğeri olan kaygılı bağlanma ile iletişim kaygısı arasında ise pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p < .01$). Benzer bir biçimde, kaygılı bağlanma ile beğenilmeme kaygısı arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p < .01$).

Ek olarak, kaygılı bağlanma ile fizyolojik belirtiler arasında da $p<.01$ düzeyinde pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Son olarak, kaygılı bağlanma boyutu ile romantik yalnızlık arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p<.01$).

Tablo 4-1: Değişkenler Arasındaki İlişkiler İçin Hesaplanan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	\bar{x}	SS	Kaçınan Bağlan.	Kaygılı Bağlan.	İletişim Kaygısı	Beğenilme me Kaygısı	Fizyolojik Belirtiler	Romantik Yalnızlık
Kaçınan Bağlanma	14.67	4.16	1					
Kaygılı Bağlanma	17.70	3.87	.03	1				
İletişim Kaygısı	33.75	12.59	.40**	.30**	1			
Beğenilme me Kaygısı	45.89	19.44	.33**	.42**	.73**	1		
Fizyolojik Belirtiler	23.99	10.44	.22*	.29**	.66**	.89**	1	
Romantik Yalnızlık	20.47	10.17	.39**	.22**	.44**	.43**	.32**	1

Not: * $p<.05$, ** $p<.01$ ($n=441$)

Flört Kaygısı Envanteri'nin ilk boyutu olan iletişim kaygısı ile beğenilmeme kaygısı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p<.01$). Benzer bir biçimde, iletişim kaygısı ile fizyolojik belirtiler arasında da $p<.01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Son olarak, iletişim kaygısı ile romantik yalnızlık arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p<.01$). Flört Kaygısı Envanteri'nin ikinci boyutu olan beğenilmeme kaygısı ile fizyolojik belirtiler arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p<.01$). Ek olarak, beğenilmeme kaygısı ile romantik yalnızlık arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<.01$). Flört Kaygısı Envanteri'nin son boyutu olan fizyolojik belirtiler ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılan analizler sonucunda da iki değişken arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<.01$).

Tablo 4-1’de sunulan korelasyon analizlerinin tamamlanmasının ardından, katılımcıların yaşlarının, cinsiyetlerinin ve katılımcıların kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini yordamadaki görece katkılarını ortaya koyabilmek amacıyla her bir değişken için ayrı ayrı olacak bir biçimde çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi işlemi yapılmıştır. Enter yöntemi kullanılarak tamamlanan hiyerarşik regresyon analizi üç blok halinde gerçekleştirilmiştir. İlk blokta katılımcılara ilişkin yaş ve cinsiyet (0=Kadın, 1=Erkek), ikinci blokta kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma olarak adlandırılan bağlanma boyutlarına ilişkin değişkenler ve üçüncü blokta ise iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler şeklinde sıralanan flört kaygısına ilişkin değişkenler modele eklenmiştir.

Analiz sonuçları incelendiğinde, ilk adımda regresyon analizine girilen yaş ve cinsiyet değişkenlerinin model içerisindeki özgün katkısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna erişilmiştir ($R^2=.03$, $F(2/438)=7.368$, $p<.01$). Modele ikinci adımda girilen kaçınan ve kaygılı bağlanma boyutlarının da modele özgün katkısının da istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($R^2=.21$, $F(4/436)=28.686$, $p<.01$). Son olarak modele üçüncü adımda girilen iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler değişkenlerinin de modele özgün katkısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($R^2=.28$, $F(7/433)=24.246$, $p<.01$).

Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi’nin birinci adımında, yaş ve cinsiyetin romantik yalnızlığa ilişkin varyansın %3’ünü yordadığı görülmüştür. Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi’nde ikinci aşamada modele kaçınan ve kaygılı bağlanma boyutlarının da eklenmesiyle birlikte romantik yalnızlığa ilişkin açıklanan varyansın %21’e yükseldiği ve kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma olarak adlandırılan bağlanma boyutlarına ilişkin değişkenlerin modele katkısının %18 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Regresyon analizinde üçüncü aşamada modele eklenen iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler şeklinde sıralanan flört kaygısına ilişkin değişkenlerle birlikte romantik yalnızlığa ilişkin açıklanan varyansın %28’e ulaştığı ve bu üç değişkenin modele katkısının %7 olduğu saptanmıştır.

Tablo 4-2’de yer alan çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi sonuçları incelendiğinde yaşları daha yüksek düzeyde olan katılımcıların romantik yalnızlık düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Bununla birlikte kaçınan bağlanma puanı yüksek olan katılımcıların da romantik yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tüm bunların yanında, iletişim ve beğenilmeme kaygısı yüksek olan katılımcıların da romantik yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna erişilmiştir. Kısacası, yaşça küçük olan, kaçınan bağlanan, iletişim ve beğenilmeme kaygısı yüksek olan katılımcıların romantik yalnızlık düzeylerinin de yüksek olduğu yorumu yapılabilir.

Tablo 4-2: Romantik Yalnızlık Puanları İçin Demografik Değişkenlerin, Bağlanma Boyutlarının ve Flört Kaygısı Envanterinin Boyutlarına Göre Hesaplanan Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişkenler	ΔR^2	<i>B</i>	95% CI for <i>B</i>	β
Romantik Yalnızlık				
Model 1	.03**			
Yaş		-.183	[-.279, -.088]	-.178***
Cinsiyet		-.072	[-.484, .339]	-.016
Model 2	.21***			
Yaş		-.130	[-.217, -.043]	-.127**
Cinsiyet		.004	[-.371, .379]	.001
Kaçınan Bağlanma		1.072	[.826, 1.318]	.367***
Kaygılı Bağlanma		.617	[.351, .883]	.196***
Model 3	.28***			
Yaş		-.097	[-.181, -.013]	-.094*
Cinsiyet		-.053	[-.414, .307]	-.012
Kaçınan Bağlanma		.723	[.465, .982]	.248***
Kaygılı Bağlanma		.188	[-.102, .478]	.060
İletişim Kaygısı		.426	[.103, .749]	.176*
Beğenilmeme Kaygısı		.351	[.078, .624]	.167*
Fizyolojik Belirtiler		.036	[-.202, .274]	.017
Toplam R ²	.52			
Nor: Cinsiyet 0=Kadın, 1=Erkek olacak şekilde dummy değişken olarak kodlanmıştır. * <i>p</i> < .05, ** <i>p</i> < .01, *** <i>p</i> < .001.				

Tüm bu bulgulara ek olarak, tamamlanan çok yönlü hiyerarşik regresyon analizinin ikinci aşamasında kaygılı bağlanan katılımcıların da romantik yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak, regresyon analizinin üçüncü aşamasında modele flört kaygısına ilişkin değişkenlerin eklenmesi ile birlikte

kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki anlamlı ilişki ortadan kalkmıştır. Bu bulgu bizlere romantik yalnızlık ile kaygılı bağlanma arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığı ile sağlandığına ilişkin bir yorum yapma imkanı tanıyabilir. Bu doğrultuda, bu çalışmanın ikinci bölümünde flört kaygısı değişkeninin kaygılı ve kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkideki aracı rolünün incelenmesine karar verilmiştir.

4.2. BELİREN YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA VE ROMANTİK YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE FLÖRT KAYGISININ ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Çalışmanın bu bölümünde “bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünü” inceleyen ölçme modelinin ve yapısal eşitlik modelinin test edilmesine ilişkin elde edilen bulgular sunulmaktadır. Bu kapsamda ilk olarak ilgili modele ilişkin ölçme modeli test edilmiş ve raporlanmıştır. Ölçme modelinin test edilmesinin ardından yapısal eşitlik modeli test edilmiş ve elde edilen bulgular raporlanmıştır.

4.2.1. Ölçme ve Yapısal Model Analizleri

Bu çalışma kapsamında Anderson ve Gerbing (1988) tarafından önerilen iki aşamalı yaklaşımın kullanılmasına karar verilmiştir. Bu yaklaşım doğrultusunda ilk olarak ölçme modelinin kabul edilebilir değerler üretip üretmediği doğrulayıcı faktör analizi aracılığı ile test edilmeli ve ölçme modelinin kabul edilebilir değerlere sahip olması durumunda ise yapısal modelin test edilmesi aşamasına geçilmelidir. Bu doğrultuda, çalışma kapsamında ilk olarak ölçme modeli doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir ve ölçme modeline ilişkin bulgular sunulmuştur. Ölçme modelinin test edilmesinin ardından ise yapısal model test edilmiş ve elde edilen bulgular paylaşılmıştır.

Bu çalışmanın örtük değişkenleri kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, flört kaygısı ve romantik yalnızlıktır. Kaçınan bağlanma örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri YİYÖ-KF'nin ilgili maddeleridir. Kaygılı bağlanma örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri de YİYÖ-KF'nin ilgili maddeleridir. Flört kaygısı örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri ise Flört Kaygısı Envanteri'nin alt boyutları olan

Tablo 4-3: Gözlenen Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	\bar{X}	SS	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n	o	p	q	r	s	
a. YİYO1	2.07	1.02	1																			
b. YİYO3	2.65	1.25	.15**	1																		
c. YİYO5	2.31	1.16	.35**	-.08	1																	
d. YİYO7	2.84	1.17	.20**	.45**	-.01	1																
e. YİYO9	2.24	1.04	.43**	.22**	.30**	.20**	1															
f. YİYO11	2.53	1.17	.23**	.46**	.05	.52**	.23**	1														
g. YİYO2	3.82	1.04	-	.18**	-	.02	-	.07	1													
			.24**	.36**	.36**	.13**																
h. YİYO4	1.85	.99	.12*	.21**	.04	.21**	.21**	.26**	.01	1												
i. YİYO6	1.97	1.10	.05	.05	-.08	.12**	.03	.15**	.10**	.31**	1											
j. YİYO8	3.04	1.33	-.06	-.01	-.09	-.04	.06	.06	.15**	.17**	.09	1										
k. YİYO10	3.81	1.06	.30	.10*	-	.07	-.25	.03	.30**	.06	.03	.19**	1									
			.36**	.36**	.36**	.36**																
l. YİYO12	3.19	1.20	-.01	.18**	-	.12*	.04	.19**	.34**	.28**	.20**	.30**	.35**	1								
			.20**	.20**	.20**	.20**																
m. İK	33.75	12.59	.27**	.29**	-.04	.21**	.33**	.36**	.11*	.30**	.18**	.19**	.05	.33**	1							
n. BK	45.89	19.44	.17**	.24**	-.01	.24**	.27**	.31**	.14**	.38**	.19**	.27**	.15**	.47**	.73**	1						
o. FB	23.39	10.44	.14**	.18**	-.05	.14**	.18**	.22*	.09	.24**	.16**	.19**	.14**	.27**	.66**	.62**	1					
p. SELSA3	4.06	2.61	.26**	.13**	.13**	.19**	.33**	.27**	-	.24**	.05	.11*	-.10	.12**	.39**	.31**	.24**	1				
			.14**	.14**	.14**	.14**																
q. SELSA6	4.39	2.54	.27**	.20**	.13**	.24**	.36**	.29**	-.11*	.23**	.05	.11*	-.09	.15**	.40**	.35**	.27**	.88**	1			
r. SELSA10	3.96	2.29	.07	.20**	-.05	.18**	.22**	.15**	.09	.30**	.14**	.15**	.09*	.33**	.28**	.39**	.23**	.29**	.38**	1		
s. SELSA14	4.35	2.54	.29**	.18**	.15**	.21**	.36**	.29**	-.10*	.24**	.09	.08	-.11*	.16**	.40**	.33**	.24**	.89**	.91**	.36**	1	
t. SELSA15	3.69	2.27	.13**	.15**	-.01	.18**	.27**	.23**	.09	.31**	.14**	.16**	.02	.35**	.36**	.42**	.34**	.52**	.58**	.62**	.56**	1

Not: n=441, YİYO: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, İK: İletişim Kaygısı, BK: Beğenilmeme Kaygısı, FB: Fizyolojik Belirtiler, SELSA: Romantik Yalnızlık, *p<.05, **p<.01

iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler şeklindedir. Araştırmanın son örtük değişkeni olan romantik yalnızlık değişkenine ilişkin gözlenen değişkenler ise SELSA-S'nin ilgili maddeleridir. Kısacası, bu çalışmada toplamda 4 örtük değişken ve 20 adet de gözlenen değişken bulunmaktadır. Gözlenen değişkenlerin betimleyici istatistikleri ve gözlenen değişkenler arasındaki korelasyon değerleri Tablo 4-3'te yer almaktadır.

Gözlenen değişkenlere ek olarak araştırma kapsamında yer alan örtük değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler ve örtük değişkenler arasındaki korelasyon değerleri ise Tablo 4-4'te sunulmaktadır.

Tablo 4-4: Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	\bar{x}	SS	a.	b.	c.
a. Kaçman Bağlanma	14.67	4.16	1		
b. Kaygılı Bağlanma	17.70	3.87	.03	1	
c. Flört Kaygısı	103.05	37.84	.35**	.38**	1
d. Romantik Yalnızlık	20.47	10.17	.39**	.22**	.45**

Not: n=441, *p<.05, **p<.01

4.2.1.1. Tüm Grup Ölçme Modeli Testi

Anderson ve Gerbing (1988) tarafından önerilen ve bu çalışma kapsamında da takip edilen iki aşamalı yaklaşım gereği bu çalışmada gözlenen değişkenlere ilişkin ölçme modeli test edilmiştir. Tamamlanan analizler sonucunda standardize edilmiş faktör yükleri (λ), t ve R^2 değerleri Tablo 4-5'te yer almaktadır.

Tablo 4-5: Tüm Grup Ölçme Modelinin λ , t ve R² Değerleri

Gözlenen Değişkenler	λ	t	R ²
YİYÖ1	.39	7.41	.15
YİYÖ3	.61	12.30	.38
YİYÖ5	.08	1.55	.01
YİYÖ7	.64	13.05	.42
YİYÖ9	.43	8.34	.19
YİYÖ11	.72	14.78	.52
YİYÖ2	.35	6.11	.12
YİYÖ4	.43	7.50	.18
YİYÖ6	.31	5.42	.01
YİYÖ8	.38	6.69	.15
YİYÖ10	.17	3.01	.03
YİYÖ12	.74	12.14	.55
SELSA3	.92	25.13	.84
SELSA6	.95	26.56	.90
SELSA10	.39	8.29	.15
SELSA14	.96	27.11	.92
SELSA15	.59	13.47	.35
İletişim Kaygısı	.85	18.03	.72
Fizyolojik Belirtiler	.73	15.42	.54
Beğenilmeme Kaygısı	.41	8.22	.17

Test edilen ölçme modeline ilişkin şekil ise EK 6'da yer almaktadır. Ek olarak, test edilen ölçme modeline ilişkin uyum iyiliği değerleri de Tablo 4-6'da sunulmaktadır.

Tablo 4-6: Tüm Grup Ölçme Modeli Uyum İyiliği İstatistikleri

Uyum Ölçüsü	Değeri	Uyum
χ^2/sd	5.21	Kötü uyum
RMSEA	0.098	Kötü uyum
SRMR	0.096	Kabul edilebilir uyum
NFI	0.79	Kötü uyum
CFI	0.83	Kötü uyum
GFI	0.84	Kötü uyum
AGFI	0.79	Kötü uyum

Tüm grup ölçme modeline ilişkin elde edilen uyum iyiliği değerleri incelendiğinde kötü uyum iyiliği değerlerinin üretildiği sonucuna ulaşılmıştır. Ancak modele ilişkin önerilen modifikasyon indeksleri incelendiğinde, SELSA10 ile SELSA15 madde çiftinin hatalarının ilişkilendirilmesi sonucunda ki-kare değerinde 119.8'lik bir düşüşün olacağı görülmüştür. Her iki maddenin aynı alt boyut altında yer alıyor olması ve benzer içeriklere sahip olması nedeni ile bu modifikasyon önerisi kabul edilmiştir. YİYÖ1 ile YİYÖ9 madde çiftlerinin hatalarının ilişkilendirilmesine yönelik ikinci modifikasyon önerisi ise ki-kare değerinde 50.3'lük bir düşüş sağlayacaktır. Nitekim hem YİYÖ1'in hem de YİYÖ9'un kaçınan bağlanma değişkenin gözlenen değişkenleri olması hem de içerik yönünde birbirine benziyor olması nedeni ile bu modifikasyon önerisinin de kabul edilmesine karar verilmiştir. Bu iki modifikasyon önerisine ek olarak ki-kare değerinde 36.2'lik bir düşüş sağlayacak olan YİYÖ1 ile YİYÖ5 maddelerine ilişkin hataların ilişkilendirilmesine yönelik modifikasyon önerisi de her iki maddenin aynı boyut altında yer alması ve benzer içeriklere sahip olması nedeni ile kabul edilmiştir. Son olarak, benzer içeriklere sahip olan ve kaygılı bağlanma boyutunu ölçen YİYÖ4 ile YİYÖ6 madde çiftlerinin de hatalarının ilişkilendirilmesine yönelik modifikasyon önerisi kabul edilmiştir. Yapılan dört modifikasyonun ardından elde edilen düzeltme sonrası tüm grup ölçme modeline ilişkin standardize edilmiş faktör yükleri (λ), t ve R^2 değerleri Tablo 4-7'de sunulmaktadır.

Tablo 4-7: Düzeltme Sonrası Tüm Grup Ölçme Modelinin λ , t ve R² Değerleri

Gözlenen Değişkenler	λ	t	R ²
YİYÖ1	.33	6.23	.11
YİYÖ3	.63	12.81	.40
YİYÖ5	.03	0.57	.01
YİYÖ7	.66	13.49	.44
YİYÖ9	.37	6.99	.14
YİYÖ11	.74	15.12	.54
YİYÖ2	.37	6.61	.14
YİYÖ4	.35	6.25	.12
YİYÖ6	.24	4.28	.05
YİYÖ8	.37	6.56	.14
YİYÖ10	.19	3.35	.04
YİYÖ12	.82	12.22	.67
SELSA3	.92	25.21	.85
SELSA6	.95	26.50	.90
SELSA10	.37	7.96	.14
SELSA14	.96	27.15	.92
SELSA15	.58	13.27	.34
İletişim Kaygısı	.85	17.98	.73
Fizyolojik Belirtiler	.41	8.13	.17
Beğenilmeme Kaygısı	.73	15.33	.54

Düzeltme sonrası ölçme modeline ilişkin şekil ise EK 7’de yer almaktadır. Ek olarak, düzeltme sonrası ölçme modeline ilişkin uyum iyiliği değerleri ise Tablo 4-8’de sunulmaktadır.

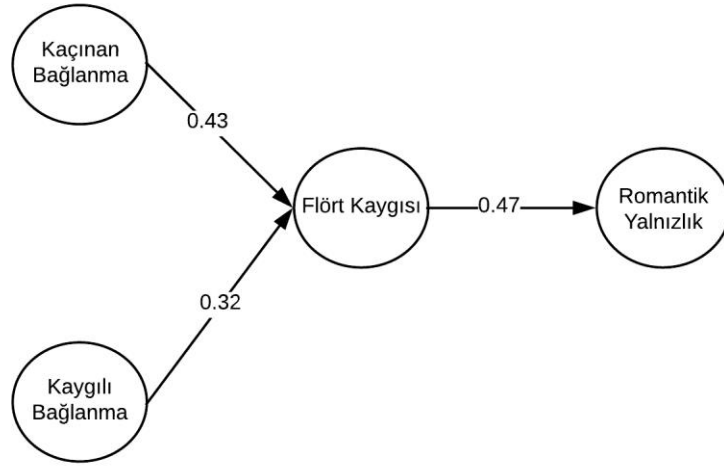
Tablo 4-8: Düzeltme Sonrası Tüm Grup Ölçme Modeli Uyum İyiliği İstatistikleri

Uyum Ölçüsü	Değeri	Uyum
χ^2/sd	3.23	Kötü uyum
RMSEA	0.071	Kabul edilebilir uyum
SRMR	0.092	Kabul edilebilir uyum
CFI	0.90	Kabul edilebilir uyum
AGFI	0.86	Kabul edilebilir uyum
NFI	0.86	Kötü uyum
GFI	0.89	Kötü uyum

Yapılan analizler sonucunda ölçme modelinin daha çok kabul edilebilir değerler ürettiği görülmüştür. Bu sebeple, bundan sonra yapılacak olan analizlerde SELSA10 ile SELSA15, YİYÖ1 ile YİYÖ9, YİYÖ1 ile YİYÖ5 ve YİYÖ4 ile YİYÖ6 madde çiftlerinin hatalarının ilişkilendirilerek analizlerin devam ettirilmesine karar verilmiştir.

4.2.1.2. Tüm Grup YEM Testi

Araştırma kapsamında takip edilen iki aşamalı yaklaşım gereği bu başlık altında araştırma hipotezlerinin test edildiği yapısal model test edilmiştir. Test edilen YEM'e ilişkin standardize edilmiş faktör yükleri (λ), t ve R^2 değerleri Tablo 4-9'da yer almaktadır. Bununla birlikte test edilen YEM Şekil 4-1'de sunulmaktadır. Şekil 4-1'e ek olarak test edilen yapısal modelin daha ayrıntılı bir şekli ise EK 8'de sunulmaktadır.



Şekil 4-1: Yapısal Model

Tablo 4-9: Düzeltme Sonrası Tüm Grup Ölçme Modelinin λ , t ve R² Değerleri

Değişkenler	λ	t	R ²
Kaçınan Bağlanma			
YİYÖ1	.32	5.96	.10
YİYÖ3	.65	13.07	.42
YİYÖ5	.02	0.34	.01
YİYÖ7	.67	13.51	.45
YİYÖ9	.35	6.62	.12
YİYÖ11	.73	14.93	.54
Kaygılı Bağlanma			
YİYÖ2	.37	6.59	.14
YİYÖ4	.35	6.27	.12
YİYÖ6	.24	4.29	.04
YİYÖ8	.37	6.57	.14
YİYÖ10	.19	3.35	.03
YİYÖ12	.82	12.22	.67
Romantik Yalnızlık			
SELSA3	.92	.00	.85
SELSA6	.95	37.00	.89
SELSA10	.37	8.13	.14
SELSA14	.96	38.68	.92
SELSA15	.58	14.16	.34
Flört Kaygısı			
İletişim Kaygısı	.84	.00	.71
Fizyolojik Belirtiler	.73	12.77	.17
Beğenilmeme Kaygısı	.41	7.77	.54

Test edilen YEM'e ilişkin uyum iyiliği istatistikleri ise 4-10'da yer almaktadır.

Tablo 4-10: YEM Uyum İyiliği İstatistikleri

Uyum Ölçüsü	Değeri	Uyum
χ^2/sd	3.26	Kötü uyum
RMSEA	0.072	Kabul edilebilir uyum
SRMR	0.098	Kabul edilebilir uyum
CFI	0.90	Kabul edilebilir uyum
AGFI	0.86	Kabul edilebilir uyum
NFI	0.86	Kötü uyum
GFI	0.89	Kötü uyum

Önerilen YEM'e ilişkin uyum istatistikleri incelendiğinde çoğunlukla kabul edilebilir uyum değerlerine ulaşıldığı görülmektedir. YEM'in NFI ve GFI değerlerinin kabul edilebilir sınırlar dışında yer aldığı görülmekle birlikte, RMSEA, SRMR, CFI ve AGFI değerlerinin ise kabul edilebilir değerler sınırında olduğu görülmektedir. Model uyum indeksleri incelendiğinde, RMSEA uyum indeksi örnek çapı, faktör sayısı ve parametre tahmin yöntemi açısından değişim göstermemesi sebebiyle en avantajlı uyum iyiliği indeksleri arasında yer almaktadır (Çerezci, 2010). Doğan (2015) ise çok değişkenli normal dağılım varsayımının gerçekleştiği veri setleri için tüm örneklem büyüklüklerinde ve korelasyon değerlerinde kullanılacak en iyi uyum ölçütünün RMSEA olduğunu ifade etmektedir. RMSEA uyum iyiliği indeksinin en iyi model uyum ölçütlerinden biri olduğunu gösteren başka çalışmalar da bulunmaktadır (Curran, Bollen, Chen, Paxton ve Kirby, 2013; Fan ve Sivo, 2007). Bununla birlikte, Garver ve Mentzer (aktaran İlhan ve Çetin, 2014) yapılan çalışmada kabul edilebilir sınırlar içinde yer alan RMSEA ve CFI uyum indekslerinin YEM çalışmalarında dikkate alınabileceğini belirtmektedir. Ayrıca, RMSEA gibi CFI uyum iyiliği indeksinin de en avantajlı indekslerden biri olduğu ifade edilmektedir. Buna karşılık, ki-kare uyum iyiliği indeksinin ise örnek çapına, faktör sayılarına ve tahmin yöntemine göre değişim göstermesi gibi dezavantajları bulunmaktadır (Çerezci, 2010). Bununla birlikte, χ^2/sd değerinin model uyumu için iyi bir ölçüt olmadığı ifade edilmektedir (Koyuncu ve Kılıç, 2019; Wheaton, 1987). Bunun yanı sıra, çalışma kapsamında önerilen YEM'e ilişkin uyum istatistikleri incelendiğinde χ^2/sd değerinin 3'ten büyük olmasından ($\chi^2/sd= 3.26$) dolayı kabul edilebilir sınırlar içinde yer almadığı görülmektedir. Ancak, literatürde bu değer 3'ten küçük olmasının iyi uyumu, 5'ten küçük olmasının yeterli uyumu gösterdiğine ilişkin bilgiler de yer almaktadır (Sümer,2000). Sonuç olarak, literatür ışığında çalışma bulguları ele alındığında çalışma kapsamında oluşturulan yapısal eşitlik modelinin kabul edilebilir bir model olarak değerlendirilebileceği görülmektedir.

YEM sonucunda ortaya çıkan yapısal eşitlikler ve çoklu belirlilik katsayısı (R^2) Tablo 4-11'de paylaşılmaktadır.

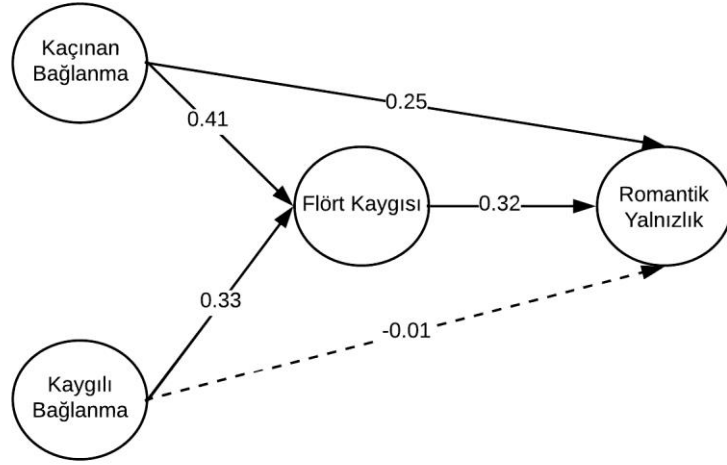
Tablo 4-11: Yapısal İlişkiler

Yapısal İlişkiler		Standardize Edilmiş Yükler	t değeri	
Kaçınan	→	Flört	.43	6.97
Bağlanma	→	Kaygısı		
Kaygılı		Flört	.32	5.07
Bağlanma	→	Kaygısı		
Flört Kaygısı	→	Romantik	.47	8.55
	→	Yalnızlık		
Yapısal Eşitlikler			R²	
Flört Kaygısı=0.43*Kaçınan Bağlanma + 0.32*Kaygılı Bağlanma			.41	
Romantik Yalnızlık=0.47*Flört Kaygısı			.22	

Kaçınan bağlanma bağımsız örtük değişkeni ile flört kaygısı bağımlı aracı değişkeni arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.43). Bu değer kaçınan bağlanma puanındaki bir puanlık artışın flört kaygısı puanındaki .43 puanlık artışa ya da kaçınan bağlanma puanındaki bir puanlık azalmanın flört kaygısı puanındaki .43 puanlık azalmaya neden olacağını ifade etmektedir. Kaygılı bağlanma bağımsız örtük değişkeni ile flört kaygısı bağımlı aracı değişkeni arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır (.32). Bu değer de kaygılı bağlanma puanındaki bir puanlık artışın flört kaygısı puanındaki .32 puanlık artışa veya kaygılı bağlanma puanındaki bir puanlık azalışın flört kaygısı puanındaki .32 puanlık azalışa neden olacağını ifade etmektedir. Flört kaygısı bağımlı aracı örtük değişkeni ile romantik yalnızlık bağımlı örtük değişkeni arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki hesaplanmıştır (.47). Bu değer flört kaygısı puanındaki bir puanlık artışın romantik yalnızlık puanındaki .47 puanlık artışa ya da flört kaygısı puanındaki bir puanlık azalışın romantik yalnızlık puanındaki .47 puanlık azalışa neden olacağını ifade etmektedir. Tüm bunların yanında, bağımsız örtük değişkenler kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma, aracı örtük değişken flört kaygısının %41'ini açıkladığı belirlenmiştir ($p < .05$). Flört kaygısı aracı örtük değişkenin de romantik yalnızlık bağımlı örtük değişkeninin %22'sini açıkladığı sonucuna erişilmiştir ($p < .05$).

Tüm bu analizlere ek olarak, söz konusu modele ve aracılık hipotezlerine ilişkin daha fazla bulgu elde etmek amacıyla Şimşek'in (2007) önerisi ile modelin ilk aşamalarında yer almayan kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık ve kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki doğrudan yollar modele eklenmiş ve bu

yolların modelin uyum iyiliği değerlerine olan etkisi incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda elde edilen değerler Şekil 4-2’de paylaşılmıştır.



Şekil 4-2: Aracılık İlişisini Test Eden Model

Yapılan analizler sonucunda, Şekil 4-2’de de paylaşıldığı gibi, modele eklenen doğrudan yolların model uyumu iyiliği değerlerinde olumlu ya da olumsuz yönde herhangi bir değişime neden olmadığı sonucuna ulaşılmıştır [$X^2/sd=3.23$, RMSEA=0.071, SRMR=0.098, CFI=.90, GFI=.89, NFI=.86, AGFI=.86]. Bununla birlikte modele eklenen iki yolun standardize edilmiş değerleri incelendiğinde kaçınan bağlanmadan romantik yalnızlığa giden yol için 0.25, kaygılı bağlanmadan romantik yalnızlığa giden yol için -0.01 şeklinde sıralandığı görülmektedir. Ek olarak, modele eklenen her iki doğrudan yola ilişkin t değerleri incelendiğinde, kaçınan bağlanmadan romantik yalnızlık değişkenine giden yolun t değerinin 3.93 ($p<.05$) şeklinde hesaplandığı, kaygılı bağlanmadan romantik yalnızlık değişkenine giden yolun t değerinin ise -0.23 ($p>.05$) şeklinde hesaplandığı görülmektedir. Bu bulgular ışığında kaçınan bağlanmadan romantik yalnızlık değişkenine giden yolun istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($\beta=.25$, $t=3.93$, $p<.05$), kaygılı bağlanmadan romantik yalnızlık değişkenine giden yolun ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($\beta=-0.01$, $t=-0.23$, $p>.05$) sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulardan hareketle, flört kaygısının aracı rolünün kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide kısmen doğrulandığı, kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide ise tamamen doğrulandığı sonucuna ulaşılmıştır.

BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın amacı doğrultusunda test edilen hipotezlere ait sonuçlar literatürde yer alan araştırma bulgularından hareketle tartışılmıştır. Sonrasında ise bu konuda çalışmak isteyen araştırmacılara ve alandaki uygulayıcılara yönelik olarak hazırlanmış birtakım önerilere yer verilmiştir.

5.1. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma kapsamında oluşturulmuş olan tüm araştırma sorularına ait bulgular, ilgili literatür ve araştırmanın sınırlılıkları çerçevesinde tartışılmıştır.

5.1.1. “Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde beliren yetişkinlerde romantik yalnızlığın yordanmasında bağlanma boyutları ve flört kaygısı boyutlarının görece katkısı nedir?” Araştırma Sorusuna Ait Bulguların Tartışılması

Beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerinin yaş, cinsiyet, kaçınan ve kaygılı bağlanma, iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini yordamadaki görece katkılarını ortaya koyabilmek için çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Çalışmanın ilk adımında yaş ve cinsiyet değişkenlerinin romantik yalnızlığa ilişkin varyansın %3’ünü yordadığı tespit edilmiştir. Yaş ve cinsiyet değişkenleri ayrı ayrı ele alındığında ise beliren yetişkinlerin yaşlarının yükseldikçe romantik yalnızlık düzeylerinin azaldığı görülürken beliren yetişkinlerin cinsiyetleri ile romantik yalnızlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Literatürde yaş ve cinsiyet ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkiye bakıldığında farklı bulguların olduğu görülmektedir.

İlk olarak yaş ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkiye bakıldığında, Buluş (1997) tarafından yapılan bir araştırmada üniversite öğrencilerinde yalnızlığın birinci sınıftan son sınıfa doğru düştüğü, başka bir deyişle yaşları yükseldikçe yalnızlık düzeylerinin düştüğü tespit edilmiştir. Danış, Yıldız, Tekin ve Alkan (2017) tarafından yapılan bir diğer araştırmada ise benzer şekilde sınıf düzeyinin yükseldikçe yalnızlık düzeyinin düştüğü ortaya konmuştur. Kozaklı tarafından

(2006) yapılan araştırmada da yaş düzeylerinin yükselmesiyle yalnızlık düzeylerinin azaldığı bulunmuştur. Cutrona (1982) ise, niversitenin ilk yılında birinci dönemde öğrencilerin %75'inin yalnızlık yaşadıklarını ve bu oranın niversitenin ilk yılının sonunda önemli derecede düştüğünü tespit etmiştir. Ancak Demir (1990) tarafından yapılan araştırmada niversite ğrencilerinde yaştaki düşüşün ya da yükselişin veya sınıf düzeylerinin öğrencilerin yalnızlık düzeylerini etkilemediğı bulunmuştur. I. Uçar (2018) tarafından yapılan çalışmada da yaş düzeyine göre yalnızlık düzeyleri arasında bir farklılık bulunmamıştır. Yapılan bu çalışmada ise yaşı küçük olanların daha fazla yalnızlık hissetmelerinin iki temel sebebi olabileceğı düşünülmektedir. Öncelikle niversiteye devam eden beliren yetişkinlerin oğ genellikle niversiteye başladıklarında ilk kez ailelerinden yalnız kalmaktadırlar ve yeni bir sosyal çevrenin içine girmektedirler. Dolayısıyla niversiteye yeni başlayan beliren yetişkinlerin uyum süreci boyunca genel bir yalnızlık yaşadıkları ve ilk senesinde sosyal çevresini yeni oluştırmaya başlayan beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerinin de bu durumdan etkilenebileceğı düşünülmektedir. İkinci olarak, aşk konusunda keşif ve karar verme sürecinde olan beliren yetişkinlerin yaş düzeylerinin arttıka daha kalıcı seçimler yapmaya başladıkları, kim oldukları ve ne istedikleri hakkında daha fazla Őey ğrendikleri (Arnett, 2004) ve buna bağlı olarak romantik yalnızlık düzeylerinin azaldığı öngörülebilir.

Cinsiyet ve romantik yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise bu konuda da farklı araştırma sonuçlarının olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalarda cinsiyet ve yalnızlık arasında ilişki bulunmazken (Buluş, 1997; een, 2008; Danış vd., 2017; Jones, Freeman ve Goswick, 1981; I., Uçar, 2018; İlhan, 2012; Lamm ve Stephan, 1987); bazı araştırmalar da cinsiyetin yalnızlıkla ilişkili olduğu bulunmuştur. Örneğin; Demir (1990) tarafından yapılan araştırmada erkek öğrencilerin kızlardan daha fazla düzeyde yalnızlık yaşadığı tespit edilmiştir. Saruhan (2018) ise geç yetişkin erkeklerin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin geç yetişkin kadınların sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Salimi (2011) tarafından yapılan çalışmada da kadınların duygusal yalnızlık düzeyleri erkeklerin duygusal yalnızlık düzeylerinden daha düşük bulunmuştur. Bu bulguları destekleyen başka araştırmalar da bulunmaktadır (Roscoe ve Skomski, 1989; Shultz ve Moore, 1986). Erkeklerin kızlardan daha fazla yalnızlık yaşadığına ilişkin araştırma bulgularına karşılık,

McWhirter'ın (1997) çalışmasında ise kızların, erkeklerden daha fazla yalnızlık yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Buna göre, cinsiyet genel, sosyal ve yakın ilişkinin olmayışından kaynaklanan yalnızlık (intimate loneliness) düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamıştır. Yapılan bu çalışmada ise yaş düzeyinin cinsiyete göre daha anlamlı bir yordayıcı olması beliren yetişkinlik döneminin özellikleriyle daha tutarlı görülmektedir. Çünkü beliren yetişkinlik bu dönemde olan bütün bireyler için bir keşif ile karakterize edilen bir dönemdir (Arnett, 2000) ve bireylerin yaşın artmasıyla birlikte bu dönemin sonlarına romantik ilişkilere dair düşünceleri, duyguları ve tutumları daha kararlı olma eğilimindedir. Bu dönem bittiğinde bireyin romantik bir ilişkisinin olmadığı durumlarda yalnızlığı “seçme” (veya tek başına olma) ile yalnız “kalma” arasındaki ayrımın yapılması bunun bir problem olarak değerlendirilmesinde önemli bir faktördür.

Beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerinde yaşadığı problemlerden biri olan romantik yalnızlığı yordamadaki en önemli değişkenlerden biri de bağlanmadır. Bu nedenle, çalışmanın ikinci adımında modele bağlanma boyutları eklenmiştir. Buna göre, modele kaçınan ve kaygılı bağlanma boyutlarının da eklenmesiyle birlikte romantik yalnızlığa ilişkin varyans %21'e yükselmiştir. Sonuç olarak, kaçınan ve kaygılı bağlanma düzeylerinin romantik yalnızlık düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. İlgili literatürde bu bulguyu destekler nitelikte birçok çalışmanın yer aldığı görülmektedir.

Yetişkin bağlanma kaygısı, reddedilme ve terk edilme korkusu olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma kaygısı olan bireyler olumsuz benlik modeli geliştirme eğilimdedirler (Pietromonaco ve Feldman-Barrett, 2000; Wei vd., 2005a). Olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeli geliştiren kaygılı bağlanan bireylerin yakınlıktan kaçmamalarına aksine sürekli yakınlık aramalarına rağmen ilişkilerde gösterdikleri kıskançlık, romantik obsesyon, öfkeli uzaklaşma gibi (Brennan vd., 1998) işlevsiz davranış örüntüleri nedeniyle romantik olarak yalnızlaşabileceği düşünülmektedir. Örneğin, reddedilmeye karşı duyarlı olan kaygılı bağlanan birey reddedileceği korkusuyla bir ilişkiye başlamaktan çekinebilir ya da terk edileceği yönünde korkular yaşayan birey ilişkide partnerinin davranışlarını yanlış yorumlayarak hem kendinin hem partnerinin ilişkiden aldığı doyumun azalması yoluyla kendini yalnız hissedebilir. Yapılan çalışmada da bu görüşle tutarlı olarak kaygılı bağlanma

düzeşinin beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordadığı ortaya konmuştur. Bağlanma stilleri açısından incelendiğinde ise kaygının temel faktör olduğu Hazan ve Shaver (1987) tarafından tanımlanan kaygılı/kararsız bağlanma stili ile Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından tanımlanan saplantılı ve korkulu bağlanma stillerinin de reddedilmeye ve terk edilmeye ilişkin yoğun endişeler ve buna bağlı olarak ilişki süreçlerinde yaşayabilecekleri problemler nedeniyle romantik yalnızlık ile ilişkili olduğu düşünölmektedir.

Bağlanma kaygısının aksine kaçınma, yakınlıktan korku ve yakınlık ve bağılılıktan rahatsızlıkla karakterize edilir. Kaçınan bireşlerin olumsuz başkaları modeli geliştirmeleri daha olasıdır (Pietromonaco ve Feldman-Barrett, 2000; Wei vd., 2005a). Olumsuz başkaları modeli geliştiren kaçınan bağlanan bireşlerin başkalarını güvenilmez olarak görerek yakınlıktan kaçınmaları (Bartholomew ve Horowitz, 1991) dolayısıyla romantik olarak yalnız hissetmeleri mümkündür. Nitekim, bu görüş çalışmanın kaçınan bağlanma düzeylerinin beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordayacağı şeklindeki hipotezi ile uyumlu görünmektedir. Ayrıca, çalışmanın bulguları da bu hipotezi desteklemektedir. Bağlanma stilleri açısından incelendiğinde ise kaçınmanın temel strateji olduğu Hazan ve Shaver (1987) tarafından tanımlanan kaçınan bağlanma stili ile Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından tanımlanan kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerinin ilişkilerde zarar görecekleri korkusuyla yakınlıktan uzak durmaları nedeniyle romantik yalnızlık ile ilişkili olduğu düşünölmektedir. Ayrıca, korkulu bağlanma stilineşin hem kaygı boyutunun hem de kaçınma boyutunun yüksek olmasından dolayı romantik yalnızlık yaşamaları daha olası görünmektedir.

Bağlanma stilleri ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi araştıran çalışma sonuçları incelendiğinde farklı bağlanma stillerinin yalnızlıkla ilişkili olduğunun ortaya konduğu görölmektedir. Genel olarak, çalışmalarda kaygılı/kararsız (Hazan ve Shaver, 1987; Pakdaman vd., 2016), saplantılı (Deniz, Hamarta ve Arı, 2005; DiTommaso vd., 2003), korkulu (Deniz vd., 2005; Demirli, 2007; DiTommaso vd., 2003; İlhan, 2012; Karakuş, 2012) ve kayıtsız (Deniz vd., 2005; Hayali-Emir, 2014) bağlanma stilleri ile yalnızlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Diğer araştırma bulgularının aksine, Hayali-Emir (2014) tarafından yapılan bir çalışmada ise korkulu bağlanma ile yalnızlık arasında negatif yönde

anlamli bir iliŒki bulunmuŒtur. Ancak, genel olarak değerlendirildiğinde alıŒma sonuçları kaygı ve kaçınma olmak üzere iki temel boyuttan oluŒan güvensiz bağlanma ile romantik yalnızlık arasında pozitif yönde anlamli bir iliŒkinin olduğunu desteklemektedir.

Bunlara ek olarak, kaçınan bağlanan bireylerin kaygılı bağlanana göre daha yüksek düzeyde romantik yalnızlık yaŒamaları olasıdır. Çünkü bu bireyler, baŒkalarına yakınlıŒmaktan ve baŒkalarının kendine yakınlıŒmasından rahatsızlık duyarak romantik iliŒkinin oluŒmasını çift taraflı olarak engellemektedirler. Kaygılı bağlanan bireyler ise kaçınan bağlanana göre romantik bir iliŒkinin kurulmasına ve sürdürülmesine yönelik daha istekli ve aktif olarak görünmektedir (aktaran Mikulincer ve Shaver, 2007). Bununla birlikte, her iki bağlanma boyutu ile romantik yalnızlık arasında bir iliŒki bulunmasına rağmen bağlanma sistemlerini harekete geçiren farklı yapıların bulunması (devre dıŒı bırakma stratejileri ve hiperaktivasyon stratejileri), kaygılı ve kaçınan bireylerin romantik yalnızlık düzeylerini açıklayan farklı yapılar olabileceğini dŒndrmektedir. Bu nedenle bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki iliŒki aracı bir deęiŒken vasıtasıyla daha açık bir biçimde ortaya konabilir. Yapılan bu alıŒmada bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki iliŒkide flört kaygısının aracı deęiŒken olarak kullanılabileceği dŒnlmŒtr.

Çok Yönlü Regresyon Analizinin nc aŒamasında, modele flört kaygısının alt boyutları olarak tanımlanan iletiŒim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtilerin eklenmesiyle romantik yalnızlığa iliŒkin açıklanan varyansın %28'e ulaŒtıęı ve flört kaygısı deęiŒkeninin modele katkısının anlamli olduğu grlmŒtr.

Cutrona (1982) genç yetiŒkinlikte yalnızlığı en önemli tahmin eden yordayıcılardan birinin flört etme olduğunu belirtmektedir. Çeçen ve Cenkseven (2007) ise psikolojik iyi olmanın boyutlarından biri olan diğerleriyle olumlu iliŒkilerin niversite dönemindeki bireylerin yalnızlığını yordayan en önemli boyut olduğunu bulmuŒtur. Yalnızlık duygusu ihtiyaç duyulan iliŒkiler veya iliŒkilerin baŒlatılmasındaki eksikliklerden ve yetersizliklerden kaynaklanmaktadır. Duygusal yalnızlık yaŒayan bireylerde kaygı duygusu ne çıkmaktadır (Weiss, 1973). Bu doğrultuda romantik yalnızlık yaŒayan bireylerin flört kaygısı yaŒama olasılıklarının yüksek olabileceği dŒnlmektedir. Literatürde flört kaygısı ve yalnızlık arasındaki

ilişkiyi araştıran sınırlı sayıda çalışma bulunmakla birlikte mevcut çalışmalarda farklı sonuçların ortaya konduğu görülmektedir.

Adamczyk (2015) tarafından Flört Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu'nun Polonyalı genç yetişkinler için geliştirilmesi ve geçerliğinin sınanması için yapılan çalışmada ölçeğin geçerliğini test etmek için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile ilişkisine bakılmıştır. Buna göre, genç yetişkinlerde flört kaygısı ve romantik yalnızlık arasında ilişki bulunamamıştır. Adamczyk ve Segrin (2016) tarafından daha sonra yapılan bir araştırmada ise genç yetişkinlerin kişilerarası yeterlilik düzeyleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkide flört kaygısı ve romantik izolasyonun (romantic desolation) aracı rolü incelenmiştir. Romantik izolasyon, romantik yalnızlık ve ilişki durumu değişkenlerinin birleşimi olarak ele alınmıştır. Bu çalışmaya göre; kişilerarası yeterlilik, flört kaygısı, romantik izolasyon ve yaşam doyumunun birbiriyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Yapısal eşitlik modeli sonuçlarına göre ise düşük kişilerarası yeterliliğin yüksek düzeyde flört kaygısı aracılığı ile romantik izolasyonda etkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, flört kaygısı, artan romantik izolasyon aracılığıyla düşük düzeyde yaşam doyumuna etki etmektedir. Odacı ve Kalkan (2010) tarafından yapılan başka bir araştırmada ise üniversite öğrencilerinde problemleri internet kullanımı, yalnızlık ve flört kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan bu çalışmada flört kaygısının alt boyutlarının romantik yalnızlığı yordama düzeyleri incelenmiştir. Buna göre, özellikle iletişim ve beğenilmeme kaygısı düzeyleri yüksek olan beliren yetişkinlerin daha yüksek düzeyde romantik yalnızlık yaşadığı tespit edilmiştir. İletişim ve beğenilmeme kaygısının altında yatan rasyonel olmayan düşünceler romantik bir ilişkinin başlatılmasını ve sürdürülmesini engelleyerek beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık yaşamalarına neden olabilir. Buna paralel olarak, Gizir (2012) tarafından da rasyonel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişkilerde zorlanmalara yol açtığı ve üniversite öğrencileri arasında romantik ilişkilerin başlamasını ve gelişimini büyük oranda etkilediği belirtilmektedir.

Flört kaygısı yaşayan bireylerde, olası flört partneriyle etkileşimleri sırasında düşüncelerini iletmekte ve karşı tarafın anlattıklarını anlamada güçlük çekme; göz kontağı kurmakta zorlanma; konuşurken elin ayağın birbirine dolanması, yüksek

sesle konuşamama, kekeleme gibi iletişimde uygun davranışları sergileyememe; konuşmayı başlatamama ve yüz yüze konuşmalarda gerginken telefonda ya da sanal ortamda daha rahat davranma gibi iletişim kaygısı belirtileri gözlenmektedir. Bu tür davranışlar gösteren beliren yetişkinlerin yetersiz sosyal iletişim becerileri, romantik bir ilişkisinin kurulmasını engelleyecek ve bireylerin yalnız hissetmesine neden olacaktır. Bu görüşü destekleyen şekilde, Solano, Batten ve Parrish (1982) tarafından üniversite öğrencilerinde karşı cinsten arkadaşlara yönelik kişinin algıladığı samimi bir kendini açmanın eksikliğinin ve iletişim kurmada güçlük yaşanmasının yalnızlıkla anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Zakahi ve Duran (1985) ise iletişimsel yeterlilik ile yalnızlık arasında güçlü negatif bir ilişki bulurken, yalnız bireylerin daha çok iletişim kaygısı yaşadığını belirtmiştir. Bireylerin yaşadığı iletişim ya da sosyal etkileşim kaygılarının yalnızlık düzeylerini arttırdığına yönelik başka çalışmalar da bulunmaktadır (Demir ve Kutlu, 2016; Erözkan, 2009; Jang, ve Kim, 2012; Yüksel, 2002).

Beğenilmeme kaygısı yaşayan bireyler ise, olası flört partnerinin kendisini beğeneceği kadar güzel veya yakışıklı olmadığını ve başkalarının daha çekici olduğunu düşünme; görünüşüyle ilgili çok zaman harcama; daha güzel veya yakışıklı biri için terk edileceği korkusu yaşama; dış görünüşünden memnun olmadığı durumlarda görüşmek istememe; flört partneri üzerinde sıkıcı olacağı, gülünç duruma düşeceği, zayıf yönlerine dikkat çekileceği gibi nedenlerle kötü bir izlenim bırakacağını düşünme gibi özellikler gösterirler. Cheek ve Briggs (1989) ne düşündükleri üzerinde önemle duran, nasıl göründükleri konusunda duyarlı ve başkaları üzerinde iyi bir izlenim bırakma kaygısında olan bireylerin yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olacağını belirtmektedir (aktaran Erözkan, 2009). Sabiston, Sedgwick, Crocker, Kowalski ve Mack (2007) tarafından sosyal görünüş kaygısıyla baş etme stratejileri hakkında yapılan nitel bir araştırmada ergenlerin sosyal görünüşleri ile ilgili kaygıları ile başa çıkmada en çok kullandıkları stratejilerden birinin davranışsal kaçınma olduğu ortaya konmuştur. Dolayısıyla, davranışsal kaçınma stratejisini kullanan bir bireyin yalnız kalabileceği yorumu yapılabilir. Kılıç (2015) tarafından yapılan çalışmada da sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, beğenilmeme kaygısı yaşayan bireylerin kendileri ile ilgili olumsuz değerlendirmeleri nedeniyle reddedilme duyarlılığı yaşayacağı ve bunun sonucunda romantik bir ilişkiden

kaçınarak yalnız kalabileceği düşünülmektedir. Yapılan çalışmada da beğenilmeme kaygısı yüksek olan beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Yapılan regresyon analizinin son aşamasında, modele flört kaygısına ilişkin değişkenlerin eklenmesiyle kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişki ortadan kalkmıştır. Buna göre, romantik yalnızlık ile kaygılı bağlanma arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığı ile sağlandığına ilişkin bir yorum yapılabilir. Bu bulgudan yola çıkılarak bağlanma boyutları ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolüne ilişkin bir yapısal eşitlik modeli test edilmiştir.

5.1.2. “Beliren yetişkinlerde bağlanma boyutları ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolü bulunmakta mıdır?” Araştırma Sorusuna Ait Bulguların Tartışılması

Yapılan çalışmada bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracılık etkisinin kaygı boyutu ve kaçınma boyutu için farklı düzeylerde etkili olduğu görülmüştür.

İlk olarak, bağlanmanın kaygı boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının tamamen aracılık ettiği tespit edilmiştir. Bu bulgudan yola çıkılarak kaygılı bağlanan bireylerin romantik yalnızlık yaşamalarında bu bireylerin çoğunlukla flört kaygısı yaşamalarının etkili olduğu yorumu yapılabilir. Diğer bir deyişle, beliren yetişkinlerde kaygılı bağlanma flört kaygısına yol açtığı için romantik yalnızlık yaşanmaktadır.

Çalışma sonuçları kaygılı bağlanan beliren yetişkinler açısından incelendiğinde, yakın ilişkilerinde ayrılma, reddedilme ve terk edilmeye karşı yoğun korku yaşayan (Sümer vd., 2016) beliren yetişkinlerin flört kaygısı yaşadıkları görülmüştür. Bağlanma kaygısı boyutu ile flört kaygısının, romantik ilişkilerde benzer sonuçları yordaması beklenmektedir. Hem bağlanma kaygısı hem de flört kaygısı etkileşim içinde olarak beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerini etkilemektedir. Bağlanma kaygısı, beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki genel durumunu belirlerken; flört kaygısı, daha özel bir durum olarak özellikle ilişki başlatma becerilerini etkileyen bir durum olarak görülmektedir. Flört kaygısı, romantik ilişkiye girmeleri ve yakın duygusal bağlar kurmaları genel olarak kolay

şeklinde tanımlanan kaygılı bağlanan bireylerin (Hazan ve Shaver, 1987) romantik yalnızlık yaşamalarını açıklamaktadır. Kaygılı bağlananları karakterize eden olumsuz benlik modeli, kişinin sevilebilir biri olmadığı ve diğerleri tarafından kabul edileceği, anlaşılacağı ve önemseneyeceğine dair karamsar beklentilerle ilişkilidir (Mikulincer ve Shaver, 2013). Bu doğrultuda kaygılı bağlanan beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerinde flört kaygısının temel bileşenlerinden olan başkaları üzerinde kötü bir izlenim bırakacaklarını düşündükleri beğenilmeme kaygısı ve yetersiz sosyal iletişim beceriler ile birlikte görülen iletişim kaygısı belirtilerini yaşamaları olasıdır. Mikulincer ve Shaver'a (2013) göre, kaygılı bağlanan bireylerin sahip oldukları olumsuz benlik modeli, kişilerarası etkileşimler sırasında düşünceleri ve duyguları olumsuz olarak etkileyebilir ve hayal kırıklığı, acı ve yalnızlık döngülerine neden olabilir.

Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılan bir çalışmada onaylanmama kaygısı ve başkalarını memnun etme isteğinin kaygı boyutunun öne çıktığı korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile olumlu yönde; ayrılık kaygısının ise saplantılı stille olumlu yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Özteke-Kozan ve Hamarta (2017) tarafından yapılan bir çalışmada ise kişinin görünüşünün başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceğine ilişkin yaşadığı korku ve kaygı olarak tanımlanan sosyal görünüş kaygısı ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, bu çalışmada beliren yetişkinlerin kaygılı bağlanma puanları yükseldikçe beden imgesi ile baş etme stratejilerinden kaçınma strajesi puanlarının da yükseldiği tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra, Wei, Russell ve Zakalik (2005b) tarafından yapılan bir çalışmada bağlanma kaygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkide bireyin yeni arkadaşlık ilişkileri geliştirebilme ve sosyal ilişki kurabilme kapasitesine ilişkin inançları olarak tanımlanan sosyal öz-yeterliğin aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Flört kaygısı yaşayan kişilerin flörtle ilgili durumlarda kendilerine ilişkin olumsuz inançları göz önüne alındığında araştırmanın bulguları bahsedilen çalışma ile tutarlı görünmektedir.

Sonuç olarak, flört kaygısının bağlanma ile ilgili kaygı düzeyi yüksek olan kişilerin ilişkideki davranışları ile büyük ölçüde benzerlik göstermesi nedeniyle ve mevcut literatürdeki araştırma sonuçları incelendiğinde bağlanmanın kaygı boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının tamamen aracılık

edebileceği düşünülebilir. Yapılan çalışmada da bu görüşle tutarlı olarak bağlanmanın kaygı boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının tamamen aracılık ettiği ortaya konmuştur.

Diğer yandan, yapılan çalışmada bağlanmanın kaçınma boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide ise flört kaygısının kısmen aracılık ettiği görülmüştür. Bu bulgudan yola çıkılarak, kaçınan bağlanan bireylerin romantik yalnızlık yaşamalarında bu bireylerin flört kaygısı yaşamalarının etkili olmakla birlikte romantik yalnızlık yaşamalarına yol açan başka faktörlerin de olabileceği yorumu yapılabilir.

Çalışma sonuçları kaçınan bağlanan beliren yetişkinler açısından incelendiğinde, kaçınma boyutuyla romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünün kısmen doğrulanması beklenen bir durumdur. Çünkü, romantik kaygı her iki bağlanma boyutunda da görülmekle birlikte kaygı boyutunda kaçınma boyutuna göre daha fazla görülmektedir (Brennan vd., 1998). Dolayısıyla, kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracılık etkisinin kaygı boyutuna göre daha düşük olacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, kaygı boyutu daha çok olumsuz benlik ile ilişkili bir faktörken, kaçınma boyutunun olumsuz başkaları modeli ilişkili olacağı öngörülmüştür (Brennan vd., 1998; Pietromonaco ve Feldman-Barrett, 2000). Kaygı boyutunda diğerlerinin kişiyi nasıl değerlendirdiğine yönelik endişeler ön plandayken, kaçınma boyutunda bireyin diğerlerine yönelik inanç ve beklentileri de devreye girmektedir. Kaçınan bireyler aşırı öz güven ile karakterize olmaktadır (Brennan vd.; Wei vd., 2005b) ve kaçınan bireylerin yüksek düzeyde sosyal öz-yeterlik bildirme olasılığı yüksektir (Wei vd., 2005b). Bu açıdan bakıldığında, kaçınan bağlanan bireylerin flört kaygısının alt boyutlarından olan beğenilmeme kaygısını ve iletişim kaygısını yaşama ihtimallerinin kaygılı bağlanana göre daha düşük düzeyde olabileceği görülmektedir. Nitekim, Özteke-Kozan ve Hamarta (2017) tarafından yapılan çalışmada flört kaygısı ile ilişkilendirilebilecek bir kavram olan sosyal görünüş kaygısı ile bağlanma boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre, kaygılı bağlanma ile sosyal görünüş kaygısı arasında kaçınan bağlanmaya göre daha yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bunun yanı sıra, kaçınan bağlanan beliren yetişkinlerin de kaygılı bağlananlarla benzer şekilde kaçınma stratejisini kullandıkları ortaya konmuştur (Özteke-Kozan ve Hamarta, 2017). Kaçınan bireyler flört kaygısı yaşasalar bile bu durumla başa çıkmak ve olumlu benlik modeliyle ilişkili bir kavram olan öz-güvenlerini korumak amacıyla romantik bir ilişki kurmaktan kaçınabilirler. Buna paralel olarak, kaçınan bağlanan bireylerin stresle başa çıkmada hayal kırıklığından korunmak için diğerlerini uzak tutma gibi devre dışı bırakma stratejilerini kullanma eğiliminde olduğu belirtilmektedir. Kaçınma düzeyi yüksek olan bireylerin sıkıntılarını açıkladıklarında başkalarının tepkisiz kalacaklarını beklemeleri olasıdır (Wei vd., 2005b). Bu bireyler için yakın ilişkilerden kaçınmak sözel ve sözsüz iletişimde yaşanabilecek kaygı ile başa çıkmanın bir yolu olarak görülmektedir (Sherman ve Thelen, 1996). Bu durum, çalışmanın kaçınan bağlanan bireylerin yaşadıkları flört kaygısı sonucu romantik yalnızlık yaşadıkları şeklindeki hipotezi ile tutarlı görünmektedir.

Son olarak, yapılan çalışmada kaçınma boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının kısmen aracılık ettiği görülmektedir. Bu nedenle, kaçınma boyutunun yalnızlıkla ilişkili olmasının nedenlerinden biri flört kaygısı olmakla birlikte bu bireylerin yalnızlığında flört kaygısı dışındaki başka dinamiklerin de rol oynayabileceği düşünülmektedir. Örneğin Wei ve diğerlerinin (2005a) yaptığı bir araştırmada bağlanmanın kaçınma boyutu ile utangaçlık, depresyon ve yalnızlık arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü tamamen doğrulanmıştır. Yapılan başka bir çalışmada ise kaçınma boyutu ile yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişki kendini açmada rahatlığın tamamen aracılık ettiği ortaya konmuştur (Wei vd., 2005b).

Genel olarak, bağlanmanın kaygı boyutuyla romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığıyla tamamen doğrulanması literatür bulgularıyla tutarlı görünmektedir. Bağlanmanın kaçınma boyutu ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin kısmen doğrulanmakla birlikte kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide diğer değişkenlerin aracı rolünün incelenmesine ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

5.2. SONUÇ

Bu çalışma, beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünü incelemek amacıyla yapılmıştır.

Çalışmada, katılımcıların demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek için “Kişisel Bilgi Formu”, bağlanma boyutlarını tespit etmek için Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği-Kısa Formu”, beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerini belirlemek için “Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu” ve romantik yalnızlık düzeylerini saptamak için “Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışma kapsamında İstanbul Üniversitesi'nin ve İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa'nın çeşitli fakültelerinde lisans düzeyinde öğrenimine devam eden 455 beliren yetişkinden veri toplanmıştır.

Çalışmanın temel amacı doğrultusunda öncelikle beliren yetişkinlerin yaşlarının, cinsiyetlerinin ve beliren yetişkinlerin kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, flört kaygısı değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Daha sonra ise beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolünü belirlemek için oluşturulan bir yapısal eşitlik modeli test edilmiştir.

Çalışmanın ilk aşamasında, beliren yetişkinlerin yaşlarının, cinsiyetlerinin ve beliren yetişkinlerin kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler değişkenlerinden aldıkları puanların romantik yalnızlık düzeylerini yordamadaki görece katkılarını ortaya koyabilmek amacıyla çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi işlemi yapılmıştır. Yapılan regresyon analizinin sonuçları genel olarak özetlendiğinde, yaşı daha küçük olan, kaçınan bağlanma düzeyleri daha yüksek olan, iletişim ve beğenilmeme kaygısı daha yüksek olan beliren yetişkinlerin romantik yalnızlık düzeylerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, çok yönlü hiyerarşik regresyon analizinin son aşamasında modele flört kaygısına ilişkin değişkenlerin (iletim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler) eklenmesiyle bir önceki aşamada kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık arasında tespit edilen anlamlı ilişkinin ortadan kalktığı görülmüştür. Bu durum, kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık

arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığıyla sağlanabileceğine ilişkin bir bulgu olduğu için çalışmanın ikinci aşamasında flört kaygısının bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide aracı rolünün test edilmesine ilişkin bir yapısal eşitlik modeli oluşturulmuştur.

Çalışmada test edilen yapısal eşitlik modelinin örtük değişkenleri; kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma, flört kaygısı ve romantik yalnızlıktır. Kaçınan bağlanma örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği-Kısa Form (YİYÖ-KF) ilgili maddeleridir. Kaygılı bağlanma örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri de YİYÖ-KF'nin ilgili maddeleridir. Flört kaygısı örtük değişkeninin gözlenen değişkenleri ise Flört Kaygısı Envanteri'nin alt boyutları olan iletişim kaygısı, beğenilmeme kaygısı ve fizyolojik belirtiler şeklindedir. Araştırmanın son örtük değişkeni olan romantik yalnızlık değişkenine ilişkin gözlenen değişkenler ise Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin romantik yalnızlık alt boyutu ile ilgili maddeleridir.

Yapısal eşitlik modelinin sonuçlarına göre; kaygılı bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişki flört kaygısı aracılığıyla sağlanmaktayken, kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının kısmen aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

5.3. ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümünde, çalışma kapsamında elde edilen bulgulara göre araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik bazı öneriler yer almaktadır.

5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Bu çalışmada test edilen modelin uyum iyiliği değerleri, beklenenden daha düşük olarak ortaya çıkmıştır. Bu durumun temelde ölçüm modeline ait uyum değerlerinden kaynaklandığı görülmektedir. Bu nedenle, sonraki çalışmalarda romantik yalnızlık, flört kaygısı ve bağlanma boyutlarının ölçümünde kullanılan ölçme araçlarının yeniden gözden geçirilmesi gerektiği düşünülmektedir.
2. Ölçüm modeli açısından bakıldığında ilk olarak, çalışmada “Flört Kaygısı Envanteri-Ergen Formu” kullanılmıştır. Ülkemizde flört kaygısı ile yapılan

araştırmalarda bu envanter kullanılmaktadır ve bu çalışma için hesaplanan Cronbach's Alpha İç Tutarlık Güvenirlik katsayıları (İletişim Kaygısı: 0.917, Fizyolojik Belirtiler: 0.92, Beğenilmeme Kaygısı: 0.959, Tüm lek:0.970) açısından da güvenilir bir lme aracıdır. Ancak, ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının ergenler üzerinde yapılmasından dolayı niversite ğrencilerinde geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının tekrar yapılarak yetişkin formunun oluşturulması da yararlı olacaktır.

3. lm modeli açısından bakıldığında ikinci olarak, bu çalışmada Yakın İlişkilerde Yaşantılar leği'nin kısa formu kullanılmıştır. Daha sonraki çalışmalarda, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II uzun formun kullanılarak ölçüm modelinin yeniden test edilmesi önerilebilir.
4. lm modeli açısından bakıldığında üçüncü olarak, romantik yalnızlığı ölçmek amacıyla Sosyal Duygusal Yalnızlık leğinin beş maddeden oluşan romantik yalnızlık boyutu kullanılmıştır. Ülkemizde romantik yalnızlığı doğrudan ve daha kapsamlı biçimde değerlendirebilecek alternatif lme araçlarının geliştirilmesi ya da uyarlanmasının, sonraki çalışmalarda ölçüm modeli değerlerinin iyileşmesine katkı yapacağı düşünülmektedir.
5. lm modeli açısından bakıldığında son olarak, bu çalışmada her bir değişkenin ölçümünde gözlenen değişken olarak tek bir lme aracının maddeleri ya da boyutlarından yararlanılmıştır. Sonraki çalışmalarda, aynı yapıyı ölçen birden fazla lme aracının gözlenen değişken olarak kullanılmasının ölçüm modelinin uyum değerlerini önemli ölçüde iyileştireceği düşünülmektedir. Örneğin, İlişki lekleri Anketi gibi bağlanma stilleri boyutları, beğenilmeme ya da iletişim kaygısı ölçekleri ve romantik yalnızlığı ölçmek için kullanılacak likert türü maddelerinin ölçüm modeline eklenerek modelin yeniden test edilmesi önerilebilir.
6. Benzer biçimde, çalışmada kullanılan modelin romantik ilişkisi olmayan bireylerde test edilmesinin daha kabul edilebilir uyum iyiliği değerleri sağlayabileceği düşünülmektedir
7. Kaçınan bağlanma ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkinin flört kaygısı aracılığıyla kısmen doğrulanması, bu iki değişkene aracılık eden başka değişkenlerin olduğunu düşündürmektedir. Bu nedenle bağlanma boyutları ile romantik yalnızlık arasındaki ilişkiye dair yapısal eşitlik modelleri kaçınma boyutuyla ilişkili olabilecek farklı aracı değişkenlerle (reddedilme duyarlığı,

temel psikolojik ihtiyaçlar, sosyotropik ve otonomik kişilik özellikleri, sosyal çekilme gibi) ele alınabilir.

8. Çalışmanın bulgulardan biri olan yaşı daha küçük olanların daha yüksek düzeyde romantik yalnızlık yaşadığı yönündeki bulgudan hareketle daha sonraki çalışmalar üniversite birinci sınıftan son sınıfa kadar beliren yetişkinlerin izlenmesiyle yapılan boylamsal bir çalışma olarak planlanabilir.
9. Bu çalışma, üniversiteye devam eden beliren yetişkinler ile yapılmıştır. Daha sonraki çalışmalarda eğitim-öğretimin dışında kalan beliren yetişkinlerin de çalışmaya dâhil edilmesiyle beliren yetişkinlik dönemindeki bireylere ilişkin daha kapsamlı verilerin elde edilebileceği düşünülmektedir. Ayrıca, bu çalışmanın beliren yetişkinlik döneminin dışında olan ileri ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki bireylerle de yapılması karşılaştırılabilir sonuçlar sunması açısından yararlı görünmektedir.
10. Flört kaygısı ile ilgili araştırmaların genellikle hep aynı özellikleri taşıyan bireylerle (ergenler, heteroseksüeller, bekarlar vs.) yapıldığı görülmektedir (Chorney ve Morris, 2008). Bunun yanı sıra kullanılan formun açıklama kısmında da “karşı cinsten bir kişiyle beraberken” şeklinde bir ifade yer almaktadır. Sonraki çalışmalarda cinsel yönelimlerden bağımsız ölçme araçları kullanılmasının kapsayıcılık açısından önemli olduğu düşünülmektedir.
11. Flört kaygısı ile ilgili yapılan çalışmalar, 1990’lardan sonra düşüş göstermiştir (Nangle ve Hansen, 1998). Bununla birlikte, romantik ilişki başlatabilmenin ve sürdürebilmenin önünde bir engel teşkil eden flört kaygısının özellikle ülkemizde romantik ilişkilerle ilgili çalışmalarda daha fazla ele alınmasına ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.
12. Son olarak, beliren yetişkinlerde ve genç yetişkinlerde bağlanma, flört kaygısı ve romantik yalnızlıkla ilgili nitel bir araştırma yapılabilir. Bu desenle, özellikle flört kaygısı ile ilgili farklı temaların ortaya çıkabileceği ve bu konu hakkında derinlemesine bilgi edilebileceği düşünülmektedir.

5.3.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1. Karataş ve Gizir (2013) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin diğer sınıf düzeylerine göre ilişki odaklı

psikolojik danışma gereksinimlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Karataş ve Gizir'e (2013) göre üniversiteden mezuniyetin yaklaşmasıyla birlikte öğrencilerin mevcut ilişkilerini sürdürmemeye kaygıları, romantik ilişkilerinin geleceği konusundaki kararsızlıkları üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin ilişki gereksinimlerinin artmasına neden olabilmektedir. Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili konulardaki gereksinimleri göz önüne alındığında üniversitelerin psikolojik danışma ve rehberlik merkezlerinin romantik ilişkilerle ilgili bireysel ve grupta psikolojik danışma yapmaları önemlidir.

2. Flört kaygısına ilişkin düşüncelerin temelde bilişsel çarpıtmaların ürünü olabileceği düşünüldüğünden beliren yetişkinlerin bilişsel çarpıtmalarının daha işlevsel düşünce kalıplarıyla değiştirilmesi için çalışmalar yapılabilir.
3. Ayrıca, geçmiş çalışmalarda flört kaygısını azaltmaya yönelik sosyal becerilerin eğitimi, sistematik duyarsızlaştırma, gerçek yaşama dayalı flört uygulamaları gibi yöntemlerin etkili olduğu bildirilmektedir (Allen vd., 1998; Arkowitz vd., 1978; Christensen, Arkowitz ve Anderson, 1975; Curran, 1977). Bununla birlikte, Saraç ve Erkan (2015) tarafından flört kaygısına ilişkin davranışçı yaklaşıma dayalı yedi haftalık bir bireyle psikolojik danışmaya ilişkin bir vaka çalışmasının yapıldığı bir araştırmada, danışanın flört ilişkisi sırasında zorlandığı durumlar rol oynama, davranış değerlendirme, olumlu pekiştirme ve ev ödevleri teknikleriyle ele alınmış ve danışanın kazandığı bazı iletişim becerilerinin onun kaygı düzeyini azalttığı görülmüştür. Geçmiş çalışmalar ışığında, flört kaygısı yaşayan beliren yetişkinlerde bu tür bilişsel ve davranışsal yöntemlerin kullanılması etkili olabilir.
4. Bunun yanı sıra, bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grupta psikolojik danışmanlık uygulamasının da flört kaygısını azaltmada etkili olduğu bildirilmektedir (Kalkan, 2008).
5. Beğenilmeme ve iletişim kaygıları yaşayan flört kaygısı yaşayan bireylerin kendini açma ile ilgili sorunları olabileceği ve bu durumun yalnız hissetmelerinde etkili olabileceği öngörülebilir. Öksüz (2005) tarafından "duyguların açılması eğitimi"nin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini azalttığı tespit edilmiştir. Flört kaygısı yaşayan bireyler için de bu tür eğitimlerin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

6. Sürekli kaygının romantik ilişkide kaygıyı pozitif yönde yordadığı yönündeki araştırma sonuçlarından (Katalan, 2014) hareketle sosyal kaygıyı azaltmaya ve sosyal beceriler geliştirmeye yönelik çalışmalara yakın romantik ilişkiler bağlamında müdahalelerde yer verilebilir.
7. Beliren yetişkinlerin yalnızlıkla başa çıkabilmeleri için uygun başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir. İlk olarak, beliren yetişkinlere yalnızlığın nedenlerine ilişkin farkındalık kazandırılması ve yalnızlığın yarattığı olumsuz duygu durumuyla başa çıkabilmesine yönelik bilişsel ve davranışsal becerilerin öğretilmesi amaçlanabilir.
8. Beliren yetişkinlik döneminde ve sonrasında da romantik ilişkilerin ön plana çıkmasıyla bireylerin bağlanma örüntüleri ile ilgili farkındalık kazandırılmasına ve bireylerin romantik ilişkilerde bağlanma stillerine bağlı olarak gösterdikleri işlevsiz davranış kalıplarının daha işlevsel davranış kalıplarıyla değiştirilmesine yönelik çalışmalar yapılarak bireylerin romantik ilişkileri başlatma, sürdürme ve sonlandırma becerilerine katkı sağlanabilir.
9. Beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerini ele alırken psikolojik danışmada ve terapide bağlanma örüntülerinin bulunduğu temel çerçeveden yararlanılabilir.
10. Bağlanma davranışının belirli bir döneme özgü olmadığı, birden oluşmadığı ve etkilerinin “beşikten mezara” kadar (Bowlby, 1973) sürebileceği göz önüne alındığında beliren yetişkinlerin dışında, sağlıklı bağlanma örüntülerinin oluşması için en kritik dönem olan bebeklik dönemi ve sonrasında da bağlanma ile ilgili çalışmalar yapılmalıdır. Bebeklik döneminde özellikle anne-bebek arasındaki güvenli bağlanmanın oluşması için anne-baba eğitimleri düzenlenirken, ergenlik döneminde arkadaşların bağlanma figürü olarak öne çıkmasıyla ergenlerin arkadaşlık ilişkilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Adamczyk, K. (2015). Development and validation of the Polish-language version of the Dating Anxiety Scale in a sample of young adults. *Psychologia Społeczna*, 4 (35), 478-488. doi: 10.7366/1896180020153508
- Adamczyk, K. ve Segrin, C. (2016). The mediating role of romantik desolation and dating anxiety in the association between interpersonal competence and life satisfaction among Polish young adults. *Journal of Adult Development*, 23(1), 1-10. doi: 10.1007/s10804-015-9216-3
- Ainsworth, M. D. S., (1985). Attachments across the life span. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61(9), 792-812.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. New York: Psychology Press.
- Akgül, H. (2016). Yalnızlık duygusu ve ölçümü. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 9, 273-289.
- Allen, J. P. ve Tan, C. S. (2016). Attachment in Adolescence. J. Cassidy ve P. R. Shaver,(Ed.), *Handbook of Attachment Theory, Research, and Clinical Applications* (3. Baskı) içinde (s. 399-415). New York: The Guildford Press.
- Allen, M., Bourhis, J., Emmers-Sommer, T., ve Sahlsteind, E. (1998). Reducing dating anxiety: A meta-analysis. *Communication Reports*, 11(1), 49-55. doi:10.1080/08934219809367684
- Anderson, J. C. ve Gerbing, D. W. (1988). Structural Equation Modeling in Practice: A Review and Recommended Two-Step Approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Anlı, G. (2018). İnternet bağımlılığı: Sosyal ve duygusal yalnızlık. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 389 – 397. doi: 10.21733/ibad.414862

- Arkowitz, H., Hinton, R., Perl, J., ve Himadi, W. (1978). Treatment strategies for dating anxiety in college men based on real-life practice. *The counseling psychologist*, 7(4), 41-46.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469–480.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
- Aslan-Tomaç, O. (2015). *Ergenlikte flört kaygısının yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atak, H. (2005). *Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atak, H. (2009). Big five traits and loneliness among Turkish emerging adults. *International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic, Business and Industrial Engineering*, 3(7), 1494-1498.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe aşamalı geçiş: Beliren yetişkinlik tek bir ana yol mu?. *İlköğretim Online*, 10(1), 51-67.
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Journal of Childhood and Adolescence Mental Health*, 17(1), 39-50.
- Atak, H. ve Taştan, N.(2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4 (4), 520-546. doi:10.5455/cap.20120431
- Ayçiçeği-Dinn, A. ve Caldwell-Harris, C. L. (2011). Individualism–collectivism among Americans, Turks and Turkish immigrants to the U.S. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(1), 9–16. doi:10.1016/j.ijintrel.2010.11.006
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumunu düzenleme arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178. doi:10.1177/0265407590072001
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 226-244.
- Bayhan, P. ve Işıtan, S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Aile ve Toplum*, 5 (20), 33-44.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume 1 Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Volume 2 Separation Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Volume 3 Loss Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma* (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1969).
- Brehm, S. Kassin, S., ve Fein, S. (2002). *Social psychology* (5. Baskı). Boston: Houghton Mifflin Company.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. ve Shaver, P. R. (1998). Self Report of Measurement of Adult Attachment: An Integrative Overview. J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Ed.), *Attachment Theory and Close Relationships* içinde (s. 46-76). New York: The Guildford Press.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28 (5), 759-775.
- Brumbaugh, C.C. ve Fraley, R.C. (2006). Transference and attachment: how do attachment patterns get carried forward from one relationship to the next? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(4), 552-560. doi: 10.1177/0146167205282740

- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, 82-90.
- Büyükcebeci, A. (2017). *Ergenlerde sosyal dışlanma, yalnızlık ve okul öznel iyi oluş arasındaki ilişki: Empatik eğilimin aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Büyükşahin, A. (2005). Çokboyutlu İlişki Ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(2), 97-105.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: Yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Chorney, D. B. ve Morris, T. L. (2008). The changing face of dating anxiety: issues in assessment with special populations. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 15(3), 224-238.
- Christensen, A., Arkowitz, H., ve Anderson, J. (1975). Practice dating as treatment for college dating inhibitions. *Behaviour Research and Therapy*, 13(4), 321-331.
- Connolly, J., ve Goldberg, A. (1999). Romantic Relationships in Adolescence: The Role of Friends and Peers in Their Emergence and Development. W. Furman, B. Brown, ve C. Feiring (Ed.), *The Development of Romantic Relationships in Adolescence* (Cambridge Studies in Social and Emotional Development) içinde, (s.266-290). Cambridge: Cambridge University Press. doi:10.1017/CBO9781316182185.012
- Curran, J. P. (1977). Skills training as an approach to the treatment of heterosexual-social anxiety: A review. *Psychological Bulletin*, 84(1), 140-157.
- Curran, J.P., Wallander, J. L. ve Fishetti, M. (1980). The importance of behavioral and cognitive factors in heterosexual-social anxiety. *Journal of Personality*, 48 (3), 285-292.

- Curran, P. J., Bollen, K. A., Chen, F., Paxton, P. ve Kirby, J. B. (2003). Finite sampling properties of the point estimates and confidence intervals of the RMSEA. *Sociological Methods & Research*, 32(2), 208-252. doi:10.1177/0049124103256130
- Cutrona, C. E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. L. A. Peplau, ve D. Pearlman (Ed.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and practice* içinde (s. 291-309). New York: Wiley Inter-Science.
- Çapkın, M. (2012). *Romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çeçen, A.R. (2007). The Turkish version of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA-S): Initial development and validation. *Social Behaviour and Personality*, 35(6), 717- 734. doi: 10.2224/sbp.2007.35.6.717
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Çeçen, R. ve Cenkseven, F. (2007). Psychological well-being in predicting loneliness among university students. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 109-118.
- Çelik, H. E. ve Yılmaz, V. (2014). *LISREL 9.1 ile yapısal eşitlik modellemesi*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çerezci, E. T. (2010). *Yapısal eşitlik modelleri ve kullanılan uyum iyiliği indekslerinin karşılaştırılması*.Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çiftçi, D. (2010). *Kişinin ebeveyn ilişkisi algısı ile yetişkinlik bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Çiftçi, Z. (2018). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumları ve flört kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Danış, M. Z., Yıldız, R., Tekin, H. E., ve Alkan, P. (2017). Sosyal hizmet öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve bunu etkileyen faktörler: Sakarya örneği. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 9-22.
- De Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1), 119-128.
- De Jong-Gierveld, J., van Tilburg, T.G., ve Dykstra, P.A. (2006). Loneliness and social isolation. D. Perlman ve A. Vangelisti (Ed.), *The Cambridge handbook of personal relationships* içinde (s. 485-500). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Demir, A. (1990). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demir, İ. (2010). Benlik, kimlik ve kişilik. H. Ergin ve A. Yıldız (Ed.), *Gelişim psikolojisi* içinde (s. 181-205). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Demir, İ. (2015). Evlilik ilişkilerine farklı bir yaklaşım: Bağlanma kuramı. H. Yavuzer, (Ed.), *Evlilik Okulu-Evlilikte Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri* (11. Baskı) içinde (s. 92-113). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Demir, Y. ve Kutlu, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde sosyal etkileşim kaygısı ile mutluluk arasındaki ilişki: Yalnızlığın aracı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(1), 195-210.
- Demirli, A. (2007). *Cinsiyetin, bağlanma tipinin ve aile yapısının üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi üzerindeki rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Demirli, A. (2013). *Algılanan ana-baba tutumları, bağlanma boyutları, yalnızlık ve umudun yapısal ilişkileri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Deniz, M. E., Hamarta, E., ve Arı, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and Personality*, 33(1), 19-32.
- Descutner, C. J., ve Thelen, M. H. (1991). Development and validation of a Fear-of Intimacy Scale. *Psychological Assessment. A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(2), 218-225. doi: 10.1037/1040-3590.3.2.218
- Ditommaso, E., Brannen, C., ve Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the Social and Emotional Loneliness Scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119. doi:10.1177/0013164403258450
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., ve Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35(2), 303-312. doi:10.1016/s0191-8869(02)00190-3
- DiTommaso, E., ve Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14(1), 127-134. doi: 10.1016/0191-8869(93)90182-3
- DiTommaso, E. ve Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A reexamination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 22(3), 417-427. doi: 10.1016/S0191-8869(96)00204-8
- Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14 (28), 11-21.
- Doğan, İ. (2015). *Farklı veri yapısı ve örneklem büyüklüklerinde yapısal eşitlik modellerinin geçerliği ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, EskişehirOsmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

- Durak-Batıgün, A. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: İletişim becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 65-75.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15-24.
- Eminoğlu, M. (2018). *Ergenlerde sosyal ve duygusal yalnızlık ile akran zorbalığı arasında psikolojik dayanıklılığın aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bayburt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eraslan-Çapan, B., E. ve Sarıçalı, M. (2016). The Role of Social and Emotional Loneliness in Problematic Facebook Use. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 17(3), 53-66. doi: 10.17679/iuefd.17306122
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Erözkan, A. (2009). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(3), 809-819. Erişim tarihi: 20 Ekim 2018, <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/ilkonline/article/view/5000038134/500003691>
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma: Yakınlığa karşı yalıtılmışlık mı? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 119-127.
- Fan, X. ve Sivo, S. A. (2007). Sensitivity of fit indices to model misspecification and model types. *Multivariate Behavioral Research*, 42(3), 509-529. doi: 10.1080/00273170701382864
- Feeney, J. A. (2016). Adult romantic attachment-developments in the study of couple relationships. J. Cassidy ve P. R. Shaver, (Ed.), *Handbook of Attachment Theory, Research, and Clinical Applications* (3. Baskı) içinde (s.435-463). New York: The Guildford Press.
- Feeney, J.A. ve Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291. doi: 10.1037/0022-3514.58.2.281

- Feldman, S. I. ve Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6, 231–247.
- Fincham, F. D. ve Cui, M. (2011). *Romantic relationships in emerging adulthood*. New York: Cambridge University Press.
- Fishetti, M., Curran, J. P. ve Wessberg, H. W. (1977). Sense of timing: A skill deficit in heterosexual-socially anxious males. *Behavior Modification*, 1 (2), 179–194. doi: 10.1177/01454455771200
- Fraley, R.C. ve Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154. doi: 10.1037//1089-2680.4.2.132
- Geçtan, E. (2018). *İnsan olmak* (16. Basım). İstanbul: Metis Yayınları.
- Gizir, C. A. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 37-45.
- Glickman, A. R., ve La Greca, A. M. (2004). The Dating Anxiety Scale for Adolescents: Scale development and associations with adolescent functioning. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33, 566-578.
- Grover, R. L. (2008). Riding the second wave of research on dating anxiety: Commentary on Chorney and Morris (2008). *Clinical psychology: science and practice*, 15(3), 239-242. doi: 10.1111/j.1468-2850.2008.00133.x
- Haemmerlie, F. M., ve Montgomery, R. L. (1982). Self-perception theory and unobtrusively biased interactions: A treatment for heterosocial anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 29(4), 362-370. doi: 10.1037/0022-0167.29.4.362
- Hayali-Emir, S. (2014). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile stresle başa çıkma biçimleri, kendilik algıları ve yalnızlık düzeyleri*

arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511-524.

Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5 (1), 1-22.

Hecht, D. T., ve Baum, S. K. (1984). Loneliness and attachment patterns in young adults. *Journal of Clinical Psychology*, 40(1), 193-197.

Hoover, S., Skyja, A. ve Cosper, J. (1979). Correlates of college students' loneliness. *Psychological Reports*, 44, 1116. doi: 10.2466/pr0.1979.44.3c.1116

Hope, D. A. ve Heimberg, R. G. (1990). Dating anxiety. Harold Leitenberg (Ed.), *Handbook of social and evaluation anxiety* içinde (s. 217-246). New York: Plenum.

Hu, L., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.

İlhan, M. ve Çetin, B. (2014). LISREL ve AMOS programları kullanılarak gerçekleştirilen yapısal eşitlik modeli (YEM) analizlerine ilişkin sonuçların karşılaştırılması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 5(2), 26-42.

İlhan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: Cinsiyet rolleri ve bağlanma stillerinin yalnızlığı yordama güçleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(4), 2377-2396.

İmamoğlu, S. (2008). *Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Jang, M. ve Kim, Y. H. (2012). The effect of group sandplay therapy on the social anxiety, loneliness and self-expression of migrant women in international marriages in South Korea *The Arts in Psychotherapy*, 39(1), 38-41. doi:10.1016/j.aip.2011.11.008
- Jones, W. H., Freemon, J. E., & Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49(1), 27-48. doi:10.1111/j.14676494.1981.tb00844.x
- Jones, W. H., Freemon, J. E., ve Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49(1), 27-48. doi: 10.1111/j.14676494.1981.tb00844.x
- Jones, W. H., ve Carver, M. D. (1991). Adjustment and coping implications of loneliness. C. R. Snyder ve D. R. Forsyth (Ed.), *Handbook of social and clinical psychology: The health perspective* içinde (s. 395-415). Elmsford, NY, US: Pergamon Press.
- Jöreskog, K. G. ve Sörbom, D. (2001). *LISREL 8.51 for Windows (Computer Software)*. Skokie, IL: Scientific Software International Inc.
- Kalkan, M. (2008). Dating anxiety on adolescents: Scale development and effectiveness of cognitive-behavioral group counseling. *Eurasian Journal of Educational Research*, 32, 55-68.
- Kalkan, M., ve Karadeniz-Özbek, S. (2011). Çocukluk çağı örselenme yaşantıları ergenlerdeki flört kaygısını yordar mı? *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18(1),35-44.
- Karaaslan-Arkan, R. (2016). *Ergenlerin atılganlık, utangaçlık ve yalnızlık düzeyleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karahasanoğlu, G. (2016). *Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve mevcut ilişki durumu bağlamında incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Karakuş, Ö. (2012). Ergenlerde bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki. *Journal of Society & Social Work*, 23(2), 33-46.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi* (30. baskı). Ankara: Nobel Akademi.
- Karataş, A. ve Gizir, C.A. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma gereksinimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 250-265.
- Karataş, S. (2016). *Ergenlerde bağlanma ve kimlik statüleri: temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Katalan, C. (2014). *The relationships between parenting styles, attachment styles and romantic relationship satisfaction, romantic relationship anxiety among young Turkish adults*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, Ş. (2017). *Ergenlerde ana-babaya bağlanma örüntüsünün benlik saygısı ve yalnızlık ile ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Keldal, G. ve Atli, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yordayıcısı olarak kişilik özellikleri. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45(2), 131-146.
- Kerns, K. A. ve Brumariu, L. E. (2008). Attachment in middle childhood. J. Cassidy ve P. R. Shaver, (Ed.), *Handbook of Attachment Theory, Research, and Clinical Applications* (3. Baskı) içinde (349-365). New York: The Guildford Press.
- Keskin, G. ve Çam, O. (2009). Ergenlik ve bağlanma süreci: Ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Yeni Symposium*, 47 (2), 52-59.
- Kılıç, M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*.

Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Kılıç, Ş. D. ve Alver, B. (2017). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkilerin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal Of Education Technology and Scientific Researches*, 3, 116-147.

Kılınç, H. (2005). *Ergenlerin yalnızlık düzeyleri ve kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kıran-Esen, B. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyleri ile ilişki inançlarının incelenmesi. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi (IBAD)*, 175-181. doi: 10.21733/ibad.367071

Kirkpatrick, L. A. ve Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships*, 1(2), 123-142. doi: 10.1111/j.1475-6811.1994.tb00058.x

Killeen, C. (1998). Loneliness: An epidemic in modern society. *Journal of Advanced Nursing*, 28(4), 762-770.

Koyuncu, İ. Ve Kılıç, A. F. (2019). Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanımı: bir doküman incelemesi. *Eğitim ve Bilim*, 44(198), 361-388. doi: 10.15390/EB.2019.7665

Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

LaGreca, A.M. ve Mackey, E.R. (2007). Adolescents' anxiety in dating situations: the potential role of friends and romantic partners. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(4), 522-533. doi:10.1080/15374410701662097

- Lamm, H., ve Stephan, E. (1987). Loneliness among German university students: some correlates. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 15(2), 161-164. doi:10.2224/sbp.1987.15.2.161
- Lau, M., Markham, C., Lin, H., Flores, G., ve Chacko, M.R. (2009). Dating and sexual attitudes in Asian-American adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 24 (1), 91-113. doi: 10.1177/0743558408328439
- Lopez, G. F., Melendez, M. C., Sauer, E. M., Berger, E. ve Wyssmann, J. (1998). Internal working models, self-reported problems, and help-seeking attitudes among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 79-83.
- MacCallum, R. C., ve Hong, S. (1997). Power analysis in covariance structure modeling using GFI and AGFI. *Multivariate Behavioral Research*, 32(2), 193–210. doi:10.1207/s15327906mbr3202_5
- Main, M. ve Solomon, J. (1986). Discovery of a new, insecure disorganized/disoriented attachment pattern. T. B. Brazelton & M. Yogman (Ed.), *Affective development in infancy* içinde (s. 95-124). New Jersey: Ablex.
- Marsh, H. W., Hau, K., ve Wen, Z. (2004). In search of golden rules: Comment on hypothesis-testing approaches to setting cutoff values for fit indexes and dangers in overgeneralizing Hu and Bentler's (1999) findings. *Structural Equation Modeling*, 11, 320–341. doi:10.1207/s15328007sem1103_2
- Marvin, R. S., ve Greenberg, M. T. (1982). Preschoolers' changing conceptions of their mothers: A social-cognitive study of mother-child attachment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 1982(18), 47–60. doi:10.1002/cd.23219821805
- McWhirter, B. T. (1990). Loneliness: A review of current literature, with implications for counseling and research. *Journal of Counseling & Development*, 68(4), 417–422. doi:10.1002/j.1556-6676.1990.tb02521.x
- McWhirter, B. T. (1997). Loneliness, learned resourcefulness, and self-esteem in college students. *Journal of counseling & development*, 75(6), 460-469. doi: 10.1002/j.1556-6676.1997.tb02362.x

- Mikulincer, M. ve Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood-structure, dynamics, and change*. New York: The Guilford Press.
- Morgan, E. M., Thorne, A. ve Zurbriggen, E. L. (2010). A longitudinal study of conversations with parents about sex and dating during college. *Developmental Psychology*, 46 (1), 139–150.
- Morsünbül, Ü. (2013). Beliren Yetişkinler mi, Beliren Üniversiteli Yetişkinler mi? Risk Alma ve Kimlik Biçimlenmesi Üzerinden Bir İnceleme. *İlköğretim Online*, 12(3), 873-885. Erişim tarihi: 28 Ekim 2018, <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/ilkonline/article/view/5000037773/500003661>
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372. doi: 10.14687/ijhs.v11i1.2727
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3 (3):553-570.
- Murdock, N.L. (2013). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları olgu sunumu yaklaşımıyla* (2. Baskı) (F. Akkoyun, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Nangle, D. W. ve Hansen, D. J. (1998). Adolescent heterosocial competence revisited: The implications of an extended conceptualization for the prevention of high-risk sexual interactions. *Education and Treatment of Children*, 21, 431-446.
- Nieder, T. ve Seiffge-krenke, I. (2001). Coping with stress in different phases of romantic development. *Journal of Adolescence*, 24(3), 297-311. doi:10.1006/jado.2001.0407
- Odacı, H., ve Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*, 55(3), 1091-1097. doi: 10.1016/j.compedu.2010.05.006

- Oishi, D., Diener, E., Suh, E. M. ve Lucas, R. E. (1999). Value as amoderator in subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 915–924. doi: 10.1111/1467-6494.00051
- Öksüz, Y. (2005). duyguların açılması eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 185-195.
- Özatça, A. (2009). *Ergenlerde sosyal ve duygusal yalnızlığın yordayıcısı olarak aile işlevleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özdemir, U., ve Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2(1), 29. doi: 10.1186/1753-2000-2-29
- Özgür, H. (2014). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve flört davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Mardin örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özteke-Kozan, H. ve Hamarta, E. (2017). Beliren yetişkinlikte beden imgesi: Bağlanma ve sosyal görünüş kaygısının rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 63-81.
- Pakdaman, S., Saadat, H., Shahyad, S., Ahmadi, K. ve Hosseinialhashemi, M. (2016). The role of attachment styles and resilience on loneliness. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(9), 268-274.
- Peplau, L.A., Miceli, M. ve Morasch, B. (1982). Loneliness and self-evaluation. L.A. Peplau ve D. Perlman (Ed.) *Loneliness: A Sourcebook & Current Theory, Research and Therapy* içinde (s. 135-151). New York: Wiley-Inter Science.
- Peplau, L.A. ve Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. L. A. Peplau ve D. Perlman(Ed.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* içinde (s.1-18). New York: Wiley-Inter Science.

- Perlman, D. ve Peplau, L.A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. R. Duck ve R. Gilmour (Ed.), *Personal Relationship in Disorder* içinde (s. 31-56). London: Academic Press.
- Perlman, D. ve Peplau, L.A. (1982). Theoretical approaches to loneliness. L. A. Peplau ve D. Perlman (Ed.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research And Therapy* içinde (s.123-134). New York: Wiley-Inter Science.
- Perlman, D. ve Peplau, L.A. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. L. A. Peplau ve S. Goldston (Ed.), *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness* içinde (s. 13-46). U.S.: National Institute of Mental Health.
- Perlman D ve Peplau L. A. (1998). Loneliness. H. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health* içinde (s. 571-581). San Diego, CA: Academic Press.
- Pietromonaco, P. R., ve Feldman-Barrett, L. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155–175. doi: 10.1037/111089-2680.4.2.155
- Prisbell, M. (1988) Dating competence as related to levels of loneliness. *Communication Reports*, 1(2), 54-59. doi: 10.1080/08934218809367465
- Raja S.N., McGee, R. ve Stanton, W.R. (1992). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21 (4),471-485.
- Randall, E. (2001). Existential therapy of panic disorder: A single system study. *Clinical Social Work Journal*, 29, 259-267. doi: 10.1023/A:1010459712685
- Rogers, C., (1994). *Etkileşim grupları* (H. Erbil, Çev.). Ankara: Ekin Yayınları.
- Rook, K. S. (1984). Promoting social bonding: Strategies for helping the lonely and socially isolated. *American Psychologist*, 39(12), 1389-1407. doi:10.1037/0003066
- Roscoe, B.ve Skomski, G.Grant (1989), Loneliness among late adolescents. *Journal of Adolesences*, 24 (96), 947-955.

- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., ve Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: an examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 46(6), 1313-1321. doi: 10.1037/0022-3514.46.6.1313
- Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C. ve Mack, D. E. (2007). Social physique anxiety in adolescence: An exploration of influences, coping strategies, and health behaviors. *Journal of Adolescent Research*, 22(1), 78-101. doi: 10.1177/0743558406294628
- Sadler, W. A. (1978). Dimensions in the problem of loneliness: a phenomenological approach in social psychology. *Journal of Phenomenological Psychology*, 9(1-2), 157-187. doi:10.1163/156916278x00078
- Salimi, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 292-295. doi: 10.1016/j.sbspro.2011.11.241
- Santrock, W. J. (2012). *Yaşam boyu gelişim* (13.Baskı). (G. Yüksel, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Saraç, A. ve Erkan, Z. (2016). Flört kaygısına ilişkin davranışçı yaklaşıma dayalı bireyle psikolojik danışma: Vaka çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 41-50.
- Saruhan, V. (2018). *Genç yetişkinlikte sosyal ve duygusal yalnızlığın duygu düzenleme gücü açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Savcı, M. ve Aysan, F. (2016). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *VIII. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi* içinde (s.837-846). Çanakkale.
- Sawir, E., Marginson, S., Deumert, A., Nyland, C. ve Ramia, G. (2008). Loneliness and international students: An Australian study. *Journal of Studies in International Education*, (12)2, 148-180. doi: 10.1177/102831530729969

- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. ve Muller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23–74.
- Schlenker, (2012). B.R. Self-presentation. M.R. Leary ve J.P. Tangney (Ed.), *Handbook of self and identity* (2. Baskı) içinde (s.542-570). New York: Guilford Press.
- Schultz, N. R., ve Moore, D. (1986). The loneliness experience of college students: Sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(1), 111-119. doi:10.1177/0146167286121011
- Shaver, P. R., ve Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. *Journal of Research in Personality*, 39(1), 22-45. doi: 10.1016/j.jrp.2004.09.002
- Sherman, M. D., ve Thelen, M. H. (1996). Fear of Intimacy Scale: Validation and extension with adolescents. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13(4), 507-521. doi: 10.1177/0265407596134002
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş (Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları)* (1. Baskı). Ankara: Ekinoks.
- Snell, W. E., Jr., Schicke, M., ve Arbeiter, T. (2002). The Multidimensional Relationship Questionnaire: Psychological dispositions associated with intimate relations. W. E. Snell, Jr. (Ed.), *New directions in the psychology of intimate relations: Research and theory*. Cape Girardeau, MO: Snell Publications. Erişim tarihi: 19 Mart 2019, <http://cstl.cla.semo.edu/wesnell/books/intimate/chap04.htm>
- Solano, C. H., Batten, P. G., ve Parish, E. A. (1982). Loneliness and patterns of self disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 524-531. doi:10.1037/0022-3514.43.3.524

- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik* (1. Baskı). (F. Çok, Çev. Ed.) Ankara: İmge Kitabevi Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1985).
- Stevens, S. B. ve Morris, T. L. (2007). College dating and social anxiety: Using the internet as a means of connecting to others. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (5), 680-688. doi: 10.1089/cpb.2007.9970
- Sübaşı, G. (2007). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 32(144), 3-15.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sümer, N., Sayıl, M., ve Kazak-Barument, S. (2016). *Anne duyarlılığı ve çocuklarda bağlanma anne davranışları sınıflandırma seti ve bağlanma davranışları sınıflandırma seti türkçe uyarlama çalışması*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Sümer, N., ve Güngör D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43) 71-106.
- Sümer N, ve Sakman E. (2018). Ergenlikte bağlanma ve içselleştirme/dışsallaştırma sorunları. T. Bildik (Ed.), *Ergenlik Dönemi ve Ruhsal Bozukluklar* içinde (s.59-65). Ankara: Türkiye Klinikleri. Erişim tarihi: 10 Şubat 2019, <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/energenlikte-baglanma-ve-icsellestirmedissallastirma-sorunlari-82605.html>
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Ekinoks Basın Yayın Dağıtım.
- Şirin-Eren, E. (2018). *Öğretmen adaylarının sahip olduğu değerler, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek

lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics* (4. Baskı). Boston, MA: Allyn and Bacon.

Tang, S. ve Zuo, J. (2000). Dating attitudes and behaviors of American and Chinese college students. *The Social Science Journal*, 37(81), 67-78.

Thelen, M.H., Vander Wal, J.S., Thomas, A.M. ve Harmon, R. (2000). Fear of intimacy among dating couples. *Behavior Modification*, 24(2), 243-240. doi:10.1177/0145445500242004

Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-143.

Türk, E.G. ve Yıldız, A.D. (2017). Aşk biçemleri, ilişki doyumu ve yalnızlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 97-109.

Uçar, I. (2018). *Rekreasyon faaliyetlerine katılan bireylerde yalnızlık ve sosyal anksiyete düzeyinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Uçar, S. (2018). *Beliren yetişkinlikte romantik ilişki deneyimleri*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Uğur, A. (2018). *Üniversite öğrencilerindeki sosyal kaygı düzeyinin, alkol, yalnızlık düzeyi ve sosyal medya kullanım sıklığı ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J. ve Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty year longitudinal study. *Child Development*, 71(3), 684-689.

- Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., ve Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-short form: Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 88(2), 187-204. doi: 10.1080/00223890701268041
- Wei, M., Russell, D. W. ve Zakalik, R. A. (2005b). Adult attachment, social self efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: a longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614. doi: 10.1037/0022-0167.52.4.602
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K. ve Zakalik, R. A. (2005a). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591-601. doi: 10.1037/0022 0167.52.4.591
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotion and social isolation*. MA: MIT Press.
- Wheaton, B. (1987). Assessment of Fit in Overidentified Models with Latent Variables. *Sociological Methods & Research*, 16(1), 118–154. doi: 10.1177/0049124187016001005
- Wiseman, H., Mayseless, O., ve Sharabany, R. (2006). Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Personality and individual differences*, 40(2), 237-248. doi: 10.1016/j.paid.2005.05.015
- Yazıcı-Çelebi, G. (2017). Ergenlerde sosyal kaygı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(5), 1729-1736.
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu-Aşıl, R., Karakurt, P., Çapık, C. ve Kasımoğlu N. (2018). Üniversite öğrencilerinde depresyon, yalnızlık, yeme bozukluğu yaygınlığı ve ilişkili etkenlerin belirlenmesi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(4), 264-274. doi:10.21763/tjfmpe.462906

- Yılmaz, D. (2017). *Yalnızlık duygusu, psikolojik dayanıklılık ve anksiyete düzeyleri açısından ev hanımlarıyla çalışan kadınların karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmazçoban, A. M. (2008). *Flört ve görücü usulü evliliklerde psiko-sosyal özelliklerin etkisi–Demirci örneği-*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(3), 37-57.
- Zakahi, W. R., ve Duran, R. L. (1985). Loneliness, communicative competence, and communication apprehension: Extension and replication. *Communication Quarterly*, 33(1), 50-60. doi: 10.1080/0146337850936957

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Seda YONAR

Doğum Yeri ve Tarihi: İstanbul - 02.02.1994

İLETİŞİM BİLGİLERİ

E-Posta Adresi: sedayonar@gmail.com

AKADEMİK BİLGİLER

Lisans: İstanbul Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (2011-2015)

Yüksek Lisans: İstanbul Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Eğitimde Psikolojik Hizmetler(2015-2019)

MESLEKİ GEÇMİŞİ

Çalıştığı Kurumlar: Esenler Rehberlik ve Araştırma Merkezi
Rehber Öğretmen (2015-2018)
Beyoğlu Rehberlik ve Araştırma Merkezi
Rehber Öğretmen (2018-...)