

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİNLERDE AŞK TUTUMLARI VE YAŞAMIN
ANLAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

RUŞEN YÜKSEL

OCAK 2013

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**GENÇ YETİŞKİNLERDE AŞK TUTUMLARI VE YAŞAMIN
ANLAMI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

RUŞEN YÜKSEL

**DANIŞMAN:
PROF. DR. ERSİN ALTINTAŞ**

OCAK 2013

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, akademik ve etik kuralları gözeterek çalıştığımı ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim.


Ruşen YÜKSEL
25.12.2012

'Genç Yetişkinlerde Aşk Tutumları ve Yaşamın Anlamı' başlıklı bu yüksek lisans tezi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim/bilim Dalı'nda hazırlanmış ve jürimiz tarafından kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı: Prof. Dr. Ersin ALI

Üye: Doç. Dr. Mustafa KOÇ

Üye: Doç. Dr. Osman TİTREK

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

25/2/2013

Doç. Dr. İsmail GÜLEÇ
Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Yaşanan ya da hayal edilen aşk edebi edere, görsel ya da yazılı medyaya, sanat türlerine, insanların birbirine aktardığı öykülere her zaman konu olmuştur. Aynı şekilde ‘neden varoldum, şu anda yaşamımın anlamı nedir, gelecekte ne olmalıdır’ gibi sorulara yanıt bulmaya çalışan insan, şu anda bulunan ve gelecekte aranan yaşamın anlamıyla ilgili olarak zihnini meşgul etmektedir. Bunun yanında aşka ilişkin yaşantılar aktarılırken yaşamın her anının daha anlamlı, doyumlu ve keyifli olduğu ifade edilen bir durumdur. Aşkın bireyin yaşamına anlam verip vermediği, eğer anlam veriyorsa hangi aşk tutumunun bireyin yaşamının anlamına katkı sağladığı merak edilmiştir. Buradan yola çıkılarak araştırmaya başlanmıştır. Araştırma yapmanın meşakkatlerini yaşarken, birçok değerli insanın yardımı, sürecin ilerlemesinde hafifletici unsurları oluşturmuştur.

Tezimle ilgili çalışmalarımın her aşamasında akademik bilgi ve deneyimlerini, zamanını ve enerjisini benimle paylaşan, yol gösteren, bilişsel yelpazesinin esnekliği ve genişliğinin yer aldığı gerek akademik gerekse yaşamın her alanına ilişkin muhabbetinden keyif aldığım, anlayışı, hoşgörüsü ve psikolojik danışmanlığıyla beni ferahlatan tez danışmanım Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ’a teşekkür ederim.

Çalışmalarım daha iyi hale gelmesi için titiz geribildirimlerde bulunan, engin bilgisinin tezahürü olan önerilerini esirgemeyen, zamanını ve enerjisini cömertçe ayıran, benimsediği bilimsel etik değerlerini ve bilimsel yeteneğini model aldığım, hayattaki hümanist çizgide duruşu ile bana ve kendisini tanıyabilen herkese esin kaynağı olabilen, insanlara yardımcı olmaktan kaçınmayan Yrd. Doç. Dr. Mehmet Barış HORZUM’a teşekkür ederim.

Hayatta en güçlü destekçim olan, varlığı ile kendimi hep güçlü hissettiğim, zorlandığımda soğukkanlı ve akılcı yaklaşımı ile bulunduğum karmaşadan dinginliğe çıkaran, yapıcılığı ile yaşamımı kolaylaştıran babama teşekkür ederim. Bitmek bilmeyen sevgi ve sevecenliğini cömertçe sunan dolayısıyla insanları ve her şeyi sevmeyi öğreten, cesaret veren, özgüven kazandıran bununla her zorluğun üstesinden gelme gücü hissettiğim anneme teşekkür ederim. Her başım sıkıştığında yanımda

olan, sabırla beni dinleyen, yaratıcı çözümleri ve bazen uçuk fikirleri ile ufuk açan, bitmez tükenmez pozitif enerjisiyle beni ve çevresindeki tüm insanları mutlu eden, eşsiz varlık kardeşim Tuba'ya teşekkür ederim. Varlığında sonsuz güven duygusu hissettiğim, beni olduğum gibi kabul eden, seven ve bana hep değer veren, akılcı yaklaşımı ve asaleti ile zaman zaman yaşam kerterizim olabilen kıymetli kardeşim Ömer'e teşekkür ederim. Pozitif enerjisi, eşsiz zihinsel gücü, desteğini hiç esirgemeyen tutumu, iyilik yaparken her yönlü cömertliğiyle ve soylu tutumuyla yanımda olabilen, değerli kardeşim Emrah'a teşekkür ederim. Kısacası ifade ettiğim ya da edemediğim eşsiz tecrübeleri yaşatarak yaşamımı sürdürmemde hep kolaylaştırıcılarım olan ve en büyük sosyal destek sistemimi oluşturan dolayısıyla enerjimi verimli kullanmamı sağlayan aile bireylerime, bana yaşattıkları için çok teşekkür ederim.

Çalışmalarım esnasında cömertçe yardımını sunan, birlikte geçirdiğim her andan memnuniyet duyduğum araştırma görevlisi arkadaşım Tuğba Seda ÇOLAK'a teşekkür ederim. Birlikte ders aldığım, akademik ve güncel konuları tartışmaktan zevk aldığım, tezimle ilgili önerilerini paylaşan yüksek lisans sınıf arkadaşlarım Halime EKER ve İbrahim TAŞ'a teşekkür ederim. Literatür taramamda yardımcı olduğu gibi yaşamımın pek çok alanında desteğini sunan, bir telefon kadar yakınımda olan değerli dostum Sümeyye DERİN'e teşekkür ederim.

Uygulama çalışmalarım esnasında bana canla başla yardımcı olan araştırma görevlisi arkadaşım Özge Alev SÖNMEZ'e, uygulama çalışmamda beni güler yüzle karşılayıp yardımcı olan ve süreci kolaylaştıran İstanbul Teknik Üniversitesi ve Sakarya Üniversitesi yönetici ve hocalarına teşekkür ederim.

Lisans ve lisans üstü eğitimim boyunca kendilerinden eğitim almaktan hoşnut olduğum, engin bilgi ve deneyimlerimden yararlandığım, bana psikolojik danışma ve rehberliği öğreten tüm hocalarıma teşekkür ederim.

Çalışmamın ortaya çıkmasına kadar benimle paylaşımlarda bulunan, gelişimime katkı sağlayan, adını sayamadığım tüm arkadaşlarım, sevdiklerim ve temasım olan her bir insana emeğinden ötürü çok teşekkür ederim.

Ruşen YÜKSEL

Ocak 2013

ÖZET

GENÇ YETİŞKİNLERDE AŞK TUTUMLARI YAŞAMIN ANLAMINI

Yüksel, Ruşen

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı,

Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Ersin ATINTAŞ

Ocak, 2013. 134 Sayfa

Bu araştırmanın amacı, genç yetişkinlerin sahip oldukları tutkulu, oyun gibi, arkadaşça, mantıklı, sahiplenici, özgeci aşk tutumları ile sahip oldukları mevcut yaşam anlamı ile aranan yaşam anlamı arasında ilişkinin olup olmadığını incelemektir.

Bu araştırmanın örneklemini, Sakarya Üniversitesi ve İstanbul Teknik Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören ve gönüllü olarak seçilen 215 kadın ve 250 erkek olmak üzere toplamda 465 öğrenci oluşturmaktadır. Örnekleme bulunan bireyler 19-27 yaş arasındaki genç yetişkinlerdir. Araştırma, ilişkisel tarama modeline dayalı betimsel bir çalışmadır. Araştırmada ölçme araçları olarak, genç yetişkinlerin cinsiyeti, doğum sırasına göre konumu, algılanan gelir düzeyi, anne baba birlikteliği ve algılanan ebeveyn tutumuna ilişkin bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamını belirlemek için Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilen, Akın ve Taş (2011) tarafından Türkiye'ye uyarlaması yapılan Yaşamın Anlamı Ölçeği kullanılmıştır. Bunun yanında genç yetişkinlerin ikili ilişkilerindeki aşk tutumlarını belirlemek amacıyla, Lee'nin (1973) aşk sınıflandırması temel alınarak Hendrick, Hendrick ve Dicke (1998) tarafından geliştirilmiş olan ve Büyükşahin ve Hovardaoğlu (2004) tarafından Türkiye'ye uyarlaması yapılan Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS) kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 13.00 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki pearson momentler çarpımı korelasyonu, aşk tutumları ve yaşamın anlamının cinsiyet ve anne baba birlikteliği ile ilişkisi t testiyle,

aşk tutumları ve yaşamın anlamı ile doğum sırasına göre konum, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumu arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

Araştırmanın sonucunda, genç yetişkinlerin sahip olduğu aşk tutumları alt boyutları ile yaşamın anlamı alt boyutları arasında ilişki olduğu görülmüştür. Aşk tutumları ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde, aşk tutumlarının cinsiyete ve ebeveyn birlikte ya da ayrı oluşuna göre farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte aşk tutumlarının algılanan sosyo-ekonomik düzey ve algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.

Genç yetişkinlerdeki yaşamın anlamı ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişki de incelenmiştir. Buna göre, yaşamın anlamı cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey ve ebeveyn birlikteliği ya da ayrı oluşuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında genç yetişkinlerdeki yaşamın anlamı algılanan ebeveyn tutumu ve doğum sırasındaki konuma göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Araştırma bulguları yorumlanmış ve tartışılmış; Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanındaki çalışanlara ve benzer konularda çalışma yapacak araştırmacılara çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelime: Aşk tutumları, yaşamın anlamı, genç yetişkinler

ABSTRACT

LOVE ATTITUDES OF YOUNG ADULTS, THE MEANING OF LIFE

Yüksel, Ruşen

Postgraduate Thesis, Institute of Education Sciences, Education Sciences
Department,

Department of Psychological Services in Education

Supervisor: Professor Doctor Ersin ATINTAŞ

January, 2013. 134 Page

The purpose of this research is to examine whether there is relationship between the present meaning in life which the young adults ascribe to their lives with eros, ludus, storge, pragma, mania, agape love attitudes that they possess and search meaning in life.

The sample of this study is comprised of two hundred-fifteen women, and two hundred- fifty men, in total four hundred-sixty five students randomly selected and studied in various departments of Sakarya University and Istanbul Technical University. The individuals participating in this sample are the young adults between the ages of 19-27. The research is descriptive based on the model relationship survey. In the research, the Personal Information Form was used as a scale which was developed by the researcher with the aim of getting information about the gender of the young adults, their position according to birth order, the perceived level of income, the association of parents and the perceived parental attitude. To determine the meaning ascribed to the life by the young adults, the 'Meaning in Life Scale' developed by Steger, Frazier, Oishi and Kaler (2006) and adapted to Turkey by Akın and Taş (2011) was used. In addition, in order to determine the love attitudes of young adults in their bilateral relations, Love Attitude Scale: short form (LAS) which was based on Lee's (1973) love classification and developed by Hendrick, Hendrick and Dicke (1998) and was adapted to Turkey by Büyükşahin and Hovardaoğlu (2004) was used . Data analysis was performed by using SPSS 13.00 package

program. The relationship between the love attitudes and the meaning in life was examined by Pearson Product-Moment Correlation; the relationship between the love attitudes and meaning in life with sex and the parents association were examined by t-test; the relationship between the love attitudes and the meaning of life with the birth order position, the perceived income level and perceived parental attitude were examined by one-way analysis of variance.

As a result of the study, it was seen that there was a relationship between the sub-dimensions of the love attitudes in young adults and the sub-dimensions of the meaning in life. Considering the relationship between the love attitudes and the independent variants, it was revealed that the love attitudes differentiate according to sex and the association or the separation of parents. Furthermore, no significant differences were found in love attitudes according to the perceived socio-economic status and the perceived parental attitudes.

The relationship between the meaning of life for young adults and the independent variables were also examined. Accordingly, no significant differences were found in meaning of life according to sex, perceived socio-economic level and the association or separation of parents. Besides, the meaning of life for young adults differs significantly according to the perceived parental attitude and birth order position.

The research findings have been interpreted and discussed; various suggestions have been made for the workers in the field of Psychological Counseling and Guidance and for the researchers who will study on similar topics.

Keywords: Love attitudes, the meaning in life, young adults

İÇİNDEKİLER

Önsöz.....	i
Türkçe özet.....	iii
İngilizce özet.....	V
İçindekiler.....	VII
Tablolar listesi.....	XIII
Şekiller listesi.....	XIV
1.Bölüm: Giriş.....	1
1.1 Problem	6
1.2 Alt problemler.....	6
1.3 Önem.....	7
1.4 Varsayımlar.....	10
1.5 Sınırlılıklar.....	10
1.6 Tanımlar.....	11
1.7 Simgeler ve kısaltmalar.....	12
2. Bölüm: Araştırmanın kuramsal çerçevesi ve ilgili araştırmalar	13
2.1. Aşk tutumları.....	13
2.1.1. Aşkın kavramsal tanımı.....	13
2.1.2.Aşk kuramları.....	18
2.1.2.1. Rubin'in kuramı.....	19

2.1.2.2. İki etkenli aşk kuramı.....	19
2.1.2.3. Aşamalı aşk kuramları.....	24
2.1.2.4. Hatfield'in kuramı.....	26
2.1.2.5. Sternberg'in üçgen aşk kuramı.....	27
2.1.2.6. Lee'nin aşk kuramı.....	30
tutkulu aşk (eros).....	30
oyun gibi aşk (ludus).....	31
arkadaşça aşk (storge).....	32
sahiplenici aşk (mania).....	33
mantıklı aşk (pragma).....	34
özgeci aşk (agape).....	35
2.1.3. Aşkın kaynağı.....	37
2.1.4. Diğer aşk türleri.....	39
2.1.4.1. Tasavvufi aşk.....	39
2.1.4.2. Platonik aşk.....	40
2.2. Yaşamın anlamı.....	41
2.2.1. Yaşamın anlamı kavramının tarihsel gelişimi.....	41
2.2.2. Yaşamın anlamı (meaning in life).....	42
2.2.3. Anlam istemi (will to meaning).....	51
2.2.4. Varoluşsal engellenme (existential frustration).....	51

2.2.5. Varoluşsal boşluk (existential vacuum).....	52
1.2.6. Noöjenik nevrozlar.....	53
2.3. Aşk tutumları ile ilgili yapılan araştırmalar.....	54
2.4. Yaşamın anlamı ile ilgili yapılan Araştırmalar	61
3. Bölüm: Yöntem.....	74
3.1. Araştırma modeli.....	74
3.2.Araştırmanın örnekleme.....	74
3.3. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları.....	76
3.3.1. Kişisel bilgi formu.....	76
3.3.2. Aşka ilişkin tutumlar ölçeği: Kısa form.....	76
3.3.3. Yaşamın anlamı ölçeği.....	78
3.4.Verilerin toplanması.....	79
3.5. Verilerin analizi.....	79
4. Bölüm: Bulgular ve yorum.....	81
4.1. Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumlarına ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları	81
4.2.Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve yaşam anlamı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?	82
4.3.Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?	83
4.4.Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve algılanan sosyo-	

ekonomik düzey arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?	85
4.5.Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve algılanan ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?	87
4.6.Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve onların ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?	89
4.7. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamının ortalama ve standart sapma sonuçları.....	90
4.8. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?.....	90
4.9. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	91
4.10.Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ile algılanan ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?	93
4.11. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ve onların ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmalarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	94
4.12. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı, onların doğum sırasına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	95
5. Bölüm: Sonuç, tartışma ve öneriler	98
5.1. Sonuç ve tartışma.....	98
5.1.1. Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve yaşam anlamı arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	98
5.1.2. Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve cinsiyet arasındaki	

ilişkiye ait bulguların tartışılması	102
5.1.3. Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve algılanan sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	104
5.1.4. Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	105
5.1.5. Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve onların ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmaları arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	105
5.1.6. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ve cinsiyet arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	106
5.1.7. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ve algılanan sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	107
5.1.8. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	107
5.1.9. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ve onların ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmaları arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	108
5.1.10. Genç yetişkinlerin sahip oldukları yaşam anlamı ve doğum sırasına göre konukları arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	109
5.2. Öneriler	110
5.2.1. Araştırma sonuçlarına dayalı öneriler.....	110
5.2.2. İleride yapılabilecek araştırmalara yönelik öneriler.....	111
Kaynakça.....	113

Ekler.....	129
Özgeçmiş ve iletişim bilgisi.....	134

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Araştırma Örneklemine Sosyo-Demografik Bilgiler.....	75
Tablo 2: Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları.....	81
Tablo 3: Aşk Tutumları ve Sahip Olunan Yaşam Anlamı Arasındaki İlişki.....	82
Tablo 4: Aşk Tutumlarının Cinsiyete Göre Dağılımı.....	84
Tablo 5: Genç Yetişkinlerin Aşk Tutumları ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Arasındaki İlişki.....	86
Tablo 6: Genç Yetişkinlerin Aşk Tutumları ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişki.....	88
Tablo 7: Genç Yetişkinlerin Aşk Tutumları ve Ebeveyn Birlikteliği Arasındaki İlişki.....	89
Tablo 8: Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamının Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları.....	90
Tablo 9: Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Yaşam Anlamı ve Cinsiyet Arasındaki İlişki.....	91
Tablo 10: Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Yaşam Anlamı ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Arasındaki İlişki.....	92
Tablo 11: Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Yaşam Anlamı ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişki.....	93
Tablo 12: Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Yaşam Anlamı ve Ebeveyn Birlikteliği İlişkisi.....	94
Tablo 13: Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Yaşam Anlamı ve Doğum Sırası Arasındaki İlişki.....	96

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Tematik Algı Testi (TAT) kartından esinlenen bir resim.....	22
Şekil 2: Anlamın Sorgulanması.....	49

BÖLÜM I

GİRİŞ

İnsan canlı yapının en yetkin biçimidir. Yeryüzündeki canlılardan bir tanesidir fakat diğerlerine göre önemli farklılıklara sahiptir. İnsan akıl sahibidir; düşünür, hayal kurar, muhakeme eder, analiz, sentez yapar ve öğrenebilir. Yani bilişsel süreçlerini oluşturur, sürdürür ve bunların arkasından ürünler ortaya çıkarır. Aslında bütün bunlarla doğasını yaşamaktadır. Çünkü bunlar sahip olduğu biyolojik yapının işlevleridir. Bu noktada insanı belirleyen onun doğasının zenginliğidir. Bu sebeple anlaşılması güçtür. İnsan bilimi ise, insanı çözme çabasıdır (Ergin, 2010).

Son derece kompleks bir doğaya sahip olan insanoğlunun; düşünsel, duygusal ve davranışsal boyutlara sahip olduğu kabul edilmiş bir gerçektir. Psikoloji biliminde yapılan çalışmalar sıklıkla, bireyin düşünsel, duygusal ve davranışsal yönlerini ele alarak incelemekte ve bu incelemelere bağlı olarak insan doğasına yönelik çıkarımlarda bulunmaktadır. Yıllar boyu psikoloji teorisyenleri, bireyin bu yönlerini temel alarak çeşitli kuramlar geliştirmiş ve bireyi farklı bakış açılarından ele almışlardır. Özellikle düşünce ile duygu arasındaki ilişkiye ve hangisinin neden hangisinin sonuç olduğuna yönelik tartışmalar bu bakış açılarından önemli rol oynamıştır. Bazı psikolojik yaklaşımlar ise bireyin düşünce, duygu ve davranışının etkileşim halinde olduğunu ve bireyin yaşamını hem ayrı ayrı hem de bir bütün olarak etkilediklerini savunmaktadır (Akın, 2009).

Duygu, bir histir ve bu hisse özgü belirli eğilimleri barındırır. Karışımları, çeşitlemeleri, mutasyonları ve nüanslarıyla yüzlerce duygudan söz edilebilir. Aslında insanın yaşadığı duyguların nüansları bunları tanımlayan sözcüklerden çok daha fazladır (Goleman, 2004). Duygu bebeklerde ayrışmamış bir enerji olarak başlar (Passons, 1975). Önceleri bu enerji organizmanın yaşamını sürdürebilmesi için harcanır. Organizma çevredeki bazı unsurların yaşamın sürdürülmesi ve gelişme açılarından gerekli olduğunu, bazı unsurların ise gereksiz hatta zararlı olduğunu fark

eder. Böylece zamanla bebek çevredeki hangi unsurların gereksinimlerini karşıladığı, hangilerinin karşılamadığı konularında daha seçici olmaya başlar. Bu seçicilik arttıkça değerlendirme ortaya çıkar. Başlangıçta ayrışmamış olan enerji artık nelerin gerekli olduğu, nelerin gereksiz ya da zararlı olduğu üzerinde yoğunlaşmaya bağlar. Enerjinin spesifik ve değerlendirici bir biçimde kullanılması duygular yoluyla olur (Passons, 1975).

Duygular iki amaca hizmet ederler. Bunlardan birincisi, kişinin harekete geçmesi için enerji temin etmeleridir. İkincisi ise kişinin kendi gereksinimlerini karşılayabilmesi için çevreyi manipüle edebilmesi ya da bu gereksinimleri karşılayacak uygun davranışları yapabilmesi için, yönlendirici ya da değerlendirici bir fonksiyon göstermeleridir. Bu enerji kişiye gereksinimlerini karşılamak için harekete geçiriyor ya da çevreyi manipüle etmesine fırsat veriyorsa olumlu duygular ortaya çıkar. Eğer enerji, gereksinimlerin karşılanmasında etkisi olmayan ya da zararlı etkisi olan unsurlara yöneltilirse olumsuz duygular ortaya çıkar (Tuğrul, 1999).

Pek çok yazar temel duygusal yüz ifadelerinin neler olduğu konusunda çeşitli çalışmalar yapmıştır. Mesela, öfkelenen insanın kaşlarını çatması bunlardan bir tanesidir. Genel olarak temel duyguları öfke, üzüntü, korku, mutluluk, sevgi, şaşkınlık, iğrenme, utanç şeklinde adlandırmak mümkündür. Söz konusu temel duygusal ifadeler yüzümüzde tek tek görülebildiği gibi, bazen de birkaçı birleşerek karışım ifadeleri ortaya çıkabilir (Plutchik, 1982; Tomkins ve McCarter, 1964; Dökmen, 1987).

Bu karışık duygulardan bir tanesinin aşk olduğu söylenebilir. Çünkü aşk boyutuna gelen duygulanımda birden çok duygu yer alır. Dolayısıyla aşkın yüze ya da vücuda yansımından ortaya çıkan birden fazla beden tepkisi vardır (Kernberg, akt. Tufan ve Yaluğ, 2010). İnsana ait olan ve bir duygulanım türü olan aşk, insanoğlunun varolduğundan beri yaşandığı söylenebilir. Fisher'in (2004) açıklamasına göre, yirmi beş yüzyıl önce Lesbos adındaki Yunan adasında Safo'nun aşık olmayı betimlediği şiir şu mısralarla başlıyordu:

Ve seni görsem sadece kısacık bir an, / Sesim kesilir aniden; /Evet dilim tutulmuştur ve içimden derin derin, / Tenimin altından akar anlaşılmasız ürpertici bir ateş.

Anlaşılabacağı üzere insan yaşadığı her yerde ve zaman diliminde aşkı yaşamış ve bunu dile getirmiştir. Tıpkı diğer duygular gibi aşkın da doğrudan anlatımı, tanımlanamaz. Aşkın anlatımı ancak yaşayan kişide olan değişikliklerle ifade edilmiştir.

Fisher (2004), aşık olunca yaşananları ise şu şekilde açıklamıştır:

Aşık olmanın nasıl bir şey olduğunu hemen herkes bilir. O mutluluğu. O azabı. O uykusuz geçen geceleri ve huzursuz günleri. Coşku ve endişe dolu olur, derste ya da işte hayal kurarsınız, montunuzu unutursunuz, araba kullanırken sapacağınız yeri geçersiniz, telefon başında oturup bekler, ne söyleyeceğinizi planlarsınız; bir saplantının peşindedir, onunla bundan sonraki buluşmanızı iple çekersiniz. Sonra, buluşursunuz, onun en küçük hareketi soluğunuzu keser. Onun gülüşü başınızı döndürür. Aptalca riskler göze alır, aptalca şeyler söyler, fazla gürültülü güler, karanlık sınırlar açılır, bütün gece konuşur, şafak sökerken yürüyüşe çıkar, sık sık kucaklar ve öpersiniz. Bu arada, mutluluktan sarhoş olarak ateşin pençesinde soluk soluğa yuvarlanırken bütün dünyayı unutursunuz.

Aşkın yaygın olarak incelenmeye başlanmasıyla beraber farklı araştırmacılar aşk kavramı üzerinde çeşitli tanımlar ve aşk türlerini açıklamaya yönelik çeşitli sınıflandırmalar yapmışlardır. Bunlardan Lee (1973, 1977, 1988) ise, aşkın tek bir türü olmadığını belirterek, çok boyutlu olarak aşkı ele almıştır. Lee'nin bu sınıflandırmasında tutkulu aşk (eros), oyun gibi aşk (ludus), arkadaşça aşk (storge), mantıklı aşk (pragma), sahiplenici aşk (mania) ve özgeci aşk (agape) olmak üzere altı aşk çeşidi vardır. Tutkulu aşk; fiziksel çekicilik, sevecenlik, iletişime açıklık, ilişkide güvende olma, tutku ve ilişkiye güvenle bağlanma ile ilgili aşk türüdür. Oyun gibi aşk; bağlayıcılığı düşük, eğlencesi ön planda, cinselliğin ve tutkunun önemli olduğu, yoğun duygusallığın olmadığı kısa süreli ve çok eşliliğe açık aşk türüdür. Arkadaşça aşk ise, ihtirasa değil benzerliğe, birbirini gözetmeye ve ilgileri paylaşmaya dayanan, arkadaşlığın ön planda olduğu, zamanla gelişen aşk türüdür. Mantıklı aşk, birlikte olunacak kişinin bazı özelliklerinin (eğitim, meslek, aile özellikleri) önemli olduğu devam edileceğine ve olumlu gelecek sağlayabileceğine inanılan ilişkilerdeki eşlere duyulan aşk türüdür. Sahiplenici aşk; yoğun duygusallığın ön planda olduğu, kıskanç, güvensiz, saplantılı aşk türüdür. Özgeci aşk ise, karşısındakinin kusurlarına rağmen seven, bağışlayıcı, destekleyici, onun iyiliğini kendi iyiliğinden çok düşünen aşk türü olarak belirtilmiştir.

Son zamanlarda aşka yapılan vurgu o kadar büyümüştür ki, insanların kendilerine verdiği değer, aşkı elde edip etmemelerine göre yükselmiş ya da düşmüştür (May, 2010). Aşk belli bir kültürel bağlamda varolmaktadır ve bugün, insanlar aşktan, tarihte ilk kez bu kadar fazla şey beklemektedir. Hatta kimileri hayatlarının anlamını

aşk ilişkilerinden çıkarmaya çalışmaktadır (Pines, 2010). Aşkı yaşamak hayatta anlam bulmanın kaynağı ya da bazen en önemli yaşam amacı olabilmektedir. Frankl'a (2010) göre, insanın zor zamanlarında yaşadıklarının üstesinden gelebilmesi için içsel gücünü yeniden kazanmasına yönelik gösterilecek bir çabada, öncelikli olarak olması gereken geleceğe ilişkin bir hedef göstermektir. Nietzsche'nin şu sözleri koruyucu ruh sağlığı çabalarının parolası olabilecek niteliktedir: 'Yaşamak için bir nedeni olan kişi, hemen her nasıl'a katlanabilir.' Varoluşlarının ürkütücü nasıl'ına katlanmalarını sağlayacak bir güce ulaşmaları için, yaşamlarında bu insanlara bir neden –bir amaç- göstermek gerekir. Birçok insan için yaşadığı ya da yaşamayı ümit ettiği aşk yaşamda bir amaç dolayısıyla anlam olmaktadır.

Yaşamında hiçbir anlam, amaç, hedef göremeyen ve bu nedenle yaşamını sürdürmeyi anlamsız bulan kişi çok zor durumdadır. Kaybetmesi uzun sürmeyecektir. Toplama kamplarında bulunan insanlardan 'artık hayattan beklediğim hiçbir şey yok.' ifadesinde bulunanlar yaşam mücadelesinden vazgeçip kendini ölüme terk etmektedir (Frankl, 2010). Frankl'ın bu deneyiminden hareketle yaşamda anlam bulamayan ya da sahip oldukları anlamı kaybeden bazı bireylerin ölümü düşündüklerini söylemek mümkün olmaktadır.

Adler'e göre insanlar kendileri için hedefler belirler ve davranış bu hedefler doğrultusunda gerçekleşir. Birey ne için çaba gösteriyorsa o gerçekten onun için önemlidir. Eğer bireyin hedefleri varsa bu, yaşamındaki temalara ve yaptığı faaliyetlerin sürekliliğine bakarak anlaşılabilir. Ayrıca bireyin davranışına yön veren düşsel hedefleri vardır. Bununla birlikte bireyin yaşam yönelimi ve varlığına anlam katan konular onun yaşam tarzını oluşturmaktadır. Bireye anlamlı gelen her şey onun yaşam tarzını oluşturmada bir faktördür. Yaptığı davranışlar da kendine özgü yaşam tarzından etkilenmektedir (Corey, 2008).

Nihai anlamda yaşam, sorunlara doğru çözümler bulmak ve her birey için, kesintisiz olarak var olan görevlerini yerine getirme sorumluluğunu üstlenmek anlamına gelir. Bu görevler ve bu nedenlerden ötürü, yaşamın anlamı, insandan insana ve an be an değişir. Bundan dolayı yaşamın anlamını genel terimlerle tanımlamak olanaksızdır. Yaşamın anlamına ilişkin sorular, genel ifadelerle yanıtlanamaz. Tıpkı yaşamdaki işlerin son derece gerçek ve somut oluşu gibi, yaşam da bulanık bir şey değil, son derece gerçek, son derece somut bir şey anlamına gelir (Frankl, 2010: 93).

Seligman ve Csikszentmihalyi'ye (2000) göre, yaşamın anlamı ve yaşam amacı iki ayrılmaz yapı olup olumlu psikoloji içinde ele alınmaktadır. Nitekim literatürde bu iki kavram sıklıkla birbirinin yerine kullanılmaktadır. Frankl, yaşamın anlamının bulunmamasını anlamsızlık olarak nitelendirmiştir (Yalom, 2001). Ayrıca varoluşsal boşluk ve varoluşsal nevrozdan söz etmiştir. Varoluşsal boşluk, can sıkıntısı, durgunluk ve boşluk duygusu olarak yaşanır. Frankl'a (1988) göre, böyle bir birey yönünü ve amacını bulamaz, özgür olduğu zaman ne yapmak istediğini bilemez. Eğer anlamsızlık duygularının yanı sıra açık klinik belirtiler de geliştiriliyorsa varoluşsal nevrozdan söz edilir (Yalom, 2001). Bu durumlarla karşılaşan Battista ve Almond (1973), terapi için baş vuran bireylerin önemli bir kısmının yaşamında anlam eksikliği duyan kişiler olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, Zika ve Chamberlain (1992), yaşamda anlam bulma ile psikolojik iyi olmanın değişkenleri olan özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz-kabul arasında kuvvetli bir ilişki olduğunu bulmuştur. Ryff 'a (1989) göre yaşamda anlam bulma, psikolojik iyi oluşun bir göstergesi olan pozitif bir kişilik yapısı (trait) olarak kabul edilmektedir.

Genç yetişkinlik döneminde bulunan bireyler, Erikson'un psikososyal gelişim dönemlerinden 'yakınlığa karşı yalıtılmışlık' döneminde bulunmaktadır. Erikson (1959, 1963, 1968, 1982) psikososyal gelişim kuramında "yakınlığa karşı yalıtılmışlık" çatışmasını, genç yetişkinlik döneminde çözülmesi gereken bir kriz olarak görmekte ve bu durumun evrensel olduğunu ileri sürmektedir Feist ve Feist'e (2006) göre, genç yetişkinlik yılları yaklaşık olarak 20 ile 25 yaşlar arasını kapsasa da bu dönemin sınırları yaşlarla belirlenmekten çok dönemin başında yakınlığın gelişmesi, sonunda ise üretkenliğin oluşmaya başlaması ile belirlenmektedir. Bu nedenle bu dönem kimileri için birkaç yılla sınırlıyken kimileri için on yıllar boyu sürebilmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2010). Erikson'a (1959, 1963, 1968, 1982) göre kimlik gelişimlerini tamamlayan bireyler genç yetişkinlik döneminde karşı cinsle yakın ilişkiler kurmaya yönelir. Karşı cinsten bireylerle yakın ilişkiler kurmayı başarmak, bu dönemin çatışmasını çözmek ve bir sonraki gelişim döneminin gerekliliklerini yerine getirmeye hazır hale gelmek anlamı taşır. Yakın duygusal ilişkilerin insan yaşamında neden bu denli önemsendiğinin en iyi açıklaması Erikson'un kuramında görülebilir. Yakın ilişkiler söz konusu olduğunda da akla gelen ilk kavram "aşk"tır. Aşk, Fromm'un (1991) da belirttiği gibi, bir kişiyi farklı

bir varoluş moduna dönüştürme yeteneğine sahip bir olgudur. Üniversite öğrencilerinin içinde bulunduğu gelişim dönemi düşünüldüğünde bu dönemde yaşadığı duyguları fark etme ve yönetme bireyin gelişimini sağlıklı tamamlaması açısından önemlidir. Ayrıca bireyin yaşadıklarına ilişkin farkındalık kazanması sürecin sağlıklı ilerlemesinde kendisine yardımcı bir faktördür.

Özetle, insanın her anına eşlik eden duygular onun için önemlidir. Bunlardan daha yoğun ve birçok duygunun birleşimi olarak yaşanan aşk, yaşamın her anında olmasa da yaşandığı dönemde bireyde fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimler yaratması açısından önemlidir. İnsanın düşüncelerinin bir ürünü olan yaşamın anlamı ise bireyin hayata katılımını, hatta yaşama devam edip etmemesini belirleyen bir unsur olabilmektedir. Yaşamın anlamı ve aşk türleri arasında ilişki olup olmadığı, eğer ilişki varsa hangi değişkenlerden etkilendiği ve bu durumun genç yetişkinler üzerinden tespit edilmesinin önemli olduğu görülmektedir.

1.1.PROBLEM CÜMLESİ

Genç yetişkinlerin sahip olduğu farklı aşk tutumları ile yaşamın anlamı arasında ilişki var mıdır? Ayrıca genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve yaşamın anlamı, cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu, doğum sırası ve anne baba birlikteliği ya da boşanmış olması değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?

1.2. ALT PROBLEMLER

Bu araştırmanın amacı, genç yetişkinlerin sahip oldukları tutkulu, oyun gibi, arkadaşça, mantıklı, sahiplenici, özgeci aşk tutumları ile yaşam anlamı alt boyutlarından mevcut anlam ile aranan anlam arasında ilişkinin olup olmadığını belirlemektir.

Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemler belirlenmiştir ve sorulara yanıt aranmıştır:

1. Genç yetişkinlerin sahip olduğu farklı aşk tutumları ile yaşam anlamı arasında ilişki var mıdır?
2. Genç yetişkinlerin sahip oldukları tutkulu, özgeci, oyun gibi, arkadaşça, mantıklı, sahiplenici aşk tutumları,
 - a. cinsiyet,
 - b. algılanan sosyo-ekonomik düzey,
 - c. algılanan ebeveyn tutumu,
 - d. anne baba birlikteliği ya da boşanmış olması değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?
3. Genç yetişkinlerin yaşamda buldukları mevcut anlam ile aradıkları anlam
 - a. cinsiyet,
 - b. algılanan sosyo-ekonomik düzey,
 - c. algılanan ebeveyn tutumu,
 - d. anne baba birlikteliği ya da boşanmış olması,
 - e. doğum sırası değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Bu araştırmada incelenen değişkenlerin tümü bireylerin yaşamlarında önemli ve etkin rol oynayan kavramlardır. May'a (2010) göre, aşkı yaşamak geçmişte yaşamın çıkmazlarına çözüm olarak görülmesine karşın, bu kavram bizzat sorun haline gelmiştir. Çağımız kökten değişimlerin olduğu, tarihin diğer bütün zamanlarına kıyasla daha hızlı bir şekilde değişimin olduğu bir çağdır. Bu durum, diğer yaşam alanlarıyla birlikte karşı cinsten bireyler arası duygusal ilişkileri de karmaşıktır. Geçmişte bireylerin kendisine kerteriz olarak gördüğü eski mitler ve simgeler yoktur artık; kaygı kol gezmektedir ve insanlar birbirine sıkıca sarılmaktadır. Aşk gibi bağlayıcı bir duygu ve sürecinin altındaki zemin de kayıp gitmektedir. Birey içe dönmeye zorlanmaktadır; kimlik sorununun yeni bir biçimine saptanıp kalmıştır: 'kim olduğumu bilsem bile bir önemim yok, diğerlerini etkileme yetisinden yoksunum.'

Yaşamın kötü gidişine çözüm olarak aşka yapılan vurgu o kadar büyümüştür ki, insanların kendine verdiği değer, aşkı elde edip etmemelerine göre yükselmiş veya

düşmüştür. Aşkı bulduklarına inananlar, bunu kurtuluşun gözle görünür delili sayarak, kendilerini üstün görme eğilimine girmişlerdir. Aşkı bulamamış olanlar kendilerini sadece yoksun hissetmekle kalmayıp, daha derin ve daha yıpratıcı olan içsel boyutta, kendilerine verdikleri değer de düşmüştür. Kendilerini toplum dışına itilmiş yeni bir yaratık türü gibi damgalanmış hissedip, psikoretapide, sabahın erken saatlerinde uyanınca hissettiklerinin mutsuzluktan ve yalnızlıktan çok, içlerini kemiren yaşamın büyük gizini kaçırmış olma kanısı olduğunu itiraf etmektedirler (May, 2010).

Bunun yanında birey hayatı boyunca bir kez, sadece belli bir süre aşkı veya etkilerini yaşasa da kendisinde neler olduğuna ilişkin farkındalığının olması, aşkla gelen olumsuz duyguları kontrol edebilmesi açısından önemlidir. Ayrıca bireyin sahip olduğu aşk tutumunu bilmesi ya da bu duyguyu hissettiği kişinin aşk tutumunu tanınması, bulunduğu süreci sağlıklı sürdürmesi konusunda kendinin en büyük yardımcısı olacaktır.

Yaşanan ya da hayal edilen aşk tutumları edebi edere, görsel ya da yazılı medyaya, sanat türlerine, insanların birbirine aktardığı öykülere her zaman konu olmuştur. Aynı şekilde ‘neden varoldum, şu anda yaşamımın anlamı nedir, gelecekte ne olmalıdır’ gibi sorulara yanıt bulmaya çalışan insan, şu anda bulunan ve gelecekte aranan yaşamın anlamı ile ilgili olarak zihnini meşgul etmektedir. Demirbaş’a (2010) göre, yaşamın anlamının sorgulanması insanlık tarihi kadar eskidir. İnsan yaşamına anlam katabilmek için sürekli bir arayış içinde olmuştur. Felsefe tarihine bakıldığında “yaşamın anlamı nedir?” sorusunun felsefenin sorduğu en temel sorulardan biri olduğu görülmektedir.

Frankl’ın (2010:114) belirttiğine göre, Fransa’da yapılan bir kamuoyu araştırmasında, insanların yüzde 89’u, insanın, uğruna yaşayabileceği ‘bir şey’e ihtiyaç duyduğunu kabul etmişti. Buna ek olarak, araştırmaya katılanların yüzde 61’i, yaşamlarında, uğruna ölmeye bile hazır oldukları bir şey ya da bir insan bulunduğu yolunda sözler söylemiştir. Bu araştırmadan bir yıl sonra Frankl, Viyana’daki hastane bölümünde hem hastalara hem de personele benzer araştırmayı yapmıştır. Elde edilen sonuç, Fransa’da taranan binlerce insandan alınan sonuçla pratik anlamda aynıdır. Aradaki tek fark, yüzde 2’lik bir farktır.

Bir başka araştırmada 48 üniversitede, 7948 öğrenci üzerinde, Johns Hopkins Üniversitesi'nden sosyal bilimciler tarafından yürütülmüştür. Hazırladıkları ön rapor, ulusal ruh sağlığı enstitüsü adına yapılan iki yıllık bir araştırmanın parçasıdır. Kendileri için neyin 'çok önemli' olduğu sorulduğunda, öğrencilerin yüzde 16'sı 'çok para kazanmak' buna karşılık yüzde 78'i 'yaşamında bir amaç ve anlam bulmak' seçeneğini işaretlemiştir (Frankl, 2010: 114).

Bu denli değer verilen bir konu olan insanın yaşadığı aşk, bunu yaşama biçimi ve yaşamın anlamına ilişkin ifade edilenler, özellikle Türkiye'de, varsayımlardan ya da öznel genellemelerden yola çıkılarak dile getirilmektedir. Çünkü her iki konuya ilişkin yapılan bilimsel çalışma oldukça az sayıda bulunmaktadır. Türkiye'de bireyin sahip olduğu aşk tutumu ve yaşam anlamı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma ise bulunmamaktadır. Bundan dolayı aşk tutumları ve yaşam anlamı arasındaki ilişkinin bilimsel veriler doğrultusunda incelenmesi ve bu doğrultuda insanlığın bilimin ışığı ile aydınlatılması önemli görölmektedir.

Bu araştırma;

- Aşk tutumları ve yaşam anlamı üzerine sınırlı sayıda araştırma olmasından, ayrıca iki durum arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma olmamasından dolayı **özgün,**
- İnsanın varolduğu zamandan beri aşk yaşanmakta, insanlar aşkın kendilerine etkisi konusunda merak içinde olmakta ve üzerine çokça söylemde bulunmaktadır. Aynı zamanda insanlık tarihinin başlangıcından beri hayatta varolma nedenlerini sorgulamakta ve üzerine düşünmektedir. Ayrıca teknolojinin yaşamı kolaylaştırması ile kendine kalan özgür zamanı çoğalan bireyler vaktini neyle geçireceği konusunda düşünmektedir ve zamanlarını, yaşamda kendilerine anlamlı gelen durumlara yönelik değerlendirmektedir. İnsan varolmaya devam ettiği sürece aşk ve yaşamın anlamı insanın odaklandığı iki konu olmaya devam edeceği için **güncel,**
- Aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak, insanların duygu ve bilişlerinin bu yönlerine ilişkin bilgi vereceği, bununla bireyin bu konularda farkındalık kazanmasını sağlayarak, durumdan kaynaklanan problemlerin üstesinden gelinmesine yardımcı olacağı, incelenen konularla ilgili özellikle ergenlerle çalışma yapan okul psikolojik danışmanlarına, bunun yanında

aile danışmanlarına, psikologlara, aile danışmanlığını kapsayan toplum hizmeti veren kurum çalışanlarına kaynaklık edeceği, ayrıca araştırma konularıyla ilgili bilimsel veri sağlayarak bilimin ilerlemesine katkı sağlayacağı için **gerekli**,

- Bulgularıyla aşk tutumları ve yaşam anlamı konusunda öneriler getirmesi açısından **işlevsel** olarak görülebilir.

1.4. VARSAYIMLAR

Araştırmacılar genellikle çalışmalarına ilişkin bazı varsayımlarda bulunurlar. Bu çalışmanın kavramsallaştırılması ve uygulanmasıyla ilişkili temel varsayımlar aşağıda belirtilmektedir:

1. Araştırma örnekleminin evreni temsil ettiği kabul edilmektedir.
2. Kullanılan veri toplama araçlarının istenilen bilgiyi elde etmede geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
3. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kullanılan veri toplama araçlarını doğru ve samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.

1.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmıştır:

1. Aşk tutumları ve yaşamın anlamına yönelik bulgular; Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form'u ve Yaşamın Anlamı Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Araştırma İstanbul Teknik Üniversitesi'nde ve Sakarya Üniversitesi'nde öğrenimini sürdüren öğrenciler üzerinde yapılmıştır ve elde edilen sonuçlar benzer özelliklere sahip bireylere genellenebilir.
3. Bu çalışmada bireylerin kişisel ve ailesel niteliklerine ilişkin bilgiler kendilerine verilen bilgi toplama formlarına verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.

4. Araştırma; cinsiyet, doğum sırası, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumları ve anne baba birlikteliği ya da ayrı oluşu değişkenleri ile sınırlı tutulmaktadır.

1.6. TANIMLAR

Araştırmada yer alan temel kavramlara ilişkin tanımlar aşağıda belirtilmektedir:

Genç Yetişkinlik: Ergenlik döneminin sonundan başlayarak, orta yaşa kadar gelen, 20–45 yaşları arasındaki yaşam dönemini kapsayan işe başlama, eş seçimi, eşle yaşamayı öğrenme, toplum içinde makul bir kuruma girme ve bulunduğu ortamlarda diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilme gibi gelişim görevlerini barındıran gelişim dönemidir (Aydın, 2002).

Aşk Tutumları: Lee, “uzmanlar aşkın doğası hakkında her zaman farklı fikirde oldukları için” aşk tutumlarının da çok sayıda olduğunu ve birçok farklı aşk türünü ayırt etmemizi sağlayacak sistematik farklılıklar olduğunu öne sürmüştür (Lee, 1973). Lee, bu bağlamda çok boyutlu aşk sınıflandırması önermiş ve aşk stili tipolojisinde tutkulu aşk (eros), oyun gibi aşk (ludus) ve arkadaşça aşk (storge) olmak üzere üç temel birincil aşk çeşidi olduğunu belirtmiştir. Lee, bu üç aşk çeşidinin bir araya getirilmesiyle mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk olmak üzere ikinci bir aşk stili oluşturulabileceğini belirtmektedir. Bunlardan mantıklı aşk (pragma), arkadaşça aşk ve oyun gibi aşk; sahiplenici aşk (mania), tutkulu aşk ve oyun gibi aşk; özgeci aşk (agape) ise tutkulu aşk ve arkadaşça aşk türlerinin bileşimidir.

Tutkulu Aşk: Fiziksel çekicilik, sevecenlik, iletişime açıklık, ilişkide güvende olma, tutku ve ilişkiye güvenle bağlanma ile ilgili aşk türüdür.

Oyun gibi Aşk: Bağlayıcılığı düşük, eğlencesi ön planda, cinselliğin ve tutkunun önemli olduğu, yoğun duygusallığın olmadığı kısa süreli ve çok eşliliğe açık aşk türüdür.

Arkadaşça Aşk: İhtirasa değil benzerliğe, birbirini gözetmeye ve ilgileri paylaşmaya dayanan, karşılıklı ihtiyaçların giderildiği, arkadaşlığın ön planda olduğu, samimi bir ilişki içerisinde gelişmiş iyi bir dostluktan doğan aşk türüdür.

Mantıklı Aşk: Birlikte olunacak kişinin bazı özelliklerinin (eğitim, meslek, aile gibi) önemli olduğu, devam edileceğine ve olumlu gelecek sağlanabileceğine inanılan ilişkilerdeki eşlere duyulan aşk türüdür.

Sahiplenici Aşk: Yoğun duygusallığın ön planda olduğu, kıskanç, güvensiz, saplantılı ve biraz da patolojik aşk türüdür.

Özgeci Aşk: Karşısındakini kusurlarına rağmen seven, bağışlayıcı, destekleyici ve onun iyiliğini kendi iyiliğinden çok düşünen aşk türüdür.

Yaşamın Anlamı: Frankl'a (2010) göre, yaşam anlamı, insanın doğuştan getirdiği bir güç olarak anlam arayışını içinde barındıran, yaşam amaçlarıyla birlikte ele alınan, insan yaşamının doğal ve sağlıklı temel güdüsüdür.

1.7. SİMGELER VE KISALTMALAR

AİTÖ: Aşk İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form

YAÖ: Yaşamın Anlamı Ölçeği

BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, aşk tutumları ve yaşamın anlamı ile ilgili kuramsal bilgilere ve araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. AŞK TUTUMLARI

2.1.1. Aşkın Kavramsal Tanımı

Aşkın tanımı ya da ne olduğuna ilişkin yıllardan beri birçok açıklama yapılmıştır. Aşk, insanın öznel dünyasında yaşanan, bizzat kendisinin tanımlanmasından ziyade etkileriyle anlatılabilen bir yaşantı türüdür. Tanımlamalardan bazılarına yer verilmiştir.

Yapılan çalışmalarda aşk genel olarak ‘bir gize’, ‘psikolojik bir zihin meşguliyet’, ‘duyguların en anlamlısı ve en derini’ ‘insan varlığının temel bir yönü’, ‘herkesin bildiği, hiç kimsenin hakkında bir şey söyleyemediği şey, bir çeşit tutum’ (Rubin, 1970; Shaver, Morgan ve Wu, 1996; Sprecher ve diğerleri, 1986) olarak değerlendirilmektedir.

Watts (1985), aşık olmanın yıldırım çarpması gibi bir şey olduğundan ve bu nedenle mistik hayallere son derece benzediğinden söz etmektedir. İnsanların (bu deneyimleri) nasıl edindiklerinin bilinmediği, neden yaşadıklarının da hala tam olarak açıklanamadığını da eklemiştir. Bunun yanında böyle bir deneyim yaşayacak

kadar şanslı olup da bunu reddetmenin, yaşamı inkar etmek anlamına geldiğini bildirmiştir (akt. Pines, 2010).

Aşk, sevginin tutkulu ve derin biçimidir. Aşkın en önemli özellikleri; sadakat, bağlılık ve şefkattir. Aşık olan kişide önceliği duygular almış ve akıl yürütme ikinci plana düşmüştür (Madi, 2009: 14). Finck'e (1981) göre aşk, öyle bir çelişkiler silsilesidir ve öyle sonsuz rengiyle biçimi vardır ki, hakkında ne söylerseniz söyleyin, muhtemelen doğrudur (akt. Pines, 2010).

Yavaş gelişen, kısmen duygulara ve heyecanlara dayalı olan, insan hayatıyla birlikte başlayıp ömür boyu gelişerek yaşayan ve güçlü bir duygu olan aşk; cinsel ilgi, çekicilik, arkadaşlık, dostluk, özen ve bakımın sentezidir. Kişi kendisinin idealleşmiş hayallerini karşısındaki kişide görmeye çalışır ve ona aşık olur. Bu bakış açısıyla bakıldığında aşkın doğasında karşı tarafı mükemmelleştirme ve onun kusurlarını görmeme eğiliminin olduğu anlaşılabilir (Özabacı, 2004).

Aşk kavramına ilişkin yaşanan karmaşanın en önemli nedeni bireylerin aşk izlenimlerinin, deneyimlerinin ve bunları ifade ediş şekillerinin birbirlerinden farklı olmasıdır. Buna bir de yaşanan bağlamın, kavramın şekillenmesinde oynadığı rol eklenince sorun daha da karmaşıklaşmaktadır (Myers ve Shurts, 2002; Sternberg ve Barnes, 1988; Sternberg ve Grajek, 1984).

Bu durumda aşk karmaşık ve çok yönlü bir olgu (Berscheid ve Meyers, 1996, Waller ve Shaver, 1994), betimsel olmaktan çok teorik bir terim, hipotetik bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Ercan'a (2008) göre, aşk doğrudan gözlenemez, fakat gözlenebilir davranışlardan yorumlanabilir. Bu çıkarsama süreci hem bilim insanları hem diğerleri için de tehlikelidir. Blondel'e (2003) göre, aşk tanımlanamaz 'kendinde değer'ler arasındadır. Ayrıca duyguya bağlı tecrübelerle anlaşılabilirdiği için tanımlanamaz. Çünkü genel olarak tanımlanamayanlar soyut niteliktedir. Aşk, nefret, acı gibi duygular, yaşanarak anlaşılabilen olgular olduğu için subjektif niteliktedir ve mantık kuralları ile tanımlanamaz. Ercan'a (2008) göre, aşk üzerinde konuşulabilen, tasvirler ve benzetmeler yoluyla anlatılabilen bir olgudur.

Mevlana (1990) ise şu sözlerle tanımlamıştır:

Birisi 'aşıklık nedir?' diye sordu.

Dedim ki benim gibi olursan bilirsin.

Aşk sayıya sığmaz, ölçüye gelmez sevgidir.

Ercan'a (2008) göre, bütün bunlarla birlikte aşk genel olarak toplumsal olarak yapılandırılmış bir fikir, bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bileşenleri olan bir olgudur. Aşkın bütün çağlarda ve bütün kültürlerde geçerli olan ortak bir tanımı yoktur. Aşk özellikle dış faktörlerden etkilenir. Kişinin içinde yaşadığı sosyal bağlam aşk deneyimini ve aşk tanımını etkilediği için kültürler arası ve aynı kültürde gruplar arası farklılıklar beklenen durumdur.

Timuçin'e (2003) göre, toplum içinde yaşayan ve toplumun, kendisinden çok şeyler beklediği insan, toplum hayatında onu insan yapan bazı özellikleriyle birlikte yaşamak ve bu özelliklerini birlikte yaşatmak durumundadır. Topluluk hayatı, toplumdaki düzenli yapının devamlılığı için bireyden kendi kurallarına uymasını bekler. Oysa insan olmak, toplumsal bir çerçevede kendine özgü özellikleriyle varolmaktır. Toplumsallık indirgenemez bir gerçekliktir, ama bizim kendimize özgü özelliklerimiz de indirgenebilir şeyler değildir. Kendimize özgü özelliklerimizi toplumsallık adına baskı altına alsak da onları boğup yok edemeyiz. Aşkta özel özelliklerimiz açıklanır, onda kendimizi tüm kişiliğimizle ortaya koyarız, onda gizlenme gereği duymadan var oluruz.

Bütün kültürlerde, romantik aşk tanımı yapılırken, erkekler ve kadınların aynı duyguları tanımladıkları saptanmıştır. Başlangıçta neşe, mutluluk, cazibe, aşkın bitiş sürecinde ise korku, öfke, nefret, hüznün ve depresyon yaşanmaktadır (Madi, 2009). Çiftler aradan yıllar geçmiş olsa bile birbirlerine nasıl aşık olduklarını en küçük ayrıntısına kadar anlatabilmektedir. Bazen nadir de olsa, ilk görüşte aşık da olunmaktadır. Çoğunlukla aşk uzun bir arkadaşlıktan sonra filizlenmektedir. Romantik çekimi kıvılcımlandıran, kimi zaman sevgilinin dış görünüşü, kimi zamansa muhteşem, sevilesi mizacı ya da iki kişiyi derinden etkileyen ortak bir deneyim olabilmektedir. Hoşlanma doyurucu bir aşka, bir bağlılığa evrilebildiği gibi, yıkıcı, ıstıraplı bir ilişkiye de dönüşebilmektedir. Kimi zamansa inceldiği yerden kopmaktadır. İşte o zaman bunu yaşayan bireyin kafası karışmaktadır. 'Madem ortada sevecek bir şey yoktu, ben nasıl oldu da gidip bu değmez insana aşık oldum?' Kaçınılmaz yanıt şudur: 'Aşk gözümü kör etmişti.' Görünen o ki, hem gerçek hem de mecazi anlamda vurulma yaşanmaktadır. Gerçekten de geniş bir aday yelpazesinden yapılan nihai romantik eş seçimini genellikle vurulma belirlemektedir. Bazı

araştırmacılara (Lykken ve Tellegen, 1993) göre, vurulma doğası gereği tesadüfidir (Pines, 2010).

Peck (1978), aşkı kişinin benliğini, hem kendisinin hem de bir başkasının tinsel gelişimini beslemek için ortaya koyma istekliliği olarak tanımlamıştır. Ayrıca Peck, aşık olmanın gerçek aşk olmadığı, çünkü bilinçli bir hareket olmadığı sonucunu çıkarmaktadır: ‘Aşık olmak çaba istemez.’ Bunun açık kanıtını ise bir gözlemiyle açıklamıştır: ‘Tembel ve disiplinsiz bireylerin aşık olma olasılığı, enerjik ve çalışkan bireylerinki ile aynıdır. Dahası, aşık olma aşaması gerçek aşk değildir, çünkü özellikle cinselliğe bağlı erotik bir deneyimdir. Son kanıtı da aşık olma deneyiminin daima gelip geçici olmasıdır’ (akt. Pines, 2010).

Felsefî düşüncenin önemli isimlerinden aşkın tanımını yapanlar olmuştur. Platon (MÖ. 447-327), ‘en geniş anlamıyla aşk (sevgi), her iyi olanı ve bizi mesut edeni arzulamaktır’ ifadesiyle aşka duygusal bir anlam kazandırmıştır. Değişik kültürlerde başka tasvirlerle rastlamak da mümkündür. Mesela bir Fransız filozofu olan Descartes (1596-1650), aşkı bir heyecan olarak görüp, bu heyecanı ruhların hareketine bağlamaktadır. ‘Bu heyecan onu yani ruhu kendine uygun görünen şeylerle, isteyerek birleşmeye teşvik eder’ sonucuna ulaşmaktadır. Yine bir Fransız filozofu Sipiyoza (1632-1677) da aşkı, ‘bir dış neden fikrinin beraberinde getirdiği neşe’ olarak kabul etmektedir. Türk düşünürlerinden Mevlana ise şu sözleriyle aşkın hem tanımlanamazlığına işaret etmiş hem de benzetmeler ve yaşantıları tarif etme yoluyla aşkı anlatmıştır: ‘Aşk için ne söylesem ne şerh etsem, aşkın önünde söylediklerimden utanırım. Dil ile olan tefsir ne kadar parlak olursa olsun, dilsiz ve tabirsiz aşk daha parlaktır. Çabuk yazan kalem, aşk kelimesine gelince çatlayıp yarılr.’ Mevlana’nın başka bir açıklamasında ise, ‘aşk; hoştur ve mestliktir, kendinden geçme, karmakarışık olma halidir’ (akt. Özden, 2007). Aşkın benzetmeler yoluyla anlatıldığı alanlardan en önemlisi edebiyattır, bunu edebi eserlerde görmek mümkündür.

Kişisel deneyimlerine ve ortak bilgiye dayanarak insanlar; kadınların erkeklerden daha önce aşık olduğunu ve erkek ilişkiyi bitirmek istediğinde de sevmeye devam ettiğini, iyi tanınan insanlara aşık olmak ve onlarla evlenmek yerine gizemli yabancılara aşık olunduğunu, bir erkeğin ilgisini çekmek için kadınların ‘zor kadın’ olmaları gerektiğini düşünmekteydi. Ancak son yirmi yıldır yapılan araştırmalar, tüm bunların yanlış inanışlar olduğunu ortaya koymuştur. Yukarıda belirtilenlerin aksine,

erkeklerin kadınlardan daha çabuk aşık oldukları ve aşık oldukları kadına daha sıkı bağlandıkları; insanların kendilerine oldukça yakın olan kişilerle beraber olduğu, onlara aşık olduğu ve onlarla evlendiği; erkeklerin kendileri için ulaşılması kolay, başka erkekler için ulaşılması zor olan kadınları daha fazla çekici buldukları sonuçları elde edilmiştir (Papalia ve Olds, 1988).

Burada dikkat edilmesi gereken bir nokta daha vardır ki, o da hoşlanma ve aşık olma arasındaki ayrımdır. İnsanların hoşlandığı bir çok kişi olabilir fakat onlara aşık olmadıklarını bilirler. Bazen de hoşlanılan bir insan heyecan verici, çekici biri olarak hissedilebilir. Romantik aşkı inceleyen ilk araştırmalardan biri, insanların hoşlanma ve aşık olmayı yansıttığını düşündükleri birçok ifadeyi toplayıp bunları ölçmek için ayrı ölçekler kullanmıştır. Hoşlanma ölçeğindeki maddeler, öteki kişinin hoşlanılabilir, saygıdeğer, hayranlık uyandıran, olgun ve uygun yargılarda bulunan biri olarak görülme derecesini göstermektedir. Aşk ölçeğindeki maddeler ise üç ana temayla ilgilidir; bağlılık duygusu ('Onsuz yapamam'), diğeri için fedakarlık yapma duygusu ('Onun için her şeyi yaparım') ve bir güven duygusudur ('hemen her konuda ona güvенеbileceğimi hissediyorum') (Ragland ve Saxon, 1985; Atkinson ve Atkinson, 1999).

Aşk ve sevgi arasında da birtakım farklar bulunduğunu söyleyebiliriz. Fromm'a (1995) göre, hem aşk hem de sevgi birer sanat olarak kabul edilir. Sevgi öğrenilebilen bir yaşama sanatı iken aşk, sanatçının sezgisinden olduğu gibi kendisinin de nasıl olduğunu bilmediği, birdenbire ortaya çıkan ve öğrenilemeyen bir sanattır. Sevgi, birdenbire değil, yavaş yavaş öğrenilebilir; oysa aşk nerede ve ne zaman olacağı bilinmeden başlayabilir. Bu bakımdan sevgi kontrol altına alınabilir ama aşkı kontrol altına almak pek mümkün değildir. Sevgi umutlandırır, ıstırap vermez, sevdikçe mutluluk artar, sevginin kendisinden kaynaklanan bir ıstırap söz konusu değildir; fakat sevilen ve sevenler, birbirlerine gelebilecek zarardan dolayı mutlaka üzüntü duyarlar. Sözgelimi anne çocuğu hastalanınca veya anne rahatsızlanınca çocuğu üzülür. Aşktaki durum daha farklıdır. Aşk, hür bir şekilde yaşanırken, bir taraftan da arttıkça, yoğunlaştıkça ıstırapı da artan ve aşıkları kendisine esir eden bir kuşatılmışlıktır; aşktaki ıstırap, aşkın özünde vardır. Aşk, duyguların kısıtlanmaksızın yaşandığı bir hürriyet alanıdır, ama sonunda aşkın esiri de olunabilir.

Özden'e (2007) göre de aşk ve sevgi arasında farklar vardır. Aşkını dile getirip getirmeme düşüncesi veya isteği bile bir iç çekişmeye dönüşüp aşığa ıstırap vermektedir. Çünkü aşkta bir gizlilik vardır, insanın içinde fırtınalar koparır. Belki de ıstırap vermesi bu saklılığından ve hırçınlığından dolaydır. Aşk bir taraftan da sevinç ve neşe kaynağıdır. Fakat özellikle ilgili kişiye anlatılmadığında, aktarılmadığında veya engellendiği durumlarda ıstırap vermektedir. Aşık bir tarafta mutluluğu duyarken, aşkını sevilene duyuramadığı veya duyurduğu takdirde olumsuz cevap alabileceği endişesinden dolayı tedirgindir. 'Aşk ateşi' veya 'aşkın yakıcılığı' deyimleri de aşktaki bu çile çekme durumundan dolayı söylenmiş olabilir. Ama bu bile aşığa lezzetli gelmektedir. Tüm sıkıntılara rağmen yine de aşk, tadanın vazgeçemediği, verdiği huzursuzluk ve rahatsızlıklar bile mutluluk olarak kabul edilen, huzur veren, güven kazandıran bir duygudur.

Aşkın yoruculuğuna karşı sevgi daha açıktır, bu yüzden daha munistir, dinlendiricidir. Bunlara rağmen belirtildiği gibi, aşkı sevgiden soyutlamak da mümkün değildir. Sevgiyi mutlaka aşk kelimesi ile birlikte kullanılmayabilir, fakat aşktan söz ediliyorsa, mutlaka sevgiden de söz etmek gerekir. Çünkü sevgisiz aşk olamaz (Özden, 2007).

2.1.2. Aşk Kuramları

Bilimsel bir inceleme alanı olarak aşkın, önceleri tek boyutlu bir yapı olarak ele alındığı görülmektedir. Daha yakın zamanlara gelindiğinde ise genellikle çok boyutlu aşk anlayışlarının alana egemen olduğu dikkati çekmektedir (Djikic ve Oatley, 2004; Hendrick, 1986; Myers ve Shurts, 2002).

Aşk olgusunun kapsamlı bir biçimde, psikoloji araştırmalarının konusu olması ile birçok yeni kuram ve model önerilmiştir: Rubin'in (1970, 1973) 'Aşk (love) ve Hoşlanma (liking)', Hatfield'in (1988) 'Tutkulu Aşk (passionate love) ve Arkadaşça Aşk (companionate love)', Sternberg'in (1986) 'Üçgen Aşk Kuramı' (Tringular Love Theory), 'Aşkın Sekiz Çeşidi' ile Lee'nin (1973, 1977, 1988) 'Aşk Tutumları (The Styles of Love)', Aron ve Aron'un (1996) 'kendiliği genişletme yaklaşımı'; Buss'un (1988) 'evrimsel yaklaşımı' bunlardan bazılarıdır (Büyüksahin, 2004: 60).

2.1.2.1. Rubin'in kuramı:

Rubin'e göre aşk, içerisinde bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bileşenleri barındıran bir çeşit tutum, kültürel bir olgudur; insanlar farklılaştıkça aşkın anlamı da farklılaşır (1970, 1974, 1978, 1988). Rubin (1973) arkadaşına duyulan hoşlanma ile sevgiliye duyulan aşkın, yakın ilişki içinde olduğunu ancak; farklı duygu, düşünce ve tutumlar içerdiğini belirtmektedir. Rubin sevgiliye duyulan aşk ile arkadaşına duyulan hoşlanma arasındaki farklılığı belirterek aşk üzerinde ilk önemli adımı atmıştır. Rubin aşkı, yakınlık (intimacy), gözetme (caring) ve bağlanma (attachment) gibi üç bileşeni içeren bir tutum olarak değerlendirmektedir (akt. Ercan, 2008).

Rubin, bağlanmayı başka biriyle olabildiğince bir arada olma ve ondan duygusal destek görme anlamında kullanır. Gözetme, bireyin karşısındaki kişinin mutluluğuyla, kendi mutluluğundan daha fazla ilgilenmesidir. Yakınlık ise diğer kişiyle sıkı bir bağ kurma, duygu ve düşüncelerini başkalarıyla olduğundan daha farklı biçimde paylaşmadır (Rubin, 1970; akt. Ercan, 2008).

2.1.2.2. İki etkenli aşk kuramı:

Bu kuram, ilk kez Walster ve Berscheid (1971) tarafından ortaya koyulmuştur. Onlara göre, korkmuş, kızmış, reddedilmiş bir insan, mutlu bir insan kadar aşık olmaya eğilimlidir. Aslında bu tür güçlü duygulara eşlik eden fizyolojik uyarılmayı yaşayan herkes, potansiyel olarak aşiktir. Örneğin, terfi etmenin taze heyecanı ile yeni biriyle tanışan bir kadın, ona aşık olmaya sıradan bir güne göre daha yatkındır. Aynı şekilde korkunç bir kaybın yasını tutan bir adamın aşık olma olasılığı da güçlüdür. Her iki durum da aşkın iki bileşeni ile ilgilidir: Uyarı ve etiket. Fizyolojik uyarıyla romantik etiketlerin, romantik aşk deneyimi üzerindeki ortak etkisi şöyle açıklanır: Bir kişinin tutkuyla sevebilmesi için, önce fiziksel olarak uyarılması gerekir. Bu da kendini kalp çarpıntıları, heyecandan titreme, kızarma ve hızlı soluk alıp verme şeklinde gösterir. Kişi bir kez uyarıldıktan sonra geriye bir tek bu duygular bütününe tutkulu bir aşk olduğuna inanmak kalır. Ondan sonra da gerçek aşkı yaşamış olur. Baştaki fiziksel bir uyarı ilgisiz bir deneyimden kaynaklanıyor bile olsa. Bir kere karşısındakiyle tanıştıktan, ona karşı bir çekim hissettikten ve bu deneyimi aşk olarak adlandırdıktan sonra, yaşadığı şey aşktır.

İki etkenli aşk kuramı, Schacter'ın (1964) duygulara ilişkin ve daha genel olan kuramından türetilmiştir. Bu kurama göre, tıpkı bir arabanın gideceği yere ulaşması için motoru çalıştırıp güzergahı belirlemek gerekiyorsa, belli bir duyguyu tanımlamak için de iki şeye ihtiyaç vardır. Bunlardan biri (ki bu motoru çalıştırmaya benzer) genel bir uyarılmışlık halidir. Bu bütün güçlü duygular için geçerlidir. Bununla birlikte kalbin hızlı hızlı atması ve soluk soluğa kalmak gibi fizyolojik tepkileri de içerir. İkincisi (ki bu arabanın direksiyonunu bir yöne kırmaya benzer), uyarıyı açıklayan aşk, öfke, korku, kıskançlık gibi duygusal bir etikettir. Farklı durumlar karşısında hissedilecekler, yani farklı uyarı hallerinin etiketleri ebeveynlerden, öğretmenlerden, arkadaşlardan, medyadan ve kişisel deneyimlerden öğrenilir. Bunu bir örnekle açıklayacak olursak, iki durum düşünelim; her iki durumda da işin içinde fizyolojik uyarı hali aynı olduğu halde, sevdiğimiz bir arkadaşımız bizi ziyarete gelince memnun oluruz. Ancak karanlık bir sokakta takip edilirken kaygı duyarız. Ne hissetmemiz gerektiğini bilmek, gerçekte ne hissettiğimizi de önemli ölçüde etkiler.

Uzun ve ciddi bir ilişkiden çıkmış birinin hiç vakit kaybetmeden yeni bir ilişkiye atılması durumu bilinmektedir. Kendini korunmasız ve yalnız hisseden ve bu yalnızlıkla baş edemeyen kişi, umutsuzca yeniden çift olmanın yollarını arar (Pines, 2010). Bu Türk kültüründe, sahip olduğu tutumu '*çivi çiviyi söker*' atasözüyle açıklayarak yeni bir ilişkiye yönelen bireylerin durumudur. Burada yeni tanışılan biri varsa, yoğun duygulara farklı bir etiket yapıştırılır. Yeni tanıştığım insandan etkilendim, ondan hoşlanıyorum gibi.

Ölüm tehdidi, savaş aşkı olgusunu doğurur. Buna ilişkin birçok örnek Körfez savaşı sırasında İsrail'de olmuştur. Henüz tanışmış çiftlerin, yıllardır birlikte olan, boşanmış veya ayrılmış çiftlerin ilişkileri sığınaklarda uzun saatler geçirdikten sonra perçinlenmiştir (Pines, 2010). Fizyolojik uyarılmanın ya da olağanüstü koşulların etkisi olduğu gibi uzun saatler bir arada bulunma durumundan kaynaklanan 'aşkta aşinalığın etkisi' de göz ardı edilmemelidir.

Kendini kaçırın kişiye aşık olan rehinelere hikayeleri insanları daima şaşırtmıştır; heyecanlı tatiller ve alışılmadık maceralar sırasında başlayan aşk hikayeleri ilgiyle karşılanır. Pek çok kişi ilkbahar aşkı olgusuna şahsen aşınadır. Bu aşk, kışın uzun ve kasvetli günlerden sonra, güneşle, açan çiçeklerle, temiz havayla birlikte, baharın ilk

günlerinde kendini gösterir. Yaşamdaki bütün önemli değişiklikler uyarıya yol açar. Okula ya da yeni bir işe başlamak gibi heyecanlı ama kaygı verici bir değişiklikten, taşınmaya veya sevilen birini kaybetmeye kadar hayattaki bütün büyük değişiklikler aşık olma olasılığını artırır (Pines, 2010).

Geçtiğimiz otuz yılda, uyarılmanın romantik çekim üzerindeki etkisini belgeleyen önemli araştırmalar yapılmıştır. Bunlardan pek çoğunu Arthur Aron yönetmiştir. Aron'a (1989) göre, insanlar zor kullanımı, gizem, yalnızlık veya diğer güçlü duyguları barındıran alışılmadık ve heyecanlı deneyimleri yaşadığında, bu esnada tanıştıkları kişilere karşı daha fazla romantik çekim hissetmektedir.

Aron (1989) böyle bir çıkarsamanın deneyini laboratuvar ortamında yaratabilmek için rol oynama tekniğinden yararlanmıştır. Araştırmada erkek öğrenciler, düşman tarafından esir alınan askerleri canlandırmıştır. Askerler, sorgucu rolündeki çekici bir kadın araştırma görevlisinden işkence görüp, ordu sırlarını vermeye zorlanmıştır. Sorgucu, askerlere, gözlerine 'asit' (aslinsa su) damlatarak 'işkence' etmiştir. Deneklerden asidin dayanılmaz acılar verdiğini, gözlerini yaktığını, işkence devam ederse beyinlerini yakıp onları korkunç bir biçimde öldüreceğini hayal etmeleri ve 'asit' gözlerine değdikçe bağırma istenmiştir. Kendilerini rollerine kaptırıp ter döken öğrenciler, sonradan feci bir korku duyduklarını anlatmıştır. Kadın araştırma görevlisinin bile her gün altı askere 'işkence' yaptıktan sonra sakinleştirilmesi gerekmiştir. Yine esir düşmüş askerleri oynayan kontrol grubundaysa gözlere su damlatılmış, ancak onlara suyun, sorgulamanın en kolay ilk aşamasını temsil ettiği söylenmiştir. Sonuçlar Aron'un tahmin ettiği gibi olmuştur: Tüpler ürperten 'işkenceler'e maruz kalan genç erkekler, sorgucularına karşı daha fazla çekim duymuştur; onu öpme ve ona yakın olma arzusu duyduklarını dile getirmiştir. Ayrıca, sonradan yazdıkları öykülerde daha fazla erotik ve romantik tema bulunmuştur.

Uyarılmanın romantik çekim üzerindeki etkisini ortaya çıkarmak için yapılan diğer deney ise, Dutton ve Aron (1974) tarafından yapılmıştır. Vancouver'daki (British Columbia) Capilano Nehri'nin üzerindeki iki köprü kullanılmıştır. Deney köprüsü Capilano Kanyonu asma köprüsüdür. Capilano Kanyonu'nu kat eden çelik hatlara tutturulmuş ahşap plakalardan oluşan köprü 1.5 metre genişliğinde, 137 metre uzunluğundadır. Köprü'nün uyarıcı etkisi yaratan pek çok özelliği vardır: Yan yatar, hem ileri geri, hem sağa sola sallanır insana her an düşecekmiş izlenimini verir; çelik

halattan yapılma alçak korkulukları da bu izlenimi pekiştirir. 70 metre aşağıda kayalar ve sığ ama hızlı bir akıntı vardır. Kontrol köprüsü, nehrin biraz daha yukarısında, sağlam, ahşap bir köprüdür. Ufak sığ bir derenin üzerinde bulunan bu köprünün yüksekliği yalnızca 3 metredir, korkulukları yüksektir ve ne yan yatar ne de sallanır. Köprüden geçen erkek denekleri karşıda çekici genç bir kadın karşılamıştır. Araştırma görevlisi olan kadın, araştırmanın hipotezinden habersizdir. Deneklere, psikoloji dersi için güzel manzaraların yaratıcılığın dışavurumu üzerindeki etkisiyle ilgili bir ödev hazırladığını açıklar, sonra da denekten kısa bir anketi yanıtlamasını ister. Anketin bir bölümünde denekten bir kadın fotoğrafına dayanarak kısa bir hikaye yazması istenir. Fotoğraf, Tematik Algı Testi (TAT) denen projektif bir testin parçasıdır.



Şekil 1. Tematik Algı Testi (TAT) kartından esinlenen bir resim.

Bütün projektif testlerde olduğu gibi, varsayılan, herkesin resmi kendi psikolojik süzgeçlerine göre farklı bir şekilde göreceği ve resmi açıklarken kendi benlik algısını yansıtacağıdır. Örneğin deneklerden biri kadının cinsel olarak aktif olduğunu düşünüp, ‘sabaha kadar seviştikten sonra yataktan kalkmış; gün ışığı gözünü almış’ derken, bir diğeri cinselliğin adını anmayıp, ‘Çok kötü bir rüya görmüş, onun etkisini üzerinden atmaya çalışıyor,’ veya ‘Bütün gün çalışmış, eve yeni gelmiş, fena halde başı ağrıyor,’ diyebilir.

Denekler anketi doldurduktan sonra araştırma görevlisi onlara teşekkür etmiş ve daha geniş bir zamanda deneyi daha ayrıntılı bir şekilde açıklayabileceğini belirtmiştir. Kopardığı kağıt parçasına ismiyle telefon numarasını yazmış, konuşmak isteyen

deneklerin onu arayabileceğini söylemiştir. Arayanları sınıflandırmak için, asma köprüden geçenlere adının Gloria; güvenli, ahşap köprüden geçenlere ise adının Dona olduğunu söylemiştir. Elleri ayaklarına dolaşarak asma köprüden geçen erkeklerin yazdığı öykülerin, ahşap köprüden geçenlerinkinden çok daha fazla cinsel ve romantik tema içerdiği görülmüştür. Fazla uyarılmış olan bu erkekler, sallanan köprüünün ucunda kendilerine anket yapan genç kadına karşı romantik çekim duymaya ve onunla ilgilenmeye de daha yatkındır. Bu, ‘araştırma hakkında daha fazla bilgi almak için’ Gloria’yı arayan erkeklerin sayısının çok daha fazla (sekiz kat) olmasından bellidir. Peki araştırmaya değil de Gloria’yla ilgilendikleri nereden bilinebilir? Bilinir, çünkü kontrol amacıyla her iki köprüde aynı deneyi uygulayan erkek araştırma görevlisine telefon eden erkek denek olmamıştır (akt. Pines, 2010).

Uyarılmanın afrodizyak etkisi nereden kaynaklanır? Bunun bir açıklaması, *hatalı atıftur*: Uyarılmışlık hali, yanlılıkla cinsel uyarılmışlık olarak yorumlanır; halbuki Capilano Köprüsü’nü geçen genç erkeklerle olduğu gibi, yaşanan duygu olan korku bir başka durumla bağlantılıdır (Kellerman, Lewis ve Lard, 1989). Bir diğer açıklama *uyarı transferidir*: Beklenen elektrik şoku gibi bir uyarı çekici bir kadının yarattığı uyarıya eklenir. Üçüncü aşama, *tepki kolaylığıdır*: Örneğin yerinde koşmanın yarattığı uyarılmışlık durumu bütün tepkilerimizi yoğunlaştırır. Uyarıldığımız zaman, uyarının kaynağı da, bu kaynağın farkında olup olmamamız da önemsizdir. Uyarılma bir romantik eş adayına duyduğumuz çekim de dahil, doğal tepkimizi otomatik olarak güçlendirir (Allen, Kenrich, Linder ve McCall, 1985).

Romantik çekime yol açan uyarının korku ya da kaygı olması gerekmez. Cinsel uyarının da benzer fonksiyona sahip olduğunu söyleyebiliriz. Bunu Stephan, Berscheid ve Walster (1971) deneylerinde görebiliriz. Üniversitedeki beraberliklerle ilgili bir araştırmaya gönüllü olarak katılan erkek öğrencilere o akşam birlikte zaman geçirecekleri kızı beklerken okuyacakları bir öykü verilmiştir. Deneklerden yarısı erotik bir öykü okurken diğerleri martıların yaşamıyla ilgili sıkıcı bir öykü okumuştur. Her iki gruba da aynı kızın resmi gösterilmiş ve kız aktif, zeki, uyumlu ve özgür düşünceli olarak tasvir edilmiştir. Resimdeyse çekici bir sarışın vardır. Öyküleri okuduktan sonra erkeklere sevgilileri hakkında ne düşündükleri sorulmuştur. Yanıtlar çözümlendiğinde, cinsel açıdan uyarılmış olan erkeklerin, kadını daha çekici ve seksi bulduğu görülmüştür. Buna ilaveten, cinsel açıdan

uyarılmış olan erkekler, kendi kız arkadaşlarına karşı da daha fazla çekim duyduklarını da açıklamıştır.

İnsanlar sinemaya gittiğinde de uyarılır. Kimileri bu uyarıyı çekime dönüştürür. Cohen, Waugh ve Place (1989) tarafından yapılan, gözleme dayalı ilginç bir araştırmada sinemaya giden çiftlerin filme girmeden önceki ve çıktıktan sonraki gerek sözlü, gerek fiziksel aşk ve şefkat ifadeleri kaydedilmiştir. Çiftlerin bir kısmı bir aksiyon filmine gitmiş, bir kısmıysa daha az uyarıcı bir filmi izlemiştir. Aksiyon filmine giden çiftlerin filmden çıktıktan sonra birbirlerine daha şefkatli davrandıkları görülmüştür. Öteki filmin çiftlerin birbirine olan sevgi gösterisi üzerine bir etkisi olmamıştır.

Cinsel çekime dönüşen bir diğer güçlü duygu da öfkedir. Bu iki üniversite sınıfının karşılaştırılmasıyla kanıtlanmıştır. Sınıflardan birine profesör, son sınavdaki başarısızlıklarından ötürü öğrencileri fena halde azarlayarak sinirlendirmiştir. İkinci sınıfı da kontrol grubu olarak kullanmıştır. Öfkeli grubun izdüşümsel bir testte yazdığı öykülerin cinsel içeriği, kontrol grubundaki öğrencilere göre çok daha fazla uyarılmış olduklarını göstermiştir (Barclay ve Haber, 1965).

2.1.2.3. Aşamalı aşk kuramları

İki aşamalı aşk kuramına göre, aşık olmak iki aşamalı bir eleme sürecidir. İnsanlar önce kendilerine uygun olmayan adayları eler; tanıştıklarında onları dikkate almaz ve hemen unuturlar. Buna tipik bir örnek yaş elemesidir. Gençlerin birçoğu kendilerinden büyükleri fark etmezler bile, çünkü onları romantik eş adayı olarak algılamazlar. Birisi seçim kriterlerine uymuyorsa fark edilmez. Dolayısıyla uygun olmayanlar görünmez hale gelir. Buradaki otomatik eleme, uygun eş adaylarını içeren kategoriyi dayatan toplumsal normlardan etkilenir. İkinci aşamada uygun olduğuna karar verilen adayların arasından en uygunu seçilir. Çoğu toplumda, özgeçmiş ve toplumsal varlıklar bakımından benzerlikler ana seçim ölçütü olarak kullanılır. Toplumsal normlara göre, çiftlerin aynı ırktan, toplumsal ve ekonomik sınıftan, dinden ve yaş grubundan olması tercih edilir. Aşk, ancak bu toplumsal eleme süreci tamamlanıp uygun bir aday bulunduktan sonra ortaya çıkabilir (Rodin, 1987).

En ünlü üç aşamalı aşk kuramı Murstein (1976) tarafından ortaya atılmıştır. Bu kurama göre bir aşk ilişkisinin ilk aşaması olan ‘uyarı’ aşamasında en büyük etkiye dış görünüş gibi harici özellikler sahiptir. İkinci aşama olan ‘değer’ aşamasında çekim, esasen değerler ve ilgi alanlarındaki benzerliğe dayanır. Üçüncü ve son aşama olan ‘rol’ aşamasında çift, kimliklerine ilişkin rolleriyle bir çift olarak işlevsel olup olmadığını sorgular. Bir kadın ve bir erkek romantik ilişki içindeyken tutumlarının benzer olduğunu hissedersen aralarındaki çekim artar. Her iki taraf da diğerinin kendi beklentilerine uygun davrandığını ve ihtiyaçlarının birbirini tamamladığını görürse, ilişkinin tatmin düzeyi bir hayli yüksek olur.

Diğer aşamalı aşk kuramı Backman (1981) tarafından açıklanmıştır ve aşık olmanın dört aşamasından söz eder. Bu kuram (derin psikolojik ihtiyaçların uyumluluğundan ziyade) ödüller, roller, ve normlar üzerinde odaklıdır. Bir romantik ilişki şu aşamalardan geçer: İlk aşama olan ‘keşif’ aşamasında ilişkinin kar-zarar durumu değerlendirilir. İkinci aşama olan ‘pazarlık’ aşamasında ilişki tanımlanır ve her iki eşe de en çok getiriye sağlayan davranışlar öğrenilir. Üçüncü aşama olan ‘bağlanma’ aşamasında eşler birbiriyle giderek daha fazla ilgilendikçe aralarında karşılıklı bağımlılık gelişir. Son aşama olan ‘resmileştirme’ aşamasında hem çift hem de çiftin sosyal çevresi, toplumun ilişkiyi onayladığı görüşüne sahiptir. Bu kuramda dikkat çeken bir nokta vardır ki; aşk hiçbir aşamasında yer almamıştır. İlişki, kuralları olan bir ekonomik strateji unsuru gibi açıklanmıştır.

Çok aşamalı bir diğer aşk kuramı Lewis (1973) tarafından açıklanmıştır. Buna göre, bütün romantik ilişkiler benzerliğe dayanan, rahatlık ve yakınlık hisleri uyandıran bir çekimle başlar. Çiftler birbirlerinin yanında kendilerini rahat ve yakın hissettikçe daha derinlerdeki sorunlarını ve ihtiyaçlarını açığa vurmaya başlar. Bu açılma aşamasında empati kurdukları ve karşıdan empati gördükleri takdirde ilişki diğer aşamalara doğru ilerleyebilir. Bir aşk ilişkisinin diğer aşamaları, çift olmanın gerekleriyle ilgili rollerde uyumluluğu, ilişkiye bağlılığı ve çift olarak kimlik geliştirmeyi gerektirir.

En karmaşık ve kapsamlı çok aşamalı aşk kuramlarından biri Ziv (1993) tarafından ortaya atılmıştır. Kuram genç, yaşlı, evli, bekar, kadın ve erkeklerle yapılan görüşmelere dayanmaktadır. Bu kişilerden aşık olma deneyimlerini tasvir etmeleri istenmiştir. Görüşmeler çözümlendiğinde aşık olmanın duygusal, davranışsal,

zihinsel ve toplumsal bileşenleri olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bileşenler dört aşamalı bir aşık olma modelinde toplanmıştır:

İlk aşama olan ‘çekim’ aşaması, geçmiş deneyimlerden ve eşlerin fiziksel özelliklerinden, özellikle güzellikten etkilenir. İkinci aşama olan ‘inceleme’ aşamasında eşler toplumsal uyumluluklarını (toplumsal ve ekonomik durum), entelektüel uyumluluklarını (eğitim ve ilgi alanları) ve duygusal uyumluluklarını (birbirlerinin yanında kendilerini rahat hissediyorlar mı?) gözden geçirir. Her iki taraf da bunun bir deneme aşaması olduğunun farkında olduğundan, mümkün olduğunca olumlu bir imaj çizmeye çalışırlar. Üçüncü aşama olan ‘kendini açma’ aşamasında, daha derindeki olumlu, olumsuz düşünceler ve duygular ortaya çıktıkça yakınlık oluşur. Dördüncü ve son aşama olan ‘karşılıklı beklentiler’ aşamasında, her iki taraf da karşısındakinin beklentilerini öğrenir ve her alanda (ekonomik, toplumsal ve cinsel) bu beklentilere karşılık vermek için bilinçli bir çaba gösterir.

Ziv’e (1993) göre, iki kişi tanıştığında aralarında çekim varsa romantik ilişki başlar; yoksa başlamaz. İlişki ilerleyip çiftler birbirini inceledikçe, ortada toplumsal, entelektüel veya duygusal uyumluluk yoksa ilişki biter. Uyumluluk varsa ilişki dönüşmeye devam eder. Yakınlık kuruldukça çiftler birbirlerine zaafalarını ve olumsuz yönlerini açmaya başlar. Taraflardan biri ortaya çıkan bu yeni şeyleri anlamadığı ve bunlardan ürküttüğü takdirde ilişki biter. Birbirlerini anladıkları ve bu zaafalara empatiyle yaklaştıkları sürece, ilişki karşılıklı beklentiler aşamasına geçebilir. Eşler birbirinin ihtiyaçlarını ve beklentilerini karşılamıyorsa ilişki bitirilir. Her iki tarafın da ihtiyaçları ve beklentileri karşılanıyorsa sonuç aşk, yani her iki tarafın da bağımsızlığına saygılı, karşılıklı bağlılıktır.

2.1.2.4. Hatfield’in kuramı:

Hatfield’in kuramına göre, tutkulu aşk ve arkadaşça aşk olmak üzere iki tür aşk vardır. Bu sınıflamanın aşkla ilgili en genel sınıflama türü olduğu söylenebilir.

Hatfield (1988)’e göre tutkulu aşk diğeri ile bir bütün olmaya duyulan yoğun isteği ifade eder. Bireyin sevgilisine ulaşması mutluluk, heyecan, fiziksel uyarılma ve cinsel doyum sağlar. Sevgilisinden ayrı kalması ise endişe, kıskançlık, kuşku, acı ve düş kırıklığıyla sonuçlanır. Böyle bir aşk, en azından bir süre, kişinin bütün varlığına

etki edecektir. Arkadaşça aşk ise, sevgilinin mutluluğu için çaba gösterme, onunla ilgilenme, karşılıklı olarak kendini açma, paylaşma, anlayış, gözetme, şefkat ve derin duygusal yakınlık içeren bir durumdur (akt. Ercan, 2008).

Hatfield kuramında tutkulu aşkın ortaya çıkmasında yoğun duyguların, uygun bir aşk nesnesinin, kültürel inançların ve öğrenmenin etkisini vurgular. Tutkulu aşk özellikle romantik ilişkilerin ilk zamanlarında yoğun olarak yaşanır, arkadaşça aşk ise paylaşılan duygu ve deneyimlerle zaman içinde gelişir (Hatfield 1988; Hatfield ve Rapson, 1996; Hatfield ve Sprecher, 1986; akt. Ercan, 2008).

Hatfield ve Walster bilişsel, duyuşsal ve davranışsal boyutları olan “Tutkulu Aşk Ölçeği”ni (Passionate Love Scale) geliştirmişlerdir. Bu ölçeğin bilişsel bileşenlerini sevgiliye ilişkin yoğun düşünceler, sevgiliyi ya da ilişkiyi idealleştirme ve sevgiliyi tanıma ve onun tarafından tanınma isteği oluşturmaktadır. Duygusal bileşenlerini sevgiliye yönelik cinsel çekim, ilişki iyi gittiğinde hissedilen olumlu, kötü gittiğinde hissedilen olumsuz duygular, sevilme, tam ve kalıcı bütünleşme isteği ile psikolojik uyarılma oluşturur. Ölçeğin davranışsal bileşenleri ise sevgilinin duygularını anlamak için eylemde bulunma, sevgili için çalışma, sevgiliye hizmet etme ve fiziksel yakınlık kurmayı içerir (Berscheid ve Walster, 1978; Hatfield, 1988).

2.1.2.5. Sternberg’in üçgen aşk kuramı:

Aşk konusunda yoğun araştırmalar yapan Robert J. Sternberg, “Üçgen Aşk Kuramı”nı önermiştir. Sternberg’in kuramında aşkın üç bileşeni bulunmaktadır: Yakınlık (intimacy), tutku (passion) ve karar/bağlılık (decision, commitment). Yakınlık bileşeni kişinin aşk ilişkisinde yaşadığı bağlılık, paylaşım, kendini açma gibi olguları içerir. Tutku bileşeni ilişkinin romantizme, fiziksel çekiciliğe ve cinsel birlikteliğe yol açan güdüsel yönünü oluşturur. Karar/bağlılık bileşeni kısa bir zaman diliminde birinin diğerini sevme kararına, devam eden süreçte ise, bu aşkı sürdürmek amacıyla ona olan bağlılığını devam ettirmesine işaret eder. Sternberg, aşk ilişkilerini bu üç bileşenden hangisinin ne kadar içerdiklerine bağlı olarak sınıflamış ve sekiz farklı aşk türünden söz etmiştir (Sternberg, 1986, 1988, 1998; Sternberg ve Grajek, 1984). Bunlar aşağıdaki gibi özetlenebilir:

Hoşlanma (Liking): Karar/bağlılık ve tutku bileşenleri olmaksızın yakınlık bileşeninin egemen olduğu ilişkilerdir. Kişi karşısındakine yakınlık hisseder ama belirli bir tutku ya da uzun süreli bir bağlılık hissetmez. Bu durum tam olarak arkadaşlık tanımlarında yer alan duygu ve deneyimleri ifade eder.

Delicesine Aşk (Infatuation): Karar/bağlılık ve yakınlık bileşenleri olmaksızın tutku bileşeninin bulunduğu ilişkilerdir. Kişinin aşk nesnesinden fiziksel ve zihinsel olarak uyarılması ön plandadır ve genellikle kısa süreli yaşanır. “İlk görüşte aşk” bu sınıfa girer. Kişi gerçekte karşısında olana değil, idealize ettiği kişiye aşıktır ve bu durum onda saplantı haline dönüşmüştür.

Romantik Aşk (Romantic Love): Karar/bağlılık bileşeni olmaksızın yakınlık ve tutku bileşenlerinin bulunduğu ilişkilerdir. Beğenmenin yanı sıra kişilerin birbirlerine karşı fiziksel ve diğer açılardan çekici gelmesi durumunda oluşur. Çiftlerin birbirine karşı hem fiziksel hem de duygusal olarak ilgi duyması gerekir. Bununla birlikte bu tür aşkta gelecekte birlikte olmama durumu söz konusu olabilir (örneğin, yaz aşkları oldukça romantik olabilir; ancak yaz bittikten sonra devam etmez). Bu açıdan Romeo ve Juliet’in aşkı romantik bir aşıktır. Her ikisi de birbirlerini tutkulu bir şekilde severler ancak aşklarının sonu belirsizdir. Delicesine aşk ile romantik aşk birbirine benzetilebilir; ancak romantik aşkta her iki tarafın da birbirlerine karşı tutku ve yakınlık içeren hisleri vardır. Delicesine aşkta ise, yalnızca tek taraflı bir tutku vardır. Bazen tutku unsurunun da etkin olması koşuluyla yakın arkadaşlıklar bir süre sonra romantik aşka dönüşebilir.

Aptalca Aşk (Fatuuous Love): Yakınlık bileşeni olmaksızın karar/bağlılık ve tutku bileşenlerinin fazlasıyla bulunduğu ilişkilerdir. Hollywood tarzı bir aşıktır; filmlerde izlediğimiz şekilde insanlar tanışıp, ardından kısa bir süre içinde evlenirler. Yakınlık göz ardı edilip tutkuya dayalı bir bağlılık yaratılır. Tutkuyu ilişkilerinin temeline yerleştirirler, ancak tutku azaldığında hayal kırıklığı yaşanır. Buna bağlı olarak aptalca aşk, stresin oluşmasına uygun bir ortam yaratır. Sadece tutku üzerine yoğunlaşarak diğer unsurlara yeteri kadar önem verilmemesi sorun yaratmıştır. Zaman içinde tutku ortadan kalkınca geriye yalnızca bağlılık da kalabilir.

Arkadaşça Aşk (Companionate): Tutku bileşeni olmaksızın karar/bağlılık ve yakınlık bileşenlerinin hüküm sürdüğü ilişkilerdir. Uzun süren bir arkadaşlık ilişkisine benzer. Genellikle uzun süreli ilişkilerde ve evliliğin ilerleyen yıllarında görülür. Bu aşk

türünde başlangıçta tutku var olsa bile zaman içinde kaybolur. Tutku belki de uzun zaman sonra ilişkide derinden hissedilen bağlılığa dönüşür. Bireylerin ‘arkadaşlığa dönüşen ilişkileri yaşamak’ düşüncesine alışmaları kişiden kişiye değişir; bu durumu kabullenmek bazıları için kolay, diğerleri içinse zordur. Kimi insan yaşamında romantizm olmadan yaşayamaz. Yeniden romantizm bulmak için yeni aşk aramaya çıkanlar olabilir, ancak bilinmesi gerekir ki, ilişkiler dönüp dolaşıp yine arkadaşça bir hal alacaktır.

Boş Aşk (Empty Love): Tutku ve yakınlık bileşenleri olmaksızın karar/bağlılık düzeyinin yüksek seyrettiği ilişkilerdir. Bir kişinin bir başka kişiyi sevdiğine karar vermesi ve bu aşkı devam ettirmesidir. Ancak ilişkinin yakınlık ve tutku barındırmaması sonucu boş aşk ortaya çıkar. Uzun yıllar süren, ancak doğal duygusal içeriklerin ve fiziksel çekimin zaman içinde yok olduğu ilişki ve evlilikler bu tür aşka örnek olarak verilebilir.

Mükemmel Aşk (Consummate Love): Her üç bileşenin yani karar/bağlılık, yakınlık ve tutkunun bir arada bulunduğu ve üçü arasında dengenin kurulduğu ilişkilerdir. Özellikle romantik ilişkilerde birçok insanın arzuladığı aşk türüdür. Mükemmel aşkı yaşamak zordur, ancak bu tür bir aşkı elde tutmak onu yaşamaktan daha zordur. Birçok aşk ilişkisinde bu tür bir aşk yaşamak için uğraşılmaz, daha çok kişi, kendisi için önemli olan ilişkilerde mükemmel aşkı en iyi şekilde yaşamak ister.

Aşksızlık (Nonlove): Yukarıdaki yedi çeşit aşk ilişkisi dışında Sternberg (1988), aşkın üç bileşeninin de bulunmadığı aşksızlık durumundan da söz eder. Bu tür ilişki, bildiğimiz ve yaşadığımız kişiler arası ilişkilere iyi birer örnektir. Kişiler arası ilişkilerin büyük çoğunluğunu aşksızlık oluşturur. Bu tür ilişkiler daha çok nedensel etkileşimimizi içerir, hatta çoğu zaman arkadaşlık bile söz konusu değildir. Bu ilişkiler zorunlu ilişkilerdir. Bir ilişkinin başarısı çiftlerin sahip olduğu aşk tipinin birbirine uygun olmasına bağlıdır. Aşk ilişkilerinde ortaya çıkan problemler, Sternberg’e göre bu bileşenlerin birbirine uymamasına ve zamanla her bir bileşenin oranında meydana gelen azalmayla ilgilidir (Papalia ve Sally, 1988; Atkinson, 1999).

2.1.2.6. Lee'nin aşk kuramı:

Kanadalı bir sosyolog olan John Alan Lee'nin kuramı, yoğun bir alanyazın taramasına ve farklı yaş gruplarından ve cinsiyetten bireylerle yapılan görüşmelerin nitel analizine dayanır (Lee, 1974). Lee, farklı kişilerin 'Seni seviyorum' (I love you) sözlerini farklı yorumladıklarına dikkat çekmiş ve zamanının popüler tek boyutlu aşk anlayışını reddetmiştir. Ona göre aşk doğal bir davranış değil, öğrenilmiş bir yaşantıdır. Ebeveynler, akranlar, kültürel etkiler ve tarihsel değerler bireylerin aşka ilişkin geliştirdikleri değerlerin şekillenmesinde önemli rol oynar. Aşkın türleri yaşam biçimlerine benzer, değişebilir ve tercih edilebilirler (Lee, 1973).

Lee kuramını yapılandırmacı bir yaklaşım çerçevesinde inşa etmiş ve kuramını açıklarken renk analogisinden yararlanmıştı. O, doğada üç temel renk olduğunu hatırlatır: Kırmızı, sarı ve mavi. Diğer bütün renkler, bu üç temel rengin farklı oranda karışımlarından meydana gelir. Benzer şekilde hiçbirini diğerine indirgemeyen üç temel/birincil aşk tutumu vardır: Tutkulu aşk (eros), oyun gibi aşk (ludus) ve arkadaşça aşk (storge). Bunların ikili bileşimleri, ikincil aşk tutumlarını ortaya çıkarır: Bunlardan mantıklı aşk (pragma), arkadaşça aşk ve oyun gibi aşk; sahiplenici aşk (mania), tutkulu aşk ve oyun gibi aşk; özgeci aşk (agape) ise tutkulu aşk ve arkadaşça aşk türlerinin bileşimidir.

Temel renkler diğer renklerden üstün değildir; kırmızı turuncudan daha az ya da daha çok renkli veya daha az ya da daha çok değerli değildir. Aynı şekilde birincil aşk tutumları da diğer aşk tutumlarından daha iyi ya da kötü, daha az ya da çok değerli değildir (Akt: Büyükşahin, 2004). Kuşkusuz renklerde olduğu gibi, bu aşk türlerinden de farklı bileşimler oluşturmak mümkündür.

(Lee, 1974, 1988; Lasswell ve Lasswell, 1976) aşk tutumlarını aşağıdaki gibi özetlemiştir:

Tutkulu aşk (Eros): Fiziksel çekiciliğin ön planda tutulduğu aşk türüdür. Genellikle çok güçlü bir fiziksel çekimle başlar ve cinsel yakınlık önemlidir. Kişiler tercih ettikleri fiziksel özellikleri tanımlayabilirler. Bu nedenle tutkulu bir aşığı kişisel ya da entelektüel niteliklerin daha önemli olduğuna ikna etmeye çalışmak anlamsızdır. Buradaki eros kullanımını sadece cinsel çekimi değil ideal güzellik arayışını da dile getirir. Bu aşk türünü tercih eden aşıklar ilk görüşte aşka inanırlar ve aşık olmak çok arzulan bir durumdur. Aşık olduklarında kendilerini on yaş genç hissederler,

deliksiz uyurlar, tazelenmiş ve dinlenmiş olarak uyanırlar. Bu aşıklar genelde tek eşlidirler ve bir aşkı bitirmeden diğerine başlamazlar. Onlar için ilk görüşme, ilk öpücük gibi olayların bütün detaylarını hatırlamak önemlidir ve aynısını partnerlerinden de beklerler. Bu tür aşıklar partnerlerini memnun etmek için sürekli yeni yollar ararlar ve her zaman ellerinden gelenin en iyisini sergilerler. Aynı zamanda kendisi ile ilgili her şeyi ortaya koymak ister ve aynısını partnerinden de beklerler. Sevgilisinin bir parçası olmak ister. Çok ve hızlı aşık olurlar, bununla birlikte ayrılıkları sancılı ve yıkıcı olur. Böyle bir ilişkide başlangıçtaki beklentiler ve fiziksel ideallerin üstesinden gelinebilirse, yakınlık arzusu ilişkinin yıllarca devam etmesini sağlayabilir. Bunların yanında başarılı bir tutkulu aşkın temel bileşeni kendine güvendir. Kişinin ilişkide başarıyı yakalaması için kendini karşısındakine açma konusunda güven duygusuna sahip olması gerekir. Tutkulu aşıklar, aşk için risk almaya hazırdırlar ancak duygusal aşırılıklardan kendilerini sakınırlar. Onlar için aşk önemlidir fakat bu konuda saplantılı olmanın gerekmediğine inanırlar. Benzersiz ilişkileri tercih ederler ancak bunu zorla talep etmezler. Nadiren sahiplenici ya da kıskançtırlar. Tutkulu aşıklar ilişkilerinde uyum arar, ilişkilerinin gelişimi ve kontrolünü paylaşmak isterler. Sevecen ve iletişime açıktırlar. Bununla birlikte ideal bir güzellik kavramına bağlı oldukları için hayal kırıklığı yaşamaları olasıdır.

Oyun gibi aşk (Ludus): Eğlencenin ön planda olduğu, görece kısa süreli aşk türüdür. Aşkı oyun gibi görenler sevgilileri ile vakit geçirmekten hoşlanırlar. Bu aşk tutumuna sahip olan aşıklar, karşısındaki kişi bir oyunmuşçasına aşkla oynayan, benmerkezci aktörlerdir. En az bedelle en büyük ödülleri kazanmaya çalışırlar. Stratejilerden hoşlanırlar ve aynı anda birden çok kişiyle romantik ilişki sürdürüyor olabilirler. Fakat herhangi birine bağlanmayı, vaatte bulunmayı, kendilerine bağlanılmasını ve çok fazla yakınlaşmayı istemezler. Oyun gibi aşkta kişiler aynı anda birden fazla kişiyle birlikte olabilirler. Beraber olmaktan hoşlandıkları ideal bir fiziksel tip tanımlayamazlar; bedenler arası farklılıklara dikkat eder fakat bunu özelleştirmezler. Sevdiği kadın/erkek yanında olmadığı zaman yanındaki kadını/erkeği severler. Birlikte oldukları kişilere yaşantılarında çok yer vermedikleri, geleceğe ilişkin beklenti oluşturmaksızın ilişkilerini devam ettirmeye çalıştıkları için, diğer tipler, oyun gibi aşkı bir aşk çeşidi olarak kabul etmeyebilirler. Örneğin tutkulu tipler oyun gibi aşkta bağlılığın olmayışını küçümserler, daha geleneksel tipler haz odaklı ve rastgele cinsel ilişkiyi içerdiğini düşünüp eleştirirler. Bununla birlikte oyun

gibi aşk basit bir cinsel birliktelikten oluşmaz. Gerçekte cinsel haz, oyun gibi aşka harcanan zaman ve çabanın çok küçük bir kısmını oluşturur. Doyum sadece ödülü almaktan değil, oyun oynamanın kendisinden gelir. Aşkı oyun gibi gören biri çok fazla kural, strateji ve beceriye gereksinim duyar. Çünkü bu aşk tutumu, içerisinde bir dizi güçlüğü ve çözülmesi gereken bulmacayı barındıran bir oyun şeklindedir. Her oyunda kandırma olabileceği gibi aşkı oyun gibi görenler de aldatmayı oyunun bir parçası olarak kabul ederler ve bunu yaparken aslında dürüst olduklarını düşünürler. Ayrıca eski sevgilinin zorluklarıyla baş etmek yerine yeni bir partner bulmayı tercih edebilirler. Bu tarz bir aşkın sevgilisi olmak eğlencelidir ancak uzun süreli bir ilişki için uygun değildir. Bu aşıklar sahiplenici veya kıskanç değildirler. Derinlerde bulunan yanlarını ortaya koymazlar ve partnerlerinden de bunu beklemez veya istemezler. Kendi kendine yeten ve talepte bulunmayan partnerler ararlar.

Arkadaşça aşk (Storge): Zamanla gelişen, kişilerin ortak özelliklere sahip olmasının ve birbirlerini gözetmesinin önemli olduğu aşk tutumudur. Bu tür aşk, samimi bir ilişki içerisinde gelişmiş iyi bir dostluktan doğar. Arkadaşça aşık dostça ilişki, kendini ortaya koyma, birbirine muhtaç olma ve karşılıklı ihtiyaçların giderilmesi özelliklerine sahiptir. Bu aşk tutumu, en kolay tabiri olan “hayat boyu arkadaşlık” ile anlaşılabilir. Kişiler aşık olduklarına ilişkin özel bir nokta hatırlamazlar. Aslında bir ‘aşık olma’ deneyimi değildir. Aynı zamanda başka bir aşık veya elde edilememiş aşk macerasına dair hayaller de yoktur. Bu aşk tutumunda bireyler etkinliklerini ve ilgilerini paylaşmaktan hoşlanırlar. Bu aşıklar ev rutiniyle tatmin olurlar ve bu rutini teselli edici, güvenli ve rahatlatıcı bulurlar.

Onlar fiziksel etkileşime çok fazla önem vermezler ve birlikte olacakları kişide bulunmasını bekledikleri belirli fiziksel özellikler de yoktur. Diğer aşk türlerinin heyecanı yerine partnerlerinin davranışını tahmin edebilmeyi tercih ederler. Cinselliği kendini açmanın en yakın formlarından biri olarak gördükleri için ilişkinin bu yönü ön planda değildir ve görece geç ortaya çıkar.

Arkadaşça aşk yüzeysel olarak oyun gibi aşka benzer; büyük bir tutku yoktur. Fakat ikisinin kaynakları oldukça farklıdır. Aşkı oyun gibi gören biri yoğun hislerden bilerek sakınır, aşkı arkadaşçasına yaşayan biri ise, hislerinin farkında değildir. Arkadaşça aşk tutumuna sahip bir aşık için tutku, paylaşılan etkinlikler arttıkça, zaman içinde gelişir. Arkadaşlık üzerine temellenen bir aşk tutumu olmasından ötürü

arkadaşça aşkı diğer aşk türlerinden ayırır. Bu aşk tutumu tahmin edilebilir bir yaşama işaret eder. Tutkulu aşkta görülen yanlış anlamalar, ayrılıklarda yazılan mektuplar ve şiirler ya da oyun gibi aşkta görülen çabuk sıkılma ve yeni heyecanlar arama arkadaşça aşkta görülmez. Coşku yoktur, fakat iniş çıkışlar, üzüntü de yoktur. Bu tip aşıkların aynı görüşte olmamaları ya da kavgaları nadirdir. Sevgilinin uzun süreli yokluğu aşığı daha az strese sokar, uzun ayrılıklara katlanabilirler. Ayrılışlar da iyi arkadaşlar olarak kalabilirler.

Brehm (1988) tutkulu aşk ve arkadaşça aşk arasındaki farka dikkat çekmiştir. Temel farkın kişinin partnerini değerlendirme biçimi olduğunu belirtmektedir. Romantik ilişkilerin ilk dönemlerinde tutku düzeyi yüksek olduğu için sevgililer birbirlerine pembe gözlüklerle bakmakta ve birbirlerini mükemmel olarak yani “ideal erkek” ve “ideal kadın” olarak görmektedirler. Zamanla tutku kaybolduğunda ise; çiftler karşılıklı anlayışı temel alan arkadaşça aşkı geliştirmekte ve böylece karşısındakini daha gerçekçi değerlendirmektedir (Akt: Büyükhahin, 2001).

Lee (1988) bu aşk türlerini açıklamak için renklerle benzerlik kurulduğundan söz edilmişti. Tutkulu aşk, oyun gibi aşk ve arkadaşça aşk türlerini sırasıyla kırmızı, sarı ve mavi renklerine benzetmiştir. Çok az renk, çok az aşk ilişkisi bir tipin katıksız örneğidir. Lee’ye göre aşkı renklerle açıklamanın iki yararı vardır. İlk olarak, insanlar nasıl farklı renkleri tercih edebiliyorlarsa, aynı şekilde farklı aşk türlerini tercih edebileceklerinin farkına varırlar. İkinci olarak, geçmişte yaşanan kötü aşk deneyimlerinin daha farklı değerlendirmesine yardımcı olur. Geçmişte yaşanan aşklar için “sanırım gerçekten onu sevmemiştim, sadece çılgınlıkmış” yerine “ona hissettiklerim bir tür aşkı ama şu anda tercih ettiğim aşk türü değil” şeklinde açıklayarak geçmiş yaşantılar daha farklı değerlendirilebilir. Lee (1973, 1977) bu üç aşk çeşidinin bir araya getirilmesiyle mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk olmak üzere ikinci bir aşk stili oluşturulabileceğini belirtmektedir. Bunlardan Mantıklı aşk (Pragma), arkadaşça aşk ve oyun gibi aşk; Sahiplenici aşk (Mania), tutkulu aşk ve oyun gibi aşk; Özgeci aşk (Agape) ise tutkulu aşk ve arkadaşça aşk türlerinin bileşimidir (Akt: Büyükhahin, 2004). Bu sınıflamada yer alan ikincil aşk türleri ise şöyle açıklanabilir:

Sahiplenici aşk (Mania): Kelime Grekçe ‘theia mania’ dan gelir ve ‘tanrılardan gelen delilik’ anlamındadır. Kıskançlığın, güvensizliğin ve obsesyonun hüküm sürdüğü

görel olarak patolojik bir aşk tutumudur. Sahiplenici aşıklar ilişkilerine güvensiz olma ve sürekli olarak birlikte oldukları kişiyi kaybetme korkusu yaşama eğilimindedirler, ilişkileri sorunlu bile olsa, genelde bitiremezler. İlişkiyi bitiren çoğunlukla eşleri olur. Sahiplenici aşık partnerinin sevgi ve ilgisine doymaz. Sevgilinin varlığındaki coşku ile yokluğundaki umutsuzluk arasında gider gelir. Sahiplenici aşıklar ayrılığın olumsuz etkisini uzun süre üstünden atamazlar. İlişkilerinde ve ilişki bittikten sonra acı çekmekten hoşlanırlar.

Sahiplenici aşıklar hislerinin yoğun oluşu ve ideal bir sevgili bulma konusundaki ısrarları noktasında tutkulu aşıklara benzer. Ancak tutkulu aşıklar hayal kırıklığı yaşadıklarında kendilerine olan güvenlerini kaybetmedikleri halde sahiplenici aşıklar, ikilemler yaşarlar ve kendilerine olan güvenlerini kaybederler. Tutkulu aşıklardan farklı olarak istediklerini tam olarak ifade edemez, kendilerini çaresiz ve duygularını kontrol edemeyen kişiler olarak görürler. ‘Hem seviyorum hem nefret ediyorum’, ‘Ondan uzak durmam gerektiğini biliyorum ama bunu yapamıyorum’, sahiplenici aşıkların tipik söylemleri arasında yer alır.

Sahiplenici aşıklar bazı açılardan da aşkı oyun gibi görenlere benzer. Sevgililerini ellerinde tutmaya ve soğukkanlı olmaya çalışırlar, fakat başaramazlar. Bu noktada sahiplenici aşıkların oyun gibi aşkın kuralları ile tutkulu aşkın duygularını sürdürmeye çalıştıkları söylenebilir. Fakat ikisinde de başarısız olurlar. Aşka o kadar gereksinim duyarlar ki ilişkiyi kendi seyrine bırakamaz ve çoğunlukla mutlu sona ulaşamazlar. Bütün bunların yanında sahiplenici aşıkların kuramsal olarak sürekli bir aşk ilişkisi geliştirmeleri de mümkündür. Aşkı oyun gibi gören bir sevgili duygusal aşırılıklarının üstesinden gelemeyeceği, aşkı arkadaşça gören bir sevgili hislerine karşılık veremeyeceği için bunu ancak güçlü bir tutkulu aşık başarabilir.

Mantıklı aşk (Pragma): Kişiler için olumlu gelecek sağlayabileceğine ve devam edebileceğine inanılan ilişkilerde egemen olan aşk türüdür. Bu tip aşıklar sosyal ve kişisel özellikleri temel alarak birlikte oldukları kişi ile uyum içinde olmak isterler ve beraber oldukları kişinin özgeçmişini son derece önemlidir. İlişkide belirli ölçütlere uygunluk aranır. Geleneksel toplumlarda bu ölçütler arasında ırk, sosyal sınıf, etnik köken, gelir düzeyi vb., modern toplumlarda ise eğitim düzeyi, ortak ilgiler, dini inanış sayılabilir.

Mantıklı aşk birincil bir aşk tutumu değildir; arkadaşça aşk ve oyun gibi aşkın karışımından oluşur. Mantıklı aşıklar sosyal etkinlikleri ve programları birileriyle tanışmak için araç olarak kullanırlar. Aşkı arkadaş gibi görenler ise, hoşlandıkları için etkinliklere katılırlar ve orada ilgilerini paylaştıkları kişilerle tanışırlar. Mantıklı aşıkların partner seçimi bilinçli olduğu halde, aşkı arkadaşça yaşayanların seçimi bilinçsizdir. Mantıklı aşık pek çok şeyi paylaşabileceği (arkadaşça aşk özelliği) ve bilinçli bir şekilde manipüle edebileceği (oyun gibi aşk özelliği) bir partner seçer. Yani mantıklı aşk, daha çok üretilmiş bir arkadaşça aşktır. Eğer ilişki yürümezse mantıklı aşık akılcı davranacak ve aşkı oyun gibi gören bir tarz takınarak ölçütlerine uygun bir başkasını arayacaktır.

Bununla birlikte mantıklı aşk görüldüğü kadar soğuk olmayabilir. Uygun eşle birlikte olduğunda yoğun hisler gelişebilir. Ancak bu durum ilişkinin katı bir karşılaşma koşuluyla temellendiği gerçeğini ortadan kaldırmaz.

Özgeci aşk (Agape): Klasik dini bakış bağlamında cömert, özverili ve kendini adanmış aşık söz konusudur. Beraber olunan kişinin olduğu gibi kabul edildiği, kusurlarına rağmen sevildiği, iyiliğinin ön planda tutulduğu, bağışlayıcı ve destekleyici aşk tutumudur. Özgeci aşk ikincil aşk tutumlarından ve tutkulu aşk ile arkadaşça aşkın bileşiminden oluşur. Tutkulu aşıklar gibi yoğun duygular hissederler, arkadaşça aşıklar gibi sabırlı ve kararlıdır. Özgeci aşıklar başlangıçta partnerlerine çekim hissederler, fakat bu çekim hissi tutkulu aşktan farklı olarak fiziksel heyecan belirtilerini içermez. Tutkulu aşıkların tersine özgeci aşıklar çok az kıskançtır ya da hiç kıskanç değildir. Aşık oldukları kişinin diğer eylemlerinden yeterince doyum bulabildiklerinden aşklarının karşılık bulup bulmaması onlar için önem taşımaz.

Bu kuramsal yaklaşım her bireyin aşk anlayışında altı boyutlu bir matrisi yansıtır. Bireyler belirli bir zamanda bu boyutların her biri üzerinde belirli bir bölgededir. Yapısal farklılıklar bir ya da daha fazla boyutu destekleme eğiliminde olabilir (Hendrick ve Hendrick, 1989). Bununla birlikte özellikle çocukluk deneyimleri, toplumsallaşma süreçleri, yaşam stilleri ve kişilik özellikleri bu aşk matrisinin gelişimini etkiler (Lee, 1974).

Lee kuramında aşk tutumlarının dinamik olduğunu ve zaman içinde değişebileceğini vurgular. Ona göre kişilerin içselleştirdikleri belirli kültürel değerler ve idealler

değiştikçe aşk ilişkileri de değişebilir (Lee, 1974). Bu bağlamda Lee'nin aşk kavramının kültürel bir taksonomiye içerdiği söylenebilir (Watts ve Sterner, 2005).

Lee'nin kuramına göre, çiftlerin aşk tutumlarının benzer olması, ilişki doyumu ve uyumunu artırmaktadır. Örneğin, çiftlerden birinin aşkı oyun olarak gördüğü, diğerinin de ilişkiye saplantılı bağlandığı yani sahiplenici aşk tutumu olduğu düşünülecek olursa bu koşullarda, oyun gibi aşk tutumu olan bireye, partneri çok fazla ilgi gösterecek, ısrarcı ve kıskanç olacaktır. Bu durum aşkı oyun olarak gören kişinin hoşuna gitmeyecektir. Aşkı oyun gibi gören kişi, ilişkisinde özerk olmak isteyecektir. Bir başka örnek olarak, arkadaşça ve sahiplenici tutumları olan çiftler verilebilir. Bu çiftlerin ilişkilerinde karşılaştıkları sorunları ele alışları ve birbirlerinin davranışlarına ilişkin yüklemeleri farklılaşabilmektedir. Arkadaşça aşık, 'beni sevmiş olsaydın, arkadaşım gibi bana güvenirdin, bu kadar sahiplenici olmazdın ve her zaman nerede olduğumu sormazdın'. Sahiplenici aşık ise şu şekilde yanıt veriyor olabilir 'beni sevmiş olsaydın, daha fazla kıskançlık gösterirdin ve yanında olmadığım zaman, beni merak ederdin' (Tüfekçi, 2008).

Diğer taraftan bu model aşkı çok boyutlu inceleyerek ilişkilerde hissedilebilecek duyguları sınıfladığı için ilişkilerdeki olumlu ve olumsuz yaşantıların açıklanabilmesine olanak sağlamaktadır. Lee'ye (1974) göre, aynı aşk tutumuna sahip aşıklar başlangıçta iyi geçinseler bile zaman içinde bu durumdan sıkılabılırlar. Bu nedenle aşk tutumu benzer ama tam olarak aynı olmayan partnerlerle kurulan ilişkiler daha başarılı olabilir. Diğer taraftan gereksinim ve beklentiler doğrultusunda ciddi çatışmaların yaşandığı ilişkilerin, zorlu ve travmatik deneyimler barındırma olasılığı da oldukça yüksektir (Ercan, 2008).

Lee'ye (1988) göre, hepimiz yaşamımızda bu aşk türlerinden birini ya da birkaçını deneyimlemekteyiz ve tercih ettiğimiz aşk tutumu, bir ilişkimizden diğerine farklılık gösterebilmektedir. Ona göre, insanlar belirli bir aşk tutumu tercihi ile doğmamakta ve bir tercihten daha fazlasına yaşamları boyunca sahip olabilmektedirler. Aşk tutumları, insanların zaman içinde öğrendiği aşk ideolojileridir ve tüm ideolojiler gibi değişebilmektedir. Tüm insanlar yaşamları boyunca bu aşk çeşitlerini farklı derecede yaşayabilirler. Aşk tutumlarını belirleyen şey ilişkidir ve aynı anda değişik aşk türlerini içeren ilişkiler yaşamak olasıdır. Ayrıca aşk tutumu ya da tutumları, zaman, yaş ve ilişkinin aşamasına bağlı olarak da değişebilmektedir. İnsanlar gençken, aşkı

daha çok oyun gibi görürler, daha çok tutkuyla ve daha çok sahiplenici biçimde ilişkilerine bağlanırlar. Buna karşılık, yaş ilerledikçe daha çok mantıklı ve arkadaşça aşk tutumlarını tercih ederler (Büyükşahin, 2004).

Yukarıda da söz edildiği gibi çok boyutlu aşk tanımları ve kuramlar zaman içinde çok boyutlu aşk değerlendirme araçlarının geliştirilmesine yol açmıştır. Bu araçlar genel olarak değerlendirildiğinde alan araştırmalarında özellikle Lee'nin sınıflamasına dayalı olarak Hendrick ve Hendrick (1986) tarafından geliştirilen 'Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği'nin (Love Attitudes Scale) tercih edildiği görülmektedir (Myers ve Shurts, 2002). Bununla birlikte, araştırmada kullanılması tercih edilen ve ileride detaylı olarak ele alınan ölçekle ilgili bir sorun dikkati çekmektedir. Bu sorun, aşkın 'bir kişilik özelliği mi?' yoksa 'tutum mu?' olduğu konusunda var olan sorunla ilişkilidir.

Genel varsayım insanların aşka ilişkin davranışlarında kişilik benzeri özellikler sergiledikleri şeklindedir. Ancak Watts ve Sterner (2005)'in de belirttikleri gibi Lee, bu aşk tutumlarının bireyin kişilik özelliği ya da eğiliminin bir işlevi olmadığına işaret eder. Tersine bu tutumlar belirli toplumsal düzenlemeler doğrultusunda bir araya gelmiş bireylerin paylaştıkları inançları, varsayımları ve beklentileri içerir. Bir birey belirli bir bağlamda ve belirli bir zaman diliminde bu ideolojilerin bir ya da daha çoğunu benimseyebilir. Bu bağlamda 'Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği'nin sürekliliği olan kişilik eğilimlerini mi yoksa görece daha geçici olan tutumları mı ölçtüğü tartışmalı bir konudur. Ancak Hendrick ve Hendrick (1986) aşk tutumlarını hem kişilik eğilimleri hem de esnek tutumlar olarak ele alınabileceğini ifade ederek tartışmaya son noktayı koyarlar. Onlara göre kendi geliştirdikleri ölçek (Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği), esnek tutumları ya da kişilik eğilimlerini değerlendiriyor olabilir, ama sonuç olarak bireylerin aşk tutumuna işaret etmektedir. Yapılan çeşitli çalışmalarda bu bakış açısının temel alındığı görülmektedir (Collins, 2005; Kanemasa, Taniguchi, Daibo ve Ishimori, 2004; Neto, 1994; Neto, 2007; Sprecher ve diğerleri, 1994).

2.1.3. Aşkın Kaynağı

Kültürden etkilenmesinin yanı sıra, aşkın evrensel olduğuna ilişkin göstergeler de vardır. Örneğin Jankoviak ve Fisher (1992) yaptıkları kültürlerarası karşılaştırma

çalışmalarında 166 kültürün 147'sinde (yaklaşık % 88.5) aşk deneyiminin var olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgu aşkın Batı toplumlarına özgü olduğu şeklindeki klasik bakış açısını doğrulamamaktadır. Ancak aşkın görece evrensel bir olgu oluşu, başta da ifade edildiği gibi, onun bütün toplumlarda aynı şekilde yaşandığı ya da değerlendirildiğini zorunlu kılmaz. Önemli olan aşkın çeşitli kültürlerdeki yerel göstergelerini açıklamaktır. Bu yapılmadığı takdirde aşk türlerinde kültürel çeşitliliği anlamak mümkün değildir. Kültürel olanın anlaşılabilmesi ise evrensel olana ulaşmayı engeller. Bugün yapılan kültürlerarası çalışmalar bu bakışı desteklemekte, yaşanan çevre ve kişisel deneyimlerin bireylerin aşk tutumları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Dermer ve Pyszczynski, 1978; Waller ve Shaver, 1994).

Fisher önceleri aşkın bazen yoğun bazen hafif bir duygu silsilesi olduğunu düşünmekteyken sonrasında esas olarak güdü olduğunu belirtmektedir. Fisher 'e göre, aşk seks güdüsü değil temel çiftleşme güdüsüdür. Seks güdüsü insanı dışarı partner aramaya çıkarır. Romantik aşk ise çiftleşme enerjisinin yoğunlaşmasını sağlar. Ayrıca aşk en güçlü beyin sistemlerinden biridir (akt. Erten, 2012).

Eğer aşk bir duygu olarak kabul edilirse, duyguların gücü dolayısıyla birçok duygunun içinde yer aldığı aşkın gücü çok önemlidir. Baymur'a (1994) göre, duygular insan davranışlarının hayattaki uyum ve uyumsuzluklarının etmenleri arasındadır. Duyguların ihtiyaç ve güdülerle sıkı bir ilişkisi vardır. Örneğin temel gereksinimlerin karşılanıp karşılanmaması çeşitli duyguların doğmasına yol açar (akt. Titrek, 2011). Bunun gibi aşk yaşama ya da romantik ilişki içinde bulunma insanın bu durumdan doğan gereksinimlerini karşılamada önemli bir etkendir. Sahip olunan aşkın ya da romantik ilişkinin kaybının geniş olumsuz duygulara yol açması bu nedendir. Hatta yaşadıklarının üstesinden gelemeyen bazı bireyler intihara ya da cinayetlere başvurabilmektedir.

Madi'ye (2009) göre, aşkın biyolojik temellerinin olduğu bir gerçektir. Yapılan bir araştırmada kadın ve erkeklere sırasıyla aşık oldukları kişi veya aşık oldukları kişinin yaş ve cinsiyetinde olan bir arkadaşının fotoğrafı gösteriliyor. Bu kişiler aşık oldukları kişinin fotoğrafına bakarken iki beyin bölgelerinin normalden daha aktif olduğu ortaya çıkıyor: İlki iştahla yakın ilişkili olan 'orta insula bölgesi', diğeri ise olumlu duyguların merkezi sayılabilecek 'ön singulat girus bölgesi'. Bu bulgu aşkın

beynin ödül merkezleriyle de ilgisi olan bir motivasyon sistemi, dürtü olduğu yönünde varsayımları da kanıtlar niteliktedir.

Aşk yaşandığında beyinde salgılanan bazı maddelerde değişiklik olur. Algılama ve duygu oluşumu ile salgılanmaya başlayan maddelerin etkileri arasında fark vardır. Aşk yaşanırken oluşan fizyolojik değişikliklere ilişkin Madi'nin (2009) açıklamalarına aşağıda yer verilmiştir:

Amfetamin etkisi (Büyüleyici aşama): Feniletilamin artar. Hipotalamustan salgılanır. Feniletilamin (PEA) duygulardan sorumludur. Amfetamine benzeyen kimyasal PEA göz göze gelmek, el ele tutuşmakla bile ortaya çıkabilir. Bu durum mekana da bağlıdır. Bir şehir merkezinde el ele tutuşmakla evde el ele tutuşmak arasında fark vardır. Salgılanan nörotransmitter ve kana karışan hormonlar arasında da fark vardır. Aşık olma yaşantılarından kalp atışının hızlanması, ellerin titremesi, solunum hızının değişmesi, iştah azalması ve uyku düzensizlikleri PEA maddesi ile ilgilidir. Mutlu olunca salgılanan da aynı maddedir. Özellikle güzel uyarılar bu maddenin salgılanmasını artırır. Romantik aşkta dopamin artar. Bireyde dikkatsizlik, dürtüsellik başlar.

Endorfin aşaması: (Sevgi-bağlılık): Yapılan araştırmalara göre, 6 ay-3 yıl arasında aşkın ikinci aşamasına geçilir. Endorfinler morfine benzer. Güven ve bağlılık duygusunun olduğu aşamadır.

Oksitosin-vasopressin aşaması: Sarılma, kucaklaşma, bağlılık duygularının güçlenmesi ile ilgilidir. Öpüşürken, cinsel ilişkiye duyulan arzu esnasında, orgazma yaklaşırken kanda miktarı artar. Ses, görme, dokunma, koklama kadınlarda oksitosin, erkeklerde vasopressin salınımını tetikler.

2.1.4. Diğer Aşk Türleri:

Diğer aşk türleri kapsamında tasavvufi aşka ve platonik aşka yer verilmiştir.

2.1.4.1. Tasavvufi aşk: Aşkın kaynağı, var oluşu ve sebebinin başka bir ifadesi ise tasavvuf alanında yapılan çalışmalarda yer almıştır. 'Ben bir gizli hazine idim. Bilinmeyi istedim ve alemi yarattım.' sözü de aşkın varlığına tasavvufi bir açıklama

getirerek alemin temelinin, sebebinin ve özünün aşk olduğunu belirtir (Tüfekçi, 2008).

Tasavvufi düşünce sisteminde aşk, sadece insanı değil, insanı olduğu kadar Yaratacı' yı da ilgilendiren bir kavram olarak ele alınmıştır. Buna bağlı olarak 'şem ve pervane' sembolizminde de aşk, her iki unsur için de geçerli bir kavram olarak karşımıza çıkmakta ve söz konusu iki aşk, varlık halkasının birbirini takip eden iki aşamasını meydana getirmektedir. Bu halkanın ilk yarısını şem'in yanışı oluştururken ikinci yarısını ise pervanenin yanışı oluşturmaktadır. Burada şem aşığı, pervane ise sevilen kişiyi temsil etmektedir. Pervane, mumun/sevgilisinin ateşinden yanarak canını feda etmektedir. Zira gerçek aşık olmanın yegane şartı, sevgili uğruna canını feda edebilmektir. Bunun yanında tasavvufta aşk beşeri/mecazi ve ilahi olması açısından iki nitelik taşımaktadır. Dolayısıyla beşeri aşk olduğunda iki insan arasındaki duygusal yakınlığı ve bağlılığı ifade eden aşk, ilahi boyutuyla düşünüldüğünde ise insan ve yaratan arasındaki yakınlığı karşılar duruma gelmektedir (Akdemir, 2010).

2.1.4.2. Platonik aşk: Ayvazoğlu'na (1996) göre, platonik aşk, yaygın olarak ve basitçe, tek taraflı aşk olarak bilinir. Daha üst bir anlatımla ise iki sevgilinin birbirine kavuşamaması tarzında anlaşılan ve kaynağını Platon'dan alan, bu sebepten dolayı da literatüre Platonik (Eflatuni) Aşk adıyla geçen bu anlayış, geçici güzelliklere değil, güzellik ide'sine, salt güzelliğe duyulan aşkın ifadesidir.

Platon, aşkı bir tür istek, eksikliği duyulan yoksunluklarımızı (objeleri, şeyleri, hedefleri, vs) elde etme isteği, ölümsüzlüğe duyulan özlemin bir sonucu olarak tanımlamıştır. Bu tür ifadeler aşkın tanımları ya da nedenlerindedir. Bütün bunların ötesinde Platon için belki de en önemli olan nokta, onun ideal olanla ilişkisidir. Zira ona göre, güzel şeyleri sevmenin altında yatan en temel itici güç daha farklı olmalıdır. Aşık olmadaki asıl sebep gördükleri güzelliştir. Buradaki güzellik her bakımdan eksiksiz olan güzellik değildir. Aşkın doğuşundan önce güzellik bir belirti olarak gereklidir; kişiyi aşka hazırlayan şeydir. Seven insan, sevdiğindeki herhangi bir özelliği, belki de başkasına göre güzel olmayan bir özelliği, bir ayrıntıyı güzel kabul ederek ilgi duymaya başlar. Güzel şeyleri sevmenin altında yatan asıl niyet ise 'iyi olan'a her zaman için sahip olma duygusu ve arzusudur. Burada aşk artık karşı

cinse duyulan sıradan bir duygu olmaktan çıkmış ve bizi iyiye ulaştıran bir güç, insanın mutluluğa ulaşma amacıyla eylemde bulunmasına imkan veren ya da onu bizzat eyleme yönlendiren istek ve duygu haline gelmiştir (akt. İlboğa, 2011). Burada birey farkında olmadan zihninde yarattığı hayale, imgeye aşık olmuştur. Birey imgelemindeki kişiyle karşılaşmadığı durumlarda hayal kırıklığı yaşar.

2.2. YAŞAMIN ANLAMI

2.2.1. Yaşamın Anlamı Kavramının Tarihsel Gelişimi

İnsanlar her zaman kendilerini ve çevrelerini anlamak için güçlü bir istek duymuşlardır ve bu isteği bilişsel ve davranışsal yollarla ifade etmişlerdir (Ryff ve Singer, 1998; Steger, Kashdan, Sullivan ve Lorentz, 2008). Yaşamın anlamı ve bu anlamın felsefi açıdan sorgulanması insanlık tarihi kadar eskiye dayanır (Adler, 2010). Yaşamın anlamı kavramı modern bilimde ilk olarak 20. Yüzyılın başında W. Dilthey, E. Spranger, S. Freud ve A. Adler'in eserlerinde daha sonra 1940'larda V. Frankl ve A.N. Leontiev'in eserlerinde görülür (Leontiev, 2005).

Yaşamın anlamı konusuna, varoluşçu psikolojinin temsilcilerinden Frankl'ın çalışmalarının önemli katkısı olmuştur. Bunun yanı sıra, 1951'de Allport, Vernon ve Lindzey'in değerlere ilişkin çalışmalarını yayınlamaları da anlam kavramını öne çıkaran etmenlerden biri olmuştur. Bu gelişmelere rağmen yaşamın anlamı kavramı, 'kendini gerçekleştirme' ve 'otantik olma' gibi kavramlardan çok daha az ilgi görmüştür (Debats, 1999).

Son yıllarda psikolojide pozitif kavramlara ilişkin araştırmaların sayısı artmaya başlamıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Psikologlar tarafından çokça ilgi gören yaşamın anlamı kavramı (Halama, 2005) pozitif psikoloji içinde ele alınan bir kavramdır. Yaşamda anlam bulmanın, bireylerin hayatlarında pozitif yönde yaptıkları değişimleri göz önüne aldığımızda ya da anlamsızlığın bireyde yarattığı olumsuz duygu ve tutumları gözlemlediğimizde pozitif psikoloji ile ilişkisi daha net bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Çünkü pozitif psikoloji yaşamı değerli kılan perspektiflerin bilimselliği hakkındadır. O yaşam koşullarının, dolu dolu yaşamaya,

mutluluğa ve gelişime götüren yönleri üzerine odaklanır (Linley, Hughes ve Fahy, 2006).

Yaşamın anlamı ile ilgili çalışmaların da psikoloji alanında yer edinmeye başlaması 2. Dünya savaşıdan sonra olmuştur. Logoterapi'nin II. Dünya Savaşı sırasında toplama kamplarında ortaya çıktığı varsayılmaktadır. Bu yanlış bir varsayımdır. Dr. Frankl temel düşüncelerini 1920- 30'lar sırasında bir öğrenci ve sonra asistan doktorken ve Viyana'nın önde gelen akıl hastanesi Steinhof'da çalışırken geliştirmiştir. Frankl ilk olarak Varoluşsal Analiz diye adlandırdığı temel kavramlarını geliştirmiştir. Bundan 50 yıl sonra ise Logoterapi'nin deneysel olarak test edilen ve onaylanan şu an ki kavram ve metotlarını geliştirmiştir (Fabry, 1982).

2.2.2. Yaşamın Anlamı (Meaning in Life)

Frankl'ın yöntemi için kullandığı esas terim İngilizce literatürde 'varoluşsal analiz' olarak tercüme edilmiş olan '*Existenzanalyse*'dir. Frankl'ın yazıları İngilizceye çevrilirken Frankl Ludwig Binswanger'ın Almanca 'Daseinsanalyse' teriminin de İngilizceye 'varoluşsal analiz' olarak tercüme edildiğini görmüş, böylece Frankl 1920'lerde bile ara sıra kullandığı Logoterapi terimini kullanmaya karar vermiştir (Rice, 2005).

Logoterapi ve Varoluşsal analiz birbirlerinin yerine ya da birlikte kullanılabilen sözcükler olmasına karşın, iki terim arasındaki farkı anlamak bize yardımcı olacaktır. Logoterapi anlam yoluyla terapi anlamına gelir, varoluşsal analiz hastanın ruhunu ve varoluşsal ihtiyaçlarını içeren analitik teröpatik bir sürece karşılık gelir. Bunun uzantısı olarak Logoterapi hastanın, hayatındaki gizli anlamın farkına varmasına yardımcı olur (Wong, 2002).

Frankl'ın ortaya attığı 'logoterapideki' 'logos' Yunancada 'anlam' kavramının karşılığıdır ve Frankl kuramını anlam terapisi olarak isimlendirmiştir. O'na göre insanın anlam arayışı yaşamındaki temel motivasyondur. Bu anlam arayışı doğal ve sağlıklı yaşamın bir parçası olarak ele alınır. Logoterapi temelde üç ana prensipten oluşmaktadır (Frankl, 2010: 113);

1. İnsan yaşamı anlam içermektedir.
2. Yaşamı anlamlı kılmak ve amaçla doldurmak için insanın temel

motivasyonu anlam aramaktır.

3. Anlam, insan acı içindeyken bile bulunabilir.

Frankl'a göre, insandaki temel güdüleyici güç, yaşamını anlamlı kılma veya bir anlam bulma çabasıdır (Frankl, 2010: 113). İnsan ne kadar zor ve ölümcül şartlar altında yaşarsa yaşasın, hayatına küçük de olsa bir anlam katabiliyorsa yaşamak için bir güç bulabilir.

Anlamlılık kavramı, temel anlamda, kişinin yaşamının uyumlu, önemli, yönetilebilir ve sahiplenici bir duygusu olarak tanımlanır (Schnell, 2009). Yaşamın anlamı kavramı ise farklı şekillerde kavramsallaştırılmış olmakla birlikte daha çok güç, yoğunluk ve insanların anlam, önem ve hayatlarının amaçlarını şekillendirme ya da onları güçlendirme çabaları ya da arzuları olarak tanımlanmaktadır. (Steger, Kashdan, Sullivan ve Lorentz, 2008). Leontiev (2005) anlamın, bir birey tarafından bir olayın önceki inançları ve beklentileri ile mantıklı bir şekilde uyduğunu hissettiğinde var olabileceğini belirtmiştir. Anlamın özellikle derin, önemli veya sıradanlıktan kurtulma duygusundan doğabileceğini de ifade eder. Ayrıca anlam, insan ömründe önemli bir iyi oluş olarak düşünülür (Steger, Oishi ve Kashdan, 2009). Yaşamın anlamı dengeli, düşünceli ve varoluşu sunan ön yargısız tutumların çeşitli çıktılarının doğal sonucudur (Dogra, Basu ve Das, 2011).

Frankl, yaşamın anlamı kavramını öznel boyutta ele alır. O, herkes için geçerli evrensel bir yaşamın anlamının olamayacağını, her birey için yaşamın anlamının farklı olduğunu belirtir. Nihai anlamda yaşam sorunlara doğru çözümler bulmak ve her birey için kesintisiz olarak koyduğu görevleri yerine getirme sorumluluğu üstlenmek anlamına gelir. Bu görevler ve bu nedenle yaşamın anlamı insandan insana ve an be an değişir. Bu nedenle yaşamın anlamını genel terimlerle tanımlamak olanaksızdır. Yaşamın anlamına ilişkin sorular genel ifadelerle yanıtlanamaz (Frankl, 2010: 92). Frankl'a göre, yaşamın anlamı insandan insana, günden güne, saatten saate farklılık gösterir. Bu nedenle önemli olan, genelde yaşamın anlamı değil, daha çok belli bir anda bir insanın yaşamının özel anlamıdır. Sorunu genel terimlerle ortaya koymak, bir satranç şampiyonuna sorulan soruyla kıyaslanabilir: 'Söyleyin ustam, dünyadaki en iyi hamle nedir?' Bir maçtaki belli bir durumdan ve rakibin özel kişiliğinden bağımsız bir en iyi hamle ya da iyi bir hamle diye bir şey kesinlikle yoktur. Aynı şey insanın varoluşu için de geçerlidir. Ancak anlam arayışı

ile ilgili olarak Frankl kişinin soyut bir anlam arayışına girmemesi gerektiğini belirtir. Ona göre; herkesin yaşamında özel bir mesleği veya uğruna çaba harcayacak bir misyonu, yerine getirilmeyi bekleyen somut bir görevi vardır. İnsanoğlu bu görevinin farkına varmalıdır. Hangi tercih gerçekte sonsuza kadar ölümsüz, ‘zamanın kumları üzerindeki ayak izi’ olarak kabul edilecektir. İnsanın, her an şöyle ya da böyle varoluşunun anıtının ne olacağına karar vermesi gerekir (Frankl, 2010: 123).

Frankl yukarıda belirtilen görüşlerini ifade ederken insanoğlunu yoğun, derin, karmaşık ve soyut anlam arayışlarından alıkoyarak ulaşabileceği, elde edebileceği ve bilimsel olarak ölçülebilecek sonuçlara odaklanmasını sağlamaya çalışmaktadır. Birey anlamı daha kolay elde ettiği takdirde, elde ettiği anlamla kolay ve hızlı bir şekilde tekrar motive olacaktır (Taş, 2011).

Adler de yaşamın anlamı ile ilgili olarak benzer bir yaklaşım içindedir. Ne kadar insan varsa yaşama yüklenen anlam da o kadardır. Bu yaklaşım beraberinde tahmin edeceğimiz gibi her anlam bir ölçüde yanlıştır sonucunu da getirmektedir. Hiç kimse yaşamın mutlak anlamını bilemez. Bu nedenle bir biçimde yararlı olan hiçbir yoruma mutlak anlamda yanlış denemez.(Adler, 2010)

Anlam gibi subjektif bir kavramın yüzeysel ve genel geçer bir ifadesi olamayabilir. Birileri böyle bir anlama ulaştığını iddia etse bile, bir birey tarafından ulaşılan anlamın kabul görmemesi onun evrenselliğini ortadan kaldırır (Taş, 2011).

Yaşamın anlamı sadece kişinin kendisi tarafından bulunabilir oluşuyla ve böyle olması gereğiyle, eşsiz ve özel bir yapıdadır; ancak o zaman bu, kişinin kendi anlam istemini doyuran bir önem kazanabilmektedir. Bazı otoritelere göre anlamlar ve değerler, ‘savunma mekanizmalarından, tepki oluşumlarından ve yüceltmelerden öte bir şey değildir.’ Frankl’ın kendisi sadece ‘savunma mekanizmaları’ uğruna yaşamak istemeyeceğini, aynı zamanda sadece ‘tepki oluşumları’ uğruna da ölmeye hazır olmadığını belirtmiştir. Öte yandan insanların kendi idealleri için yaşayabilme, hatta ölme yetisine sahip olduğunu ifade etmiştir (Frankl, 2010: 113). Frankl, Freud’un libidosal içgüdüleri ile Hull’un uyarıcı-tepki davranışının, insanın niçin yaptığının, ne yaptığının ve hayattan gerçekten ne istediğinin özellikle savaş ve soykırım sonrasında belirsizlikte yeterince açıklamadığını görmüştür. O psikanalizi ve davranışçılığı yeniden şekillendirmeyi hedefleyen anlam ve amaç eksenli varoluşçu psikolojiyi ileri sürer (McAdams, 2010).

Yaşamın anlamı kavramı Frankl ile anılmakla beraber varoluşçu psikolojinin temel konularından biri olmuştur. Bu bağlamda varoluşçu psikolojide ‘ölüm, özgürlük, yalıtım (izolasyon) ve anlamsızlık’ olmak üzere dört temel kavramdan söz edilir. Varoluşçu psikolojide ‘yaşamın anlamı’ kozmik anlamda, insanın bir tür olarak dünyadaki yaşantılarının amaç ve hedefi üzerinde durmuştur. ‘Benim yaşamımın anlamı ne?’ ise farklı bir sorudur ve bazı filozofların ‘dünyevi anlam’ olarak isimlendirdikleri olguyu ifade etmektedir. Dünyevi anlam, amaç kavramını da içine almaktadır. Anlam hissine sahip olmak, yerine getirilebilecek işlevlere veya bir hedef ya da hedeflere sahip olmakla yakından ilgilidir. Kozmik anlam ise, kişinin dışında ve ondan üstün olarak var olan bir düzeni ifade etmektedir ve evrenin sihirli ve ruhani düzenini ifade eder. İnsan kozmik anlam olmaksızın yaşamda anlam hissine sahip olabilir. Anlamlar benzersiz olmaları nedeniyle her an değişir ama hiçbir zaman eksik olmazlar. Yaşam hiçbir zaman anlamdan yoksun değildir (Yalom, 2001).

Ayrıca Adler, anlama farklı bir eklemede bulunur ve yaşamın anlamı ile topluma katkıyı adeta özdeşleştirir. Anlam her zaman ‘Yaşam bütününe katkıda bulunmaktır’ (Adler, 2010: 15). Doğru anlam yalnızca aktarılabilmesi durumunda olasıdır. Yalnızca tek bir insan için anlam taşıyan bir sözcük aslında anlamsız olur. Amaçlarımız ve eylemlerimiz için de aynı şey söz konusudur. Adler, anlamı başkalarına, topluma olan katkıyı esas alarak değerlendirir ve bu doğrultuda değer verir. Adler, biricik doğru anlamların başkaları için taşıdıkları anlamlar olduğunu belirtir. Her insan önemli biri olmayı amaç edinir. Ancak kendi önemlerinin başkalarının yaşamlarına yaptıkları katkılarda yattığını anlamazlarsa sürekli olarak aynı yanlışları tekrarlarlar (Adler, 2010: 14). Adler yukarıdaki görüşlerini desteklemek için insanlığın geçmiş tarihine başvurur. Yaşamın gerçek anlamının başkalarına katkı ve onlarla işbirliğine bağlı olduğu sonucunu çıkartabileceğimiz başka bir ipucu daha olduğunu belirtir. Eğer bu gün etrafımıza, atalarımızdan elde ettiğimiz mirasa bakarsak ne görürüz? Onlardan geri kalan tek şey insan yaşamına katkılarıdır. İşlenmiş toprağı, yolları ve binaları görürüz. Onların yaşam deneyimlerinin meyvesi gelenekler, felsefe, bilim, sanat ve insani konumumuzla başa çıkma tekniklerinde bize aktarılmıştır. Atalarımızı var eden, onları anlamlı kılan şey bugünkü hayata yaptıkları katkılardır. Öyle ise diğerlerine ne oldu? Sorusu ile sadece kendini düşünen bencil bireyleri hedef alır. Hiçbir zaman işbirliği yapmayan, yaşamda

sürekli olarak farklı anlamlar bulan, yalnızca ‘Yaşamdan ne alabilirim’ sorusunu soranlara ne oldu? Arkalarında hiçbir iz bırakmadılar (Adler, 2010: 16). Bu gerçeği anlayan yani yaşamın anlamının insanoğlunun bütünüyle ilgilenmek olduğunu bilen ve toplumsal ilgi ve sevgi geliştirmeye çalışan insanlar her zaman var olmuştur (Adler, 2010: 17). Buradan bencil insanların yaşamlarında bir anlama sahip olamayacağı, olsa bile topluma genel bir katkıda bulunmadıkları için bu anlamın anlam sayılmayacağını anlayabiliriz.

Gestalt terapiye göre, insan her şeye bir anlam yükleme eğilimindedir, yaşadığı alana ya da tüm alana bir anlam yüklemekten edemez ve bu konuda çok başarılıdır. İnsan yeni bir ortama girdiğinde oraya bir anlam yükler. Eğer o çevreye, ortama anlam yüklemiyorsa o çevre yoktur. Kişi sözel olarak bir şeyi birisine ifade etmeliyim derken anlam yükler ve her bireyin yüklediği anlam o bireye özgüdür (Akkoyun, 2005).

Frankl (2010: 123) yaşama anlam katabilmek için, sevilen insanlara ilişkin sıkı sıkıya korunan imajlar, din, mizah duygusu, doğa, sanat, gelecek beklentisi, hedef, hayattan beklenti, bir iz bırakmak, iyilik, güzellik, doğruluk, doğayı ve kültürü yaşamak gibi durumlara değinmiştir. Tüm bunları da yaşamın anlamının temel özellikleri olarak üç kategoride toplamıştır;

1. Eser yaratmak ya da iş yapmak (başarı). Bu eylemde başkasının hayatına katkıda bulunma daha çok öne çıkmaktadır.
2. Deneyim yaşamak ya da bir insanla etkileşmek (sevgi). Başka bir deyişle sadece işte değil sevgide de anlam bulmaktır.
3. Kaçınılmaz acıyı çekmek ve değişmez ölüme karşı bir tutum sergilemek. Buradan hareketle değiştiremeyeceği bir kaderle yüz yüze gelen umutsuz bir durumun çaresiz kurbanının bile kendini aşabileceği ve böylece kendini değiştirebileceği söylenebilir. Bunun yolu acıdan kaçmamak, onunla yüzleşmek ve ondan utanmamaktır.

Yaşamın anlamı, Frankl’ın bu temel kategorilerinin dışında psikoloji literatüründe farklı şekillerde ele alınan çok yönlü bir yapıdır. Yaşamın anlamı kavramı genel olarak, yaşam değerine ve amacına, önemli hedeflere ve bazıları içinde maneviyata göndermede bulunur (Jim, Purnell, Richardson, Golden-Kreutz ve Andersen, 2006). Yaşamın anlamı bireyin bakış açısıyla yaşamın ontolojik anlamı (Crumbagh ve

Maholick, 1964), amaç yönelimi ya da amaçlılık (Ryff, 1998), sağlıklı olmanın bir göstergesi (Ryff, 1989) ve yukarıda belirtilen tanımların doğal bir sonucu olarak uyum sağlamayı kolaylaştırıcı gibi farklı şekillerde ele alınmıştır.

Ebersole ve Depaola (1986) yaşamın anlamı için, ilişkiler, sağlık, zevk, yardım ve inanç kategorilerini önermiştir. Battista ve Almond (1973) ise, yaşamın anlamını bir değerler grubu olarak değerlendirmekte olup yaşamın anlamını; yaşamı anlaşılır hale getirme, ulaşılan amaçlar ve kişinin potansiyelini kendisinin memnun olacağı hale getirme gibi faktörleri içerdiğini savunmuştur. Anlam anlayışı Wong'a (1998) göre, başarı, ilişkiler, din, öz aşkınlık (selftranscendence); Emmons'a (1999) göre başarı, yakınlık (intimacy), din-spiritüellik, üretkenlik; Eborsole'a (1999) göre yaşam uğraşı (life work), ilişkiler, dini inançlar, başkalarına hizmet (service) olarak sınıflandırılmıştır (Akt., Emmons, 2005). Klinger (1977) yaşamın anlamının kaynağı olarak, kişisel ilişkiler, kişisel gelişim, başarı, özgecilik, hedonizm, yaratıcılık, dinsel ve yaşamda iz bırakma (legacy) gibi özellikleri belirlemiştir (Akt., Prager, 1997). Battista ve Almond'a (1973) göre, yaşamını anlamlı olarak değerlendiren kişiler anlam anlayışına olumlu olarak bağlıdır ve yaşamlarını doyurucu olarak algırlar, bu doyuruculuğun yüksek olması da bu kişiler için önemli bir duygudur.

Baumeister (1991) yaşamın anlamını, amaç, değerler, etkililik (efficacy) ve öz-değer olmak üzere dört farklı anlam ihtiyacı olarak kavramsallaştırmış ve kişilerin yaşamlarındaki anlamı anlamamanın yolunun da bu dört ihtiyacı irdelemek olduğunu ifade etmiştir (Akt., Reker ve Fry, 2003). Das'a (1998) göre, yaşamın anlamı, insan yaşamında bazı fonksiyonlara hizmet eder. Bunlardan birincisi, anlamlar, insanın yaşaması için nedenler sağlar. Böylece eylemler anlam tarafından yönlendirilir. Bu da yaşamdaki olaylar için kontrol işlevini yerine getirir. Son olarak da anlamlar, öz-değerin oluşumunu sağlar. Böylece insanlar yaşamlarında anlam bulduklarında birçok duygusal problem çözülür ve yaşam değerli hale gelir. McGregor ve Little (1998) ise, yaşamın anlamı kişisel projelerle ilişkili olarak değerlendirmiştir. Kişisel projeler kişinin kendisine bakış açısının çekirdeğini yansıtmaktadır. Bu çekirdek de kişilik özellikleri, amaçlar, değerler ve becerilerinden oluşmaktadır. Bu araştırmacılara göre, bu kişisel projeler yaşamın anlamı deneyimini yordamaktadır.

Park ve Folkman (1997) yaşamın anlamını, global ve durumsal olarak iki seviyede ele almıştır. Global anlam, inançlar ve değerli amaçlardan oluşur. Global anlam,

kişinin geçmiş, şimdi ve geleceğini etkiler. Ayrıca geleceğe yönelik beklentilere ve durumsal anlama etki etmektedir. Global anlam iki boyutta incelenir. Birinci boyut, insanların pozitif ve negatif olaylara ilişkin beklentileri ile ilgilidir. İkinci boyut ise, yaşam amaçları ile ilgilidir. Durumsal anlam ise, global anlam kişisel inançlar ve amaçların etkileşiminden oluşur. Ayrıca Park ve Folkman (1997) global ve durumsal anlamın stres ve baş etme ile ilişkisini içeren bir model öne sürmüştür.

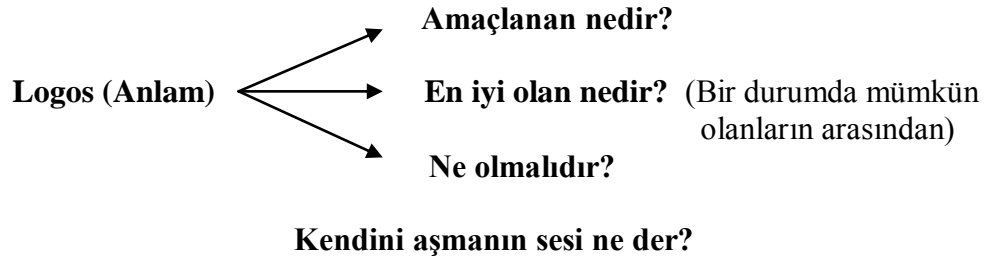
Anlam, anın kuşattığı şeylerden çok daha fazla şeyin kavranmasıyla oluşur. Anlam yaratma, kişisel gelişim ve kimlik gelişimi, ilişkiler ve hedefler gibi bir biri ile bağlantılı diğer süreçlerle ilişkili olarak değerlendirilmeli (Steger, Oishi ve Kashdan, 2009). Bireyler yaşamlarının anlamlı olduğunu fark ettiklerinde kendileri ve insanlık için daha anlamlı seçimlerde bulunabilir. Bu doğrultuda başarı, ilişki, din, kendini aşma, kendini kabul, yakınlık ve yaşamlarında güzel davranışlarda bulunma, başarı için gerekli tedbirleri alma, başarı yollarını belirleme ve umutlu düşüncelerin önünü açma gibi çeşitli durumlardan uygun amaçlar çıkarabilir. Böylece yaşamın anlamı uygun hedef gerçekleştirilmede kişiye yardımcı olur (Dogra, Basu ve Das, 2011).

Frankl anlamlı yaşamak için bir sebep bulmak ve yaşamının önemli olduğunu kavrayarak veya hissederek yaşamaya çalışma olarak tanımlamıştır. Frankl'a göre, yaşamın anlamı yaşamda yüksek bir hedefe kendini adanma ve bununla tatmin olmaya göndermede bulunur. Bu amaçlılık kişiye yaşamak için bir neden sağlar. O, yaşamı sadece hayatta kalma arayışından çok dünyada bir fark yaratabilme tecrübesi yapar (De Klerk, Boshoff ve Wyk, 2009).

Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımına göre, insanın ruhsal yaşamı bir amaçla belirlenir. Bir insanın düşünebilmesi, hissedebilmesi, bir istekte bulunabilmesi, rüya görebilmesi için bunları yaparken bir amaca dayandırmasına, bir yön belirlemesine ihtiyaç vardır. Ruhsal yaşamda bir devinim olabilmesi için amaçların olması gerekmektedir. Bazı insanlar belirli amaçlardan yoksundur ancak insanın devinimlerinden amaçlarını kestirmek mümkündür. Bireysel psikoloji insan ruhundaki olayların tümünü amaçlarla bağlantılı bir şekilde ele almaktadır (Adler, 2004).

Yaşamın anlamına ilişkin literatür incelendiğinde yaşamın anlamı ve amaçların sıklıkla birbiri yerine kullanıldığı görülmektedir. Yalom'a (2001) göre anlam, mana ya da tutarlılığa gönderme yapmaktadır. Anlam arayışı, tutarlılık arayışını ifade

etmektedir. Amaç ise, niyet, hedef ve işleme göndermede bulunmaktadır. Bir şeyin amacı o şeyin rolü ve işlevi ile ilgilidir. Bununla birlikte günlük kullanımda yaşamın “amacı” ve “anlamı” birbirinin yerine kullanılmaktadır (Yalom, 2001). Seligman ve Csikszentmihalyi’ye (2000) göre, yaşamın anlamı ve yaşam amacı iki birleşik yapı olup pozitif psikoloji içinde ele alınmaktadır. Battista ve Almond’a (1973) göre, anlamlı yaşam, yaşam kavramına bakış ve anlam anlayışı ile ilgilidir. Bunun için de bireysel inançlar ve yaşamda bir amacın olması gereklidir. Ryff (1989) ise yaşamın anlamını, amaç kavramını içine alan daha geniş bir tanım olarak ele almıştır.



Sekil 2. Anlamın Sorgulanması

Kaynak: Barnes, 2005

İnsan kendini ve dünyayı anladığında, yeryüzünde eşsiz olduğunu kavradığında ve yaşamlarında başarılı olmaya çalışma kimliği sergilediğinde yaşamın şu anki anlamını yaşar. Bu yüzden insanoğlunun hem sahip olduğu hem de aradığı anlam tarafından motive edildiği düşünülür. Dolayısıyla insan anlam arayışında da bulunmaktadır. Anlam arayışı insanın güçlü, yoğun ve canlı bir arzusu ve anlam oluşturma ya da var olan anlamı artırma çabası yaşamlarının amacı olarak tanımlanmaktadır (Steger, baskıda, akt. Steger, Kashdan, Sullivan ve Lorentz, 2008). Aslında anlam arayışı hayatın doğal sağlıklı bir kısmı olarak, insanı yeni fırsatlar ve uğraşlar arama ve arzularını ateşleme, yaşantılarını şekillendirme olarak ele alınabilir. Bunun karşılığında anlam arayışı başka söylemlerde (Adler, 2010) fonksiyon bozukluğunun bir belirtisi olarak değerlendirilmektedir (Steger ve diğerleri, 2008). Anlam arayışı hem sağlıklı olmanın hem de sağlıksızlığın işareti olarak değerlendirilmiştir.

Frankl yaşamda anlam arayışının içsel bir gerilim yarattığını ve bu içsel gerilimin psikolojik sağlığın ön koşulu olduğunu ileri sürmektedir (Karahana ve Sardoğan, 2004). Logoterapiye göre, insanın gerilimsiz bir denge durumuna değil

(homeostasis), uğruna çaba göstermeye değer bir hedefe, kendi isteğiyle tercih etmiş olduğu bir amaç uğrunda mücadele etmeye ihtiyacı vardır (Altıntaş ve Gültekin, 2005).

Anlam bulma, anlamın pasif bir kabulü olarak belirlenmemiştir. Hayata hükmeden anlam, kişinin iş ve günlük yaşama ilişkin felsefesini içerebilir. Anlamli yaşantı çıkarımı dini hizmetlere, törenlere katılma, onlar gibi giyinme gibi bir tercihi içerebilir. (King ve Hicks, 2009). Bütünüyle bireyselliği içeren yaşamın anlamı, daha çok belli bir anda bir insanın yaşamının özel anlamıdır (Frankl, 2010). Başka bir zaman da anlam bir insan için başka başka şeyleri ifade edebilir.

Yaşamın anlamını kavrama hayatın sadece akıp giden zamanın anlarından ibaret olmadığını kavramaktır. Bizim yaşamın anlamına ilişkin atıfımız eşyanın doğası üzerine bakış açımızla, temel değerlerimizin çoğundan, bizi saran sosyal sistemden ve yaşadığımız hayatın özel anlarından oluşur. Biz sabit belirli bir anlam duygusuna sahip olduğumuzda bu şeyler arasındaki etkileşimde bir süreklilik vardır. Yaşam standart olduğunda her şey de ona sıkı sıkıya uymaya başlar, şeylerde standartlaşır ve biz ondan kurtulmak isteriz (Howard, 2009). Bu kurtuluş çabası anlam arayışı olarak değerlendirilebilir. Steger ve diğerlerine (2008) göre, anlam arayışı, yaşamın doğal ve sağlıklı bir kısmı olmalı, insanları yeni fırsatlar ve uğraşlar aramaya teşvik etmeli ve bireylerin kendi tecrübelerini anlama ve düzenleme isteklerini körüklemelidir. Yani anlam bireyi ateşleyen ama ayaklarını yerden kesmeyen bir motivasyon kaynağı olarak değerlendirilebilir.

Bir bireyin anlam arayışı başarılı olduktan sonra bu onu mutlu kılmakla kalmaz, ona, acıyla başa çıkabilecek bir yeti de kazandırır. Anlam aynı zamanda bireyde güçlü bir irade yaratır. Ayrıca yaşam anlamını bulmak sağlığa ve iyi hissetmeye önemli bir katkı sağlayıcı olarak kabul edilir (Ryff ve Singer, 1998). Bireyin umutsuz anlam arayışı boşa çıktığı zaman ne olur? Sorusuna Frankl, 'bu durumun öldürücü olabileceği' cevabıyla karşılık verir (Frankl, 2010: 151).

Anlam yoksunluğunun dikkate değer bir kayıp olması anlamın öncelikle var olmasını gerektirir. Anlam daima çözülecek bir problem değildir, anlam günlük yaşam ambiyansı olarak yaşanabilir. Anlam bulma bireyin önceki varsayımlarını da yeni yaşantının asimile etmesini içerir. Bunun karşılığında anlam yapısı, olaylar varsayımların yıkıcılığı olarak yaşandığında, bireyin anlam yapılarındaki değişikliğin

gerekliliği baskın olabilir. Anlam bulmayı anlam yapısı ile kıyasladığımızda onun farkındalık, kasıt ve efor dolu süreci daha fazla içerdii görölür. Anlam yapısı kişinin yaşantı ve beklentileri arasındaki açığın farkındalığı tarafından motive edilir. (King ve Hicks, 2009).

2.2.3. Anlam İstemi (Will to meaning)

Frankl'ın yaşamda uygun bir anlam ve amaç bulma ihtiyacı için kullandığı terimdir (Budak, 2003). Frankl, anlam arayışını insan olmanın ayırt edici bir özelliği olarak görür. (Altıntaş ve Gültekin, 2005). Frankl, bireyin anlam arayışının hayatındaki ilk motivasyon olduğunu ve içgüdüsel dürtülerin 'ikincil ussallaştırması (secondary rationalization)' olmadığını söyler (Conant, 2004). Bu anlam sadece kişinin kendisi tarafından bulunabilir oluşuyla ve böyle olması gereğiyle, essiz ve özel bir yapıdadır; ancak o zaman bu, kişinin kendi anlam istemini doyuran bir önem kazanabilmektedir (Frankl, 2010).

Bir kişinin anlam istemi tamamlandı mı, o kişi mutlu olur, aynı zamanda acıya katlanabilir, engellenmelerle ve gerilimlerle başa çıkabilir ve gerekirse hayatını vermeye hazır hale gelir. Tarih boyunca ve şu anda olan çeşitli direnme hareketlerine bu duruma örnek olarak gösterilebilir. Diğer bir yandan, eğer kişinin anlam istemi engellenirse, o kişi aynı zamanda hayatına kastetmeye meyilli hale gelir ve etrafındaki tüm zenginliğe ve mutluluğa rağmen bunu yapar. Örnek olarak İsviçre ve Avusturya'daki zengin yapılardaki şaşırıntıcı intihar figürlerine bakmak yeterli olacaktır (Frankl, 2010).

2.2.4. Varoluşsal Engellenme (Existential frustration)

İnsanın anlam istemi (will to meaning) de engellenebilir, bu durumda Frankl 'varoluşsal engelleme'den söz eder. Varoluşsal terimi üç şekilde kullanılabilir:

1. Varoluşsal kendisini yani özellikle insan olma durumunu anlatmak için;
2. Varoluşun anlamı için ve
3. Kişisel varoluşta somut bir anlam bulmaya yönelik arayış, yani anlam istemi anlamında (Frankl, 2010: 114).

Varoluşsal engellenme, Frankl'a göre bireyin yaşamak için bir anlam, bir 'neden' bulamamasının sebep olduğu engellenme duygusudur. Bu duygu da zamanla varoluşsal boşluğa yol açar (Budak, 2003: 800). İnsanlar uğruna yaşayacakları bir amaç ve anlama ihtiyaç duyarlar ve insanın bu yöndeki anlam arayışı engellendiğinde 'varoluşsal engellenme' ortaya çıkar. Bu durum nevroza neden olabilir. (Karahan ve Sardoğan, 2004).

Frankl 1959 yılında Varoluşsal Psikoterapi Konferansında okuduğu 'Kendini Gerçekleştirme ve Kendini İfade Etmenin Ötesinde' adlı makalede Viyana Poliklinik hastanesinde ayakta tedavi gören hem nörolojik hem de psikoterapötik hastaları kapsayan, bölümler arasında bir araştırma yürütüldüğünden bahsetmiştir. Araştırma sonucuna göre, araştırma kapsamında incelenen kişilerin %55'i az ya da çok varoluşsal engellenmenin ve/veya boşluğun belirgin bir derecesini göstermekteydi. Hastaların yarısından fazlası, hayatın anlamlı olusuna ilişkin bir duygu kaybı yaşamaktaydı (Frankl, 1959).

2.2.5. Varoluşsal Boşluk (Existential Vacuum)

Viktor Frankl'a göre, insanın yaşamak için bir neden bulamamasının ve bundan ötürü yaşamı sorgulamasının bireyin ruhunda yarattığı boşluk duygusudur (Budak, 2003). Varoluşsal boşluk yirminci yüzyıl ve sonrasında görülen yaygın bir olgudur. Yirminci yüzyılın ortalarında ilerleyen otomasyon ve gelişen teknolojiyle birlikte insanların boş zamanlarında ciddi bir artış olmuştur. İnsanlar yeni kazandıkları bu boş zamanlarda ne yapacaklarını pek bilememektedirler (Frankl, 2010). Frankl, bu konuya "Pazar günü nevrozunu" örnek vermektedir. Hafta içinin yoğun temposundan sıyrılan ve kendi iç dünyalarındaki boşluğu fark eden bireyler, tatil depresyonu yaşamaktadır. Depresyon, saldırganlık, madde bağımlılığı ve intihar gibi olguların altında varoluşsal boşluk yatmakta olup, emekli bireylerde ve yaşlılık dönemi krizlerinde de bu durum gözlenmektedir (Karahan ve Sardoğan, 2004). Varoluşsal boşluğun kendini gösterdiği çeşitli maske ve kılıflar da söz konusudur. Bazen engellenen anlam istemi, en ilkel güç istemi olan para istemi de dahil olmak üzere, bir güç istemi ile temsili bir yoldan dengelenir. Diğer durumlarda engellenen anlam isteminin yerini haz istemi alır (Frankl, 2010: 121).

Logoterapi, hayatta varoluşsal boşluktan kaçınmak için üç faktörü bir araya getirmeye çalışır: (a) İş (gerçek meslek), (b) uğraş (hayatta eşsiz kişisel görev), (c) üç değer (yaratıcı, tecrübeye dayanan, kişisel tavra dayalı). Birey bu değerleri gerçekleştirme ve hayatta essiz bir görevi yerine getirmek için sorumlu olarak algılanır (Athanasou, 1984).

Ancak yaşamını anlamdan soyutlayanlar, hayatlarını devam ettirecek içsel gücü kendilerinde bulamamaktadırlar (Altıntaş ve Gültekin, 2005). Bu çabası başarısızlıkla sonuçlanan kişide varoluşsal boşluk ortaya çıkar ve kişi kendini, yaşamını yalnız, anlamsız ve boşuna hisseder (Budak, 2003). Varoluşsal boşluk; can sıkıntısı, durgunluk ve boşluk duygusu olarak yaşanır (Altıntaş ve Gültekin, 2003).

1.2.6. Noöjenik Nevrozlar

Varoluşsal engellenmenin yol açtığı nevrozlar için Frankl geleneksel anlamdaki, yani ruhsal kökenli (psikojenik) nevrozlara karşıtlık içinde, **noöjenik nevroz** terimini kullanmaktadır (Frankl, 2010: 115). Noöjenik Nevrozlar, benlik yapıları arasındaki çatışmalardan değil, daha çok varoluşsal sorunlardan kaynaklanmaktadır ve altında anlam arayışının engellenmesi yatmaktadır. Bu tür sorunlar aynı zamanda bir çatışmayı da yaratmaktadır (Frankl, 2010; Karahan ve Sardoğan, 2004). Her çatışma zorunluluk gereği nevrotik değildir; bir ölçüde çatışma normal ve sağlıklıdır. Benzer bir şekilde acı çekmek her zaman için patolojik bir olgu değildir; acı, nevrotik bir semptom (belirti) olmaktan çok, özellikle varoluşsal engellenmeden kaynaklanıyorsa, insanca bir başarı da olabilir (Frankl, 2010: 116)

İçsel bir bunalım somatojenik (soma= body) bir bunalımdır. Psikojenik bir bunalım (psyche= mind) tepkisel bir bunalımdır, mesela değer verilen bir şeyin kaybı gibi çevresel bir unsura tepkidir. Noöjenik bunalım (noös= spirit) yaşamda anlam ya da değer görememekten kaynaklanır. Bu ayrıca varoluşsal bir bunalım olarak bilinir. Logoterapi, noöjenik bir depresyonda, ruhun, anlamın çağrısını duymadığına dikkat çeker (Barnes, 2005).

Dünyanın birçok yerindeki araştırmalarda mevcut durumdaki nevrozların %20'sinin noöjenik nevroz olduğu ortaya konmuştur. Bu durum, bu nevrozların diğer nevrozlarda olduğu gibi psişe ya da zihin kökenli değil de noös'ta, insan ruhunda

ortaya çıktıkları anlamına gelir. Noöjenik nevrozlara da beklenen ya da istenileni yapma, dışsal bir 'gereklilik' ve içsel bir 'istek' arasındaki vicdan çatışmasının nedeni olabilir. Noöjenik nevrozlara aynı zamanda bir insanın ailesi ve akranları arasında kalması gibi onu karşıt yönlere çeken iki değer çatışması da neden olabilir (Rice, 2005).

2.3. AŞK TUTUMLARI İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Türkiye'de karşı cinsle ilişkilere yönelik çeşitli araştırmalar bulunmakla birlikte konusu doğrudan 'aşk' olan az sayıda çalışmaya rastlanmaktadır. Türkiye'de yapılan ilk çalışma Şahin (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan araştırmanın sonucuna göre, erkekler kadınlara göre daha fazla oyun gibi ve özgeci aşk tutumuna sahiptir. Diğer aşk tutumları ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Aynı çalışmada Tutkulu, arkadaşça, mantıklı ve özgeci aşk tutumu ile ilişki doyumu arasında pozitif ilişki olmasına rağmen, oyun gibi aşk tutumu ile ilişki doyumu arasında negatif ilişki vardır. Sahiplenici aşk tutumu ile ilişki doyumu arasında ne pozitif ne de negatif hiçbir ilişki bulunamamıştır. Bunun dışında çift uyumu ile tutkulu, arkadaşça ve özgeci aşk tutumu arasında pozitif, oyun gibi aşk tutumu arasında ise negatif ilişki vardır. Aynı çalışmada psikolojik iyi olma ile tutkulu aşk arasında pozitif, sahiplenici aşk arasında ise negatif ilişki olduğu bulunmuştur.

Büyükşahin ve Hovardaoğlu (2004) tarafından yapılan çalışmada ise çiftlerin aşk tutumları incelenmiştir. Araştırmacılar çalışmalarının sonucunda erkeklerin kadınlardan daha özgeci aşk tutumuna sahip oldukları fakat diğer aşk tutumları yönünden kadınlarla erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Çiftlerin mutlu olmaları ile özgeci ve tutkulu aşk tutumları arasında olumlu, oyun gibi aşk tutumu arasında olumsuz yönde ilişki bulmuşlardır. İlişkide sorun yaşama ile özgeci ve tutkulu aşk tutumları arasında olumsuz, oyun gibi ve sahiplenici aşk tutumları arasında ise olumlu ilişki saptanmıştır.

Büyükşahin (2006) tarafından gerçekleştirilen ikinci çalışmada kadınların tutkulu aşk puanlarının erkeklerin puanlarından, erkeklerin özgeci aşk puanlarının kadınların

puanlarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı çalışmada özgeci aşk boyutunda, flört ilişkisi olanlar sözlü, nişanlı ya da evli olanlardan daha düşük puan almışlardır. Tutkulu aşk boyutunda sözlü ve nişanlı olanlar, flört ilişkisi olanlardan daha yüksek puan almışlardır.

Ercan'ın (2008) yaptığı araştırmaya göre, kadın ve erkeklerin ilişki sayısı ve ilişki süresi arasında anlamlı bir farklılık vardır. Erkeklerin ilişki sayısı ortalaması kadınların ilişki sayısı ortalamasından daha yüksektir. Aynı zamanda kadınların ilişki süresinin ortalaması erkeklerin ilişki süresi ortalamasından daha yüksektir. Araştırmaya katılan bireylerin aşk tutumlarına ait ortalama puanlarının yüksekten düşüğe doğru tutkulu aşk, özgeci aşk, arkadaşça aşk, sahiplenici aşk, mantıklı aşk ve oyun gibi aşk şeklinde sıralandığı görülmektedir. İlişki sayısı ve ilişki süresi ile aşk tutumları arasındaki korelasyon incelenmiştir. İlişki sayısı ile oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre ilişki sayısı arttıkça oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanları yükselmektedir. İlişkinin süresi ile tutkulu aşk ve arkadaşça aşk puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bir başka ifade ile ilişki süresi uzadıkça tutkulu aşk ve arkadaşça aşk puanları yükselmektedir. Yine ilişkinin süresi ile oyun gibi aşk ve sahiplenici aşk puanları arasında düşük düzeyde negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. İlişki süresi kısaldıkça oyun gibi aşk ve sahiplenici aşk puanları yükselmektedir. İlişki statüsüne göre tutkulu aşk puanları düşüğe doğru ilişkisini flört olarak tanımlayanlar, evli olarak tanımlayanlar ve sözlü/nişanlı olarak tanımlayanlar şeklinde sıralanmaktadır. İlişkisini evli olarak tanımlayan çiftlerin, flört olarak tanımlayan çiftlere göre daha çok arkadaşça aşk yaşadığı bulunmuştur. İlişki statüsüne göre oyun gibi aşk puanları, düşüğe, ilişkisini evli olarak tanımlayanlar, sözlü/nişanlı olarak tanımlayanlar ve flört olarak tanımlayanlar şeklinde sıralanmaktadır. İlişki statüsüne göre özgeci aşk puanları, düşüğe, ilişkisini flört olarak tanımlayanlar, evli olarak tanımlayanlar ve sözlü/nişanlı olarak tanımlayanlar şeklinde sıralanmaktadır. Aşk tutumları ile cinsiyet arasındaki ilişki incelenmiştir. Erkeklerin oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanları kadınlara göre daha yüksektir. Diğer aşk tutumları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Alt sosyo-ekonomik düzeyde bulunan bireylerin arkadaşça, mantıklı ve özgeci aşk puanları üst sosyo-ekonomik düzeyde bulunan bireylerden daha yüksektir.

Uzun Özer ve Tezer'in (2008) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırma sonuçlarına göre, aşk tutumlarından tutkulu aşk, arkadaşça aşk, sahiplenici aşk, mantıklı aşk, oyun gibi aşk ve özgeci aşk pozitif duyguların %15'ini açıklamaktadır. Negatif duyguların ise %20'sini açıklamaktadır. Yani pozitif ve negatif duyguların her ikisinde de aşk yer almaktadır fakat negatif duyguların daha fazla açıklayıcıdır. Aynı araştırmada tutkulu aşk ve özgeci aşk negatif duyguların önemli bir yordayıcısı olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Aşk konusunda yapılan ilk bilimsel çalışmalardan birinde Kephart (1967), üniversite öğrencisi kadın ve erkeklerin romantik deneyimlerini incelemiştir. Araştırmacı, çalışmasının sonunda kadınların erkeklerden daha çok romantik deneyimlerinin olduğunu, bununla birlikte, evliliğe yaklaştıkça söz konusu farkın azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Kephart bu bulguyu kadınların daha erken olgunlaşmasıyla ilişkilendirmiştir. Aynı çalışmada araştırmacının 'diğer özellikleri istediğiniz yönde olsa bile aşık olmadığınız bir kişiyle evlenir miydiniz?' sorusuna erkeklerin % 64.6 sı, kadınların ise % 24'ü kesinlikle hayır yanıtını vermişlerdir. Araştırmacı bu durumu da kadınların daha evlilik yönelimli ve daha gerçekçi oluşuyla açıklamaya yönelmiştir.

Tüfekçi'nin (2008) yaptığı araştırmaya göre, en çok tutkulu aşk yaşanmakta en az da oyun gibi aşk yaşanmaktadır. Ayrıca aşk tutumunun cinsiyetle ilişkisi incelenmiştir. Erkekler kadınlara göre oyun gibi aşk ve özgeci aşk tutumuna daha fazla sahipken, kadınlar ise tutkulu aşk tutumuna daha fazla sahiptir. Halihazırda bir ilişkisi bulunan genç yetişkinler, ilişkisi bulunmayan genç yetişkinlere kıyasla daha çok tutkulu aşk tutumunu tercih etmektedir. Bunun yanı sıra Transaksiyonel Analiz kuramında yer alan ego durumları ile aşk tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Eleştirel ebeveyn ego durumuna sahip bireyler arkadaşça aşk tutumuna sahiptir. Koruyan ebeveyn ego durumuna sahip bireyler sahiplenici aşk tutumu ve özgeci aşk tutumuna sahiptir. Ayrıca arkadaşça aşk tutumunun ego durumları ile ilişkisi incelenmiştir. Genç yetişkinlerin arkadaşça aşk tutumunun eleştirel ebeveyn ego durumu ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu; doğal çocuk ego durumuyla ters yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Mantıklı aşk tutumu ile uygulanan çocuk ego durumları arasında anlamlı doğrusal ilişki; doğal çocuk ego durumu ile anlamlı fakat ters yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sahiplenici aşk tutumu ile eleştirel ebeveyn ego durumu ve

yetişkin ego durumu arasında ters yönlü bir ilişki olduğu tespit edilirken yine sahiplenici aşk tutumu ile uygulu çocuk ego durumu arasında doğrusal bir ilişki olduğu saptanmıştır. Özgeci aşk tutumu ile eleştirel ebeveyn ego durumu arasında ters yönlü bir ilişki olduğu tespit edilirken; koruyucu ebeveyn ve uygulu çocuk ego durumları arasında anlamlı doğrusal ilişkiler olduğu bulunmuştur.

Knox ve Sporakowski (1968), Rosenman (1978), Rubin, Peplau ve Hill (1981), Philbrick ve Stones (1988) aşk tutumlarını ele aldıkları çalışmalarında, genel olarak hem erkek hem de kadınların –akılcılık ve yararın ön planda tutulduğu- realistik aşk puanlarının, -duygular ve tutkunun ön planda tutulduğu- romantik aşk puanlarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Cinsiyetleri karşılaştırdıklarında kadınların aşk tutumlarının erkeklerin aşk tutumlarından daha realistik, erkeklerin aşk tutumlarının kadınların aşk tutumlarından daha romantik olduğunu bulmuşlardır. Bunun yanında Knox ve Sporakowski (1968), bireylerin yaşlarının ilerledikçe realist aşk puanlarının yükseldiği, Rubin ve diğerleri (1981), erkeklerin kadınlarla karşılaştırıldıklarında daha kısa sürede aşka kapıldığı, kadınların ise ilişkilerini erkeklerden daha kolay sonlandırdığı bulgularına ulaşmışlardır.

Literatür incelendiğinde, Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği kullanılarak, çok sayıda araştırma yapıldığı ve bu çalışmaların büyük çoğunluğunun, aşk tutumları ve cinsiyet ilişkisi üzerine odaklandığı görülmektedir. Pek çok araştırma (Örn., Bailey, Hendrick ve Hendrick, 1987; Dion ve Dion, 1991; Hendrick ve Hendrick, 1986; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Worebey, 2001) aşk tutumlarının cinsiyete göre farklılaştığını ortaya koymuştur. Bu çalışmalarda, erkeklerin kadınlara oranla aşkı daha çok oyun olarak; kadınların ise erkeklere oranla aşkı daha çok arkadaşça, mantıklı ve sahiplenici olarak gördükleri gözlenmiştir. Walsh (1991) ise, Bem Cinsiyet Rolü Envanterini kullanarak, katılımcıları kadınsı ve erkeksi olmak üzere iki gruba ayırmış, erkeksi tutumları olanların aşkı daha çok oyun gibi gördüklerini, kadınsı tutumları olanların ise, mantıklı aşk puanlarının daha yüksek olduğunu gözlemlemiştir. Yine bu çalışmada, erkeksi tutumlar ve aşkı oyun gibi görmek ile çok sayıda kişiyle ilişki kurmak arasında olumlu ilişki gözlenirken, kadınsı tutumlar ve mantıklı aşk tutumunun olması ile çok sayıda kişiyle beraber olmak arasında olumsuz ilişki bulunmuştur.

Montgomery ve Sorell (1997) yetişkinlerin yaş gruplarına göre aşk tutumlarını karşılaştırdıkları araştırmalarında evlenmemiş gençlerin sahiplenici aşk ve oyun gibi aşk puanlarının ileri yaşlardakilerden daha yüksek, özgeci aşk puanlarının ise daha düşük olduğunu saptamışlardır.

Ayrıca insanların aşk tutumları üzerinde kültürel değerler ve kültürel öğretilerin de etkili olduğu söylenilebilir. Kadına ve erkeğe uygun görülen aşk tutumlarının kültürden kültüre farklılaştığını gösteren araştırma bulguları vardır (Davies, 2001; Gao, 2001; Hendrick ve Hendrick, 2002; Medora, Larson, Hortaçsu ve Dave, 2002; Payne ve Vandewiele, 1987; Philbrick ve Stones, 1988). Davies'in (2001) İngiliz üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışma, İngiltere'de erkeklerin aşkı oyun gibi görmelerinin ve ilişkilerine tutkuyla bağlı olmalarının toplumları tarafından onaylandığını, diğer yandan kadınlar için ise bu aşk tutumlarının uygun görülmediğini göstermiştir. Yine bu çalışmada, kadınların ilişkilerinde verici olmaları yani özgeci tutumla ilişkilerine bağlı olmaları toplum tarafından desteklendiği, erkekler için ise bu aşk türünün sosyal olarak kabul edilmediği görülmüştür. Gao'nun (2001) üçgen aşk kuramını temel alarak Amerikalı ve Çinli çiftlerle yaptığı araştırması ise, Amerikalı çiftlerin tutku bileşenini Çinli çiftlere göre daha çok tercih ettiklerini, yakınlık ve bağlılık bileşenlerinin ise her iki toplumda da farklılaşmadığını ortaya koymuştur. Medora ve arkadaşlarının (2002) Amerikalı, Türk ve Hindistanlı üniversite öğrencilerinin romantizme yönelik tutumlarını karşılaştırdıkları kültürlerarası çalışmaları da Amerikalı öğrencilerin romantizm puanlarının en yüksek olduğunu göstermiştir. Amerikalı öğrencileri Türk ve daha sonra ise Hindistanlı öğrenciler izlemiştir. Kanemasa ve diğerleri (2004), aşk tutumları üzerine yaptıkları araştırmada, Japonya'da kadınların erkeklerle karşılaştırıldığında daha mantıklı ve daha özgeci oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

Hendrick ve Hendrick (1986) üniversite öğrencilerinin aşk tutumlarını inceledikleri çalışmada, Asya Kökenli Amerikalı öğrencilerin tutkulu aşk puanlarının Avrupa kökenli Amerikalı öğrencilere göre daha düşük, arkadaşça aşk ve mantıklı aşk puanlarının ise daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı çalışmada erkeklerin oyun gibi aşk puanları kadınların puanlarından daha yüksek bulunmuştur.

İlişki doyumu ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar (Örn., Hendrick, Hendrick ve Adler, 1988; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998;

Richardson, Medvin ve Hammock, 1988) ise, ilişki doyumunun tutkulu ya da özgeci aşk tutumları ile olumlu; aşkı oyun gibi görme ve sahiplenici aşk tutumları ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca Richardson, Medvin ve Hammock (1988) aşkı oyun gibi gören kişilerin ilişkilerinin kısa sürdüğünü ve sık sık partner değiştirdiklerini, mantıklı aşk tutumu olanların ise ilişkilerinin uzun sürdüğünü belirtmişlerdir. Bunlara ek olarak Meeks, Hendrick ve Hendrick (1998), romantik ilişkilerde, tutkulu, özgeci, arkadaşça aşk tutumlarının ilişki doyumunu artırdığını, ancak sahiplenici ve oyun gibi aşk tutumlarının ise ilişki doyumunu azalttığını ortaya koymuşlardır.

Driscoll, Davis ve Lipetz (1972) ebeveynlerin çocuklarının romantik aşk yaşantılarına olan etkisini inceledikleri çalışmalarının sonucunda ebeveyn müdahalesi ile romantik aşk puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişki bulmuşlardır. Anne baba engel olma yönünde müdahale ediyorsa çiftler daha tutkulu aşk yaşıyor. Ayrıca bu çalışmada evli olmayan çiftlerin romantik aşk puanlarının evli olanların puanlarından daha yüksek olduğunu saptanmıştır.

Dion ve Dion (1973) iç-dış kontrol odağı ve romantik aşk konulu araştırmalarında kadınların erkeklerden daha mantıklı, erkeklerin kadınlardan daha romantik ve daha saplantılı olduğunu belirlemişlerdir. İçsel kontrol yönelimli olanlar dışsal kontrol yönelimli olanlardan daha az romantik bulunmuştur.

Diğer yandan bazı araştırmacılar (Örn., Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998) aşk tutumları ve çatışma davranışları arasında karşılıklı bir etkileşim olduğunu ileri sürmüşlerdir. Buna göre tutkulu ve özgeci aşıklar, ilişkilerine çok fazla yatırım yaptıklarından ve partnerlerinin mutluluğu ile çok fazla ilgilenmelerinden, bu bireyler ilişkilerinde daha çok yardımsever olma, daha çok karşılıklı ödün verme ve bütünleştirici çatışma stratejilerini kullanma eğilimindedirler. Buna karşılık, aşkı oyun gibi gören aşıkların, geri çekilme, çatışmayı reddetme, çatışma konusu ve çözüm önerileriyle daha az ilgilenme gibi kaçınıcı stratejileri tercih etme eğilimleri bulunmaktadır.

Hendrick ve Hendrick (2006) partnerlerin sorumlulukları ile aşk tutumları arasındaki ilişkiyi ele aldıkları araştırmalarında tutkulu aşk, arkadaşça aşk ve mantıklı aşk ile sorumluluk alma arasında pozitif, oyun gibi aşk ile sorumluluk alma arasında negatif ilişki bulmuşlardır.

Davies (2001), sosyal arzu edirlilik ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmanın sonunda saplantılı aşkın hem erkek hem de kadınlarda sosyal arzu edirlilikle negatif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Aynı araştırmada tutkulu aşk ve oyun gibi aşkın erkeklerde, özgeci aşkın ise kadınlarda sosyal arzu edirlilikle pozitif ilişkili gösterdiği sonucuna ulaşmıştır.

Tüm bunlara ek olarak, aşk tutumları ile kişilik özellikleri arasında bağlantı olabileceğini ileri sürülmüş ve Davies (1996) Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeğini ve Eysenck'in Kişilik Ölçeğini kullanarak, İngiltereli üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada, aşk tutumları ile çeşitli kişilik boyutları arasında beklenen yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Dışadönüklüğün, tutkulu aşk ve aşkı oyun gibi görme ile olumlu; nerotizmin sahiplenici aşk ile olumlu, mantıklı aşk puanları ile olumsuz; psikotizmin özgeci ve arkadaşça aşk puanları ile olumsuz, aşkı oyun gibi görme ile olumlu yönde ilişkisi bulunmuştur. Kişilik boyutlarının farklı aşk tutumları ile ilişkili olduğu görülmektedir. Tüm aşk tutumlarının genel özellikleri düşünüldüğünde ilgili kişilik boyutları ile aşk tutumlarının ilişkisi daha iyi anlaşılmaktadır. Örneğin sahiplenici aşk tutumu, ilişkiye saplantılı ve takıntılı olma, kendine güvensizlik ve terk edilme kaygısı ile ilişkilidir. Benzer olarak nerotizm, ilişkiyi gerçekçi olmayan bakış açısıyla değerlendirme, kontrol yetersizliği, çelişkili tutumlar, saplantılı olma olarak tanımlanabilir. Tüm bunlara ek olarak, aşkı oyun gibi gören kişilerin daha çok alkol kullanma, sahiplenici aşıkların daha çok depresyona girme eğilimlerinin olduğunu gösteren araştırma bulguları mevcuttur (Arnold ve Thompson, 1996). Bunların yanı sıra literatür incelendiğinde Lee'nin aşk tutumları ile cinsel tutumlar (Frey, Kurt, Hojjat ve Mahzad, 1998), kendilik sunumları (Neto, 1993), kontrol odağı (Dion ve Dion, 1973) kendini açma (Arnold ve Thompson, 1996; Hendrick ve Hendrick, 1987), gebeliği önleyici davranışlar (Adler ve Hendrick, 1991), bireysellik – toplulukçuluk (Dion ve Dion, 1991) ve depresyon (Arnold ve Thompson, 1996; Worobey 2001) gibi pek çok konuyla ilişkisinin araştırıldığı görülmektedir.

Waller ve Shaver (1994) 980 yetişkin ikizle genetik olmayan etkenlerin romantik aşk tutumları üzerindeki etkisini ele aldıkları araştırmada diğer kişilik eğilimlerinin tersine romantik aşk tutumlarını doğuştan faktörler tarafından belirlenmediği

sonucuna ulaşmışlardır. Sonuçlar, paylaşılan genlerin değil, paylaşılan değerlerin romantik aşk tutumlarındaki benzerliğin kaynağı olduğunu göstermektedir.

2.4. YAŞAMIN ANLAMINI İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde yaşamın anlamına ilişkin araştırmalar sunulmuştur. Bu araştırmalar yaşamın anlamı ile birlikte ele alınan değişkenlere göre ele alınmıştır. Yaşamın anlamına ilişkin, kuramsal bölümde söz edildiği gibi yaşamın anlamı sıklıkla iyi oluş ile birlikte ele alınarak çalışılmıştır. Bu nedenle öncelikle iyi oluşla ilişkili yaşamın anlamı araştırmaları, daha sonra farklı değişkenlerle ele alınan yaşamın anlamı araştırmalarına yer verilmiştir. Bu araştırmadaki çalışma grubu üniversite öğrencileri olmasına rağmen üniversite öğrencileri ile yapılan yaşamın anlamı araştırmalarının sayısının kısıtlı olması nedeniyle farklı çalışma gruplarıyla yapılan araştırmalar da bu bölümde sunulmuştur.

Yaşamın anlamı ile ilgili ülkemizde Demirbaş'ın (2010) yapmış olduğu uyarlama çalışmasında, Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ) uyarlanmış, yaşamın anlamı ve yılmazlık arasındaki ilişkisi incelenmiştir. YAÖ'nin 'yaşamda anlamın varlığı' alt boyutu ile Ego-Yılmazlık Ölçeği'nin 'toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler' alt boyutu ve 'kendine yönelik olumlu değerlendirmeler' alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde manidar ilişki bulunmuştur. YAÖ'nin 'yaşamda anlamın varlığı' alt boyutu ile Ego-Yılmazlık Ölçeği'nin 'yeniliklere açık olma' boyutu arasında ise manidar bir ilişki bulunmamıştır. YAÖ'nin 'yaşamda anlamın aranması' alt boyutu ile Ego-Yılmazlık Ölçeği'nin 'toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler' alt boyutu arasında ve 'kendine yönelik olumlu değerlendirmeler' boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde manidar ilişki bulunmuştur. YAÖ'nin 'yaşamda anlamın aranması' alt boyutu ile Ego-Yılmazlık Ölçeği'nin 'yeniliklere açık olma alt boyutu' arasında ise manidar bir ilişki bulunmamıştır.

Yaşamın anlamı ile ilgili ülkemizde Akın ve Taş'ın (2011), yapmış olduğu uyarlama çalışmasında, yaşamın anlamı toplam puanı ve mevcut yaşam anlamı alt ölçeği puanları ile öz-yabancılaşma arasında negatif, özgün yaşam ile mevcut yaşam anlamı alt ölçeği puanları arasında ise pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Ayrıca mevcut

yaşam anlamı alt ölçeği puanları ile dışsal etkiye açık olma alt ölçeği puanlarının negatif ilişkili olduğu saptanmıştır.

Yaşamın anlamına ilişkin diğer bir çalışma, Taş (2011) tarafından öğretmenler üzerinde yapılmıştır. Cinsiyet değişkeni açısından, erkek ve kadın öğretmenler arasında mevcut yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bunun yanında aranan yaşam anlamının cinsiyete göre farklılaştığı ve erkek öğretmenlerin aranan yaşam anlamı düzeylerinin bayan öğretmenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yaş değişkeni açısından ise öğretmenlerde aranan yaşam anlamının yaşa göre farklılaşmadığı sonucu elde edilmiştir. Yaşamın anlamının meslekte çalışma süresiyle ilgili olup olmadığı da araştırılmıştır. Meslekte çalışma süresi gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Buna göre öğretmenlerde mevcut yaşam anlamının meslekte çalışma süresine göre farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Eğitim durumu açısından ise öğretmenlerde mevcut yaşam anlamının eğitim derecelerine göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Medeni duruma göre de inceleme yapılmıştır. Bekar öğretmenlerin evli öğretmenlere göre aranan yaşam anlamı düzeylerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Yaşamın anlamı üzerine çalışmalar ülkemizde henüz çok yenidir. Bu nedenle bu kavramla ilgili çalışmalar daha çok yabancı kaynaklardan alınmıştır.

Reker ve Fry (2002) yaptıkları çalışmada yaş ortalaması 21 olan 163 genç yetişkin ve yaş ortalaması 70 olan 144 yaşlı ile yaptıkları karşılaştırmalı çalışmada yaşamın anlamı ölçeklerinin bu yaş grupları için anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Geçerliliği ve güvenilirliği kabul edilmiş altı farklı anlam ölçeği iki farklı gruba uygulamıştır. Ölçeklerin hepsi genel olarak değerlendirildiğinde bu iki yaş grubunun yaşamın anlamı düzeyleri arasında manidar bir farklılık bulunmamıştır. Prager de (1997) yaşlı ve gençlerle benzer bir karşılaştırmalı çalışma yapmıştır. Araştırma sonucunda; yaşlı ve genç yetişkinler için anlamın kaynağının farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Westerhof ve Bohlmeijer (2004) yaptıkları deneysel çalışmada 57 yaşlıya hatıraları anma programı ile kişisel anlam düzeylerini yükseltmeleri ve depresif belirtilerinin azaltılması amaçlanmıştır. On iki oturumdan oluşan programda her oturumda ilk anılar, çocukluk evleri, norm ve değerler gibi konulardan bir konu üzerinde

çalışılmıştır. Yaşamın anlamının kaynaklarına çocukluk, yetişkinlik, şu an ve gelecek olmak üzere üç aşamada odaklanılmıştır. Katılımcılara çalışma öncesi ve sonrasında kişisel anlam ve depresyon ölçekleri uygulanmıştır. Ayrıca karşılaştırma grubu da demografik değişkenleri açısından eşitlenmiştir. Araştırma sonucunda program uygulanan grubun karşılaştırma grubu ile yaşamın anlamının kaynakları açısından farklılaştığı bulunmuştur. Katılımcıların programdan sonra daha pozitif olduklarını ayrıca kendileri ve sosyal ilişkiler konusunda daha az olumsuzluk ifade ettikleri belirlenmiştir. Ayrıca, program sonunda kişilerin olumsuz değerlendirmelerinin genel konulardan çok daha belirgin konular üzerinde odaklandığı saptanmıştır. Olumsuz değerlendirmelerin genel konulara odaklı olması depresif belirtilerle ilişkilidir. Sonuç olarak bu çalışma bireylerin kişisel anlam sistemlerinde yaşlılıkta da değişim olabileceğini göstermiştir.

Yaşamın anlamı ile ilgili çalışmaların çeşitliliği geniş bir ilişki ağını ortaya çıkarmıştır. Hayatta anlam, umut ve hayattan tatmin olma gibi birçok önemli değişkenle pozitif ilişkili ve depresyon, anksiyete gibi değişkenlerle negatif ilişkilidir (Mascaro ve Rosen, 2005; Ryff, 1989; Zika ve Chamberlain, 1992). Yapılan çalışmalarda yaşamın anlamı ile iç kontrol odağı (Phillips, 1980), olumlu yaşantılar ve iyi oluş (Jaarsma, Pool, Ranchor ve Sanderman, 2007; Scannell, Allen ve Burton, 2002), başarılı yaşam değişimi, strese karşı direnme ve baş etme (Edwards ve Holden, 2001), duygusal olarak kanserin üstesinden gelmek (Jaarsma ve diğ., 2007; Jim ve Andersen, 2007) gibi pozitif yaşam duyguları arasında pozitif ilişkili bulunmuştur.

Chamberlain ve Zika'nın (1988) sadece kadın çalışma grubu ile yaptıkları araştırmada iyi oluş ile dinseliliğin yaşamın anlamıyla ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmada anlamı ölçmek için üç farklı ölçme aracı kullanılmıştır. Araştırma sonucunda dinsellik ve yaşamın anlamı ölçekleri arasında düşük düzeyde ilişki bulunmuştur. Dinsellik, iyi oluş ölçeklerinden yalnızca yaşam doyumu ile ilişkili bulunurken pozitif ve negatif duygudurum ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Zika ve Chamberlain (1992) yaptıkları çalışmada yaş ortalaması yirmi dokuz olan anne ve altmış yaş üstü 137 kişi ile yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Psikolojik iyi oluşu ölçmek için Ruh Sağlığı Envanteri (MHI) (Viet ve Vare, 1983), yaşamın anlamını ölçmek için de Yaşamın Amacı Testi (PIL)

(Crumbaugh ve Maholick, 1964), Yaşam Değeri Ölçeği (LRI) (Battista ve Almond, 1973) ve Bütünlük Duygusu Ölçeği (SOC) (Antonovsky, 1985) olmak üzere üç farklı yaşamın anlamı ölçeği kullanılmıştır. Tüm bu yaşamın anlamını ölçen ölçme araçları puanları ile psikolojik iyi oluş arasında yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur.

Debats ve Drosst (1995) anlam ve anlamsızlık üzerine iki açık uçlu soru yönelttikleri katılımcıya Yaşam Değeri Ölçeği (LRI) (Battista ve Almond, 1973) ile Genel Yaşam Doyumu-Mutluluk Ölçeği (Veenhoven, 1984) ve açık uçlu sorulardan oluşan duyguduruma ilişkin bir ölçme aracını uygulamışlardır. Araştırma sonuçlarına göre anlamlılık, kişinin kendisi, diğerleri ve dünya ile bağları ile ilişkilidir. Anlamsızlık ise, kişinin kendine, diğerlerine ve dünyaya yabancılaşması ile ilişkili bulunmuştur.

Yaşamın anlamı, genel iyi oluş ve psikolojik iyi oluşa etki etmektedir. Yaşam Değeri Ölçeği'nin iyi oluşun kişilerarası ilişkiler boyutu ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Geçmişteki güç yaşam olayları ile etkili olarak baş etme yaşamın anlamı ve yaşama bakış ile ilişkilendirilmiştir. Dinsellik, spiritüellik (spirituality) ve yaşamın anlamının iyi oluşu bütün olarak yordadığına ilişkin araştırmada toplum içinde yaşayan yaşlılar ve dokuz yıl veya daha uzun süre bakım evinde ya da herhangi bir hastalığı için uzun süre hastanede kalan yaşlılarla çalışılmıştır. Sosyo-demografik değişkenler, geleneksel ölçekler (depresyon, anksiyete) ve varoluşsal değişkenler olarak belirlenen üç farklı ölçme aracıyla veri toplanmıştır. Sonuç olarak, yaşlılar için bu üç kavramın birlikte iyi oluşu yordadığı bulunmuştur. Ayrıca, dinsellik, spiritüellik (spirituality) ve yaşamın anlamı iyi oluşu yordaması, olumsuz yaşam olaylarından fiziksel sağlığın yaşamın anlamını yordamasından daha manidar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu üç değişkenin yaşlılık stresiyle baş etme ve iyi oluşa katkıda bulunduğu sonucuna varılmıştır (Fry, 2000).

Scannell, Allen ve Burton (2002) yaş ortalaması 37 olan 83 yetişkin ile yaptıkları çalışmada pozitif ve negatif iyi oluşla yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi bilişsel ve duyuşsal anlam açısından incelemişlerdir. Araştırma sonucunda cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Duyuşsal anlamla ilgili yaşa göre bir fark bulunmamışken, bilişsel anlam için daha genç grup yaşlı gruptan daha düşük puan almıştır. Bir negatif (depresyon) ve iki pozitif özellik (mutluluk ve spiritüel iyi oluş) olmak üzere üç faktör bilişsel anlamı yordamıştır. Üç pozitif iyi oluş da (mutluluk, spiritüel iyi oluş ve benlik saygısı) duyuşsal anlamı yordamıştır. İyi oluşun

göstergeleri olan ölçeklerin kullanıldığı çalışmada iki farklı regresyon analizi sonuçları karşılaştırılmış olup, iyi oluşun bilişsel anlamdan çok duyuşsal anlamla ilgili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, hem bilişsel hem de duyuşsal anlam iyi oluşla ilişkili olarak değerlendirilmesine rağmen anlamın hissedilmesinin (duyuşsal) anlamın yapısından daha önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma alanının çeşitliliği ve kapsamı araştırmaların sadece pozitif duygu ve yaşantılarda değil aynı zamanda yaşamı olumsuz etkileyen, tahrip eden negatif duygu ve yaşantılar alanında da yapılmasıyla daha da artmıştır. Çalışmalar algılanan yaşam anlamının pozitif ruh sağlığı ile bağlantılı olduğunu gösterirken, anlamsızlığın ise patoloji ile bağlantılı olduğunu göstermiştir (Zika ve Chamberlain, 1992). Anlamsızlık sürekli olarak psikolojik iyi oluş eksikliği ve psikopataoloji ile bağlantılı gösterilmiştir. Anlamsızlık anksiyete (Zika ve Chamberlain, 1992), stres ve tükenmişlik (Harlow, Newcomb ve Bentler, 1986), depresyon (Mascaro ve Rosen, 2005; Scannell ve diğ., 2002; Zika ve Chamberlain, 1992), intihar düşüncesi (Edwards ve Holden, 2001; Harlow ve diğerleri 1986), alkoliklik ve madde bağımlılığı ve nevroz ile ilişkili (Jaarsma ve diğ., 2007) gösterilmiştir.

Marsh, Smith, Piek ve Saunders (2003) sosyal alkol kullanıcılarından 357 kişi ve alkol bağımlılığı tedavisi gören 137 kişi üzerinde Yaşam Amacı Ölçeği (PIL) Alkol Bağımlılığı Ölçeği ve Bozulmuş Kontrol Ölçeği kullanarak alkol bağımlılığı ile yaşam amaçları arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamıştır. Tedavi gören bireyler sosyal içicilerden daha düşük düzeyde anlam ifade etmişlerdir. Düşük düzeyde yaşam anlamının yüksek alkol bağımlılığı ve bozulmuş kontrolle ilgili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Varoluşçu psikoloji alanındaki araştırmalar anlamın, niteliği ve umudu artırdığını, intihar düşüncesini engellediğini vurgular (Mascaro ve Rosen, 2005). Dogra ve arkadaşları (2011) tarafından yakın bir zamanda yapılan başka bir çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Söz konusu çalışmada yaşam anlamının psikolojik iyi olmayı ve çaresizliği engelleyen umudu artırdığını ortaya çıkarmıştır. Bu çalışma aynı zamanda şu an ki anlam duygusunun intihar düşüncelerini engellediğine dair önemli kanıtlar sağlamıştır ve intihar eğilimi yoğunluğunu azalttığı ve bu yüzden de stres tamponu olarak hareket ettiğini göstermiştir (Dogra ve diğerleri, 2011).

Steger ve Kashdan (2007) psikoloji öğrencileri ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. İlk veriler 359 öğrenciye sınıf ortamında Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ) ve Yaşam Doyumu Ölçeği'nin uygulanması ile elde edilmiştir. Bu çalışmada öğrencilerin e-posta adresleri alınmış olup aynı ölçekler 13 ay sonra öğrencilere gönderilmiştir. E-posta gönderilen öğrencilerden 83 öğrenci soruları tekrar yanıtlamıştır. Araştırma sonucunda demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, etnik köken) açısından bir fark bulunmamıştır. Her iki uygulamada da yaşamın anlamı ölçeğinin alt boyutları ve yaşam doyumu arasında ilişki bulunmuş olup yaşamın anlamı arasındaki ilişki pozitif iken anlamın aranmasıyla ilgili ilişki negatif yönde olmuştur. Birinci uygulamada yaşamın anlamının varlığı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin derecesi ikinci uygulamadan daha düşük bulunmuştur. Aranılan yaşam anlamı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin derecesi her iki uygulamada da birbirine yakındır. Araştırmacılar, iki uygulama arasındaki bu farkları e-posta yoluyla veri toplanmasından kaynaklanabileceği ya da 13 aylık süreçte kişilerin yaşam doyumu düzeylerinin değişebileceği yönünde yorumlamışlardır.

Kültür insanlara hayatlarındaki anlamı bulmada kaynaklık eder. Kültürün hayatın anlamı üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışmada hayatın anlamını, anlamın varlığı ve anlam arayışı boyutunda değerlendiren Amerikalı ve Japon gençler üzerinde bir çalışma yapılmıştır. Araştırma sonucunda, Amerikalı gençlerin anlama daha çok sahip olduğu, Japon gençlerin ise daha çok anlam arayışında olduğu bulunmuştur (Steger ve diğ., 2008).

Jia-Yan, Wong, Jobert ve Chan, (2008) Çinli ve Avustralyalı üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada öğrencilerden Kültürle İlgili Stresörler, Kişisel Anlam Profili (PMP) ve Yaşam Doyumu Ölçekleri kullanılarak veri toplanmıştır. Avustralyalı öğrencilerin kültürle ilgili stresörlerinin daha çok olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yaşamın anlamının, yaşam doyumuna güçlü ve pozitif bir katkısı olduğu ancak kültürle ilgili stresörlerin yaşam doyumu üzerinde negatif etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak da her iki öğrenci grubu için yaşamın anlamının kültürle ilgili stresörler ve yaşam doyumu arasında kısmen aracılık ettiği saptanmıştır.

Yaşamın anlamı üzerindeki araştırmalar çeşitli alanlara odaklanır ancak esas olarak yaşam anlamı, kişilik özellikleri ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye odaklanır.

Jaarsma ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan çalışmada yaşamın anlamı ile psikolojik iyi olma arasında belirgin ve net bir ilişki olduğu görülmüştür. Aynı zamanda aynı çalışmada yaşamın anlamı dışadönüklük, uyumluluk, dürüstlük gibi kişilik özellikleri ile pozitif, nevroitiklik ile negatif ilişkili bulunmuştur.

Kashdan ve Steger (2007) üniversite öğrencisi 97 katılımcı üç hafta boyunca günlük olarak Merak ve Araştırma Envanteri (Kashdan ve diğerleri, 2004), Yaşamın Anlamı Ölçeği (Steger ve arkadaşları, 2006), Pozitif ve Negatif Duygu Durum (Watson ve diğerleri, 1988), Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener ve diğerleri, 1985), Beş Büyük Kişilik Özelliği (Brody ve Ehrlichman, 1997) ile bunlara ilişkin günlük testleri tamamlamışlardır. Araştırma sonucunda günlük daha çok merakın (curiosity) bir günden diğer güne daha çok yaşamın anlamına kılavuzluk ettiği bulunmuştur. Buna ek olarak daha çok günlük merakın, amaçlı anlamın araştırılmasını devam ettirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Kişilik özelliği olarak daha yüksek düzeyde merak daha yüksek düzeyde yaşam doyumuna işaret etmektedir. Günlük negatif duygudurum da daha az anlam ve yaşam doyumunu yordamaktadır. Ancak daha yüksek düzeyde yaşamın anlamının günlük merakı yordamadığı bulunmuştur. Ayrıca günlük merakla anlamın aranması arasında negatif ilişki belirlenmiştir.

Psikolojik iyi-oluş ile ruhsal iyi oluşu birbirinden ayırt eden De Klerk ve arkadaşları (2009) yaşam anlamının psikolojik iyi-oluşla ilişkili olması ile birlikte ruhsal iyi oluşun da temel elementi olduğunu vurgulamaktadır.

Ryff (1989) yaptığı çalışma ile literatüre katkı sağlamıştır. Çalışmasında yaşamın anlamı bileşenleri ile mutlu veya anlamlı iyi oluşun göstergeleri, pozitif psikolojinin sağlık, motivasyon, yaşam süresinin artması, yaşlılık ilişkisini sentezleme girişiminde bulunmuştur.

Steger, Kashdan, Sullivan ve Lorentz (2008), 122 üniversite öğrencisiyle üç aşamada Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin alt boyutları ile farklı ölçekler arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Birinci çalışmada Psikolojik iyi Oluş'un alt boyutları ile Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin alt boyutlarının ilişkisi incelenmiştir. İkinci çalışmada bilişsel faktörlerin anlam aramayı açıkladığı varsayımından hareketle 149 üniversite öğrencisine Meraklılık ve Araştırma Envanteri, Dogmatizm Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Biliş Ölçeği ve Zaman Algısı gibi ölçekler uygulanmıştır. Çalışmanın üçüncü aşamasında Yaşamın Anlamını Bulma ile Beş Büyük Kişilik, Üç Büyük Kişilik,

Holland'ın altı kişilik tipine göre kişilik özelliklerini belirleyen ölçekler kullanılmıştır. Her aşamadaki çalışma sonuçları değerlendirildiğinde; mevcut yaşam anlamı varlığına yönelik alt boyut ile psikolojik iyi oluşun alt boyutu olan yaşamda amaçlar ve kendini kabul arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olup, diğer alt boyutlarla yüksek düzeyde ilişki bulunmamıştır. Mutsuz geçmiş, belirsiz gelecek ve düşük düzeyde psikolojik iyi oluşun aranan yaşam anlamı düzeyini arttırdığı bulunmuştur. Tüm araştırma sonucunda, aranan yaşam anlamının önemli bir fonksiyon olduğu ancak iyi oluşla daha az derecede ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca aranan yaşam anlamının kişilik özelliklerinden farklı olarak değerlendirilmesi gereken ayrı bir yapı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yaşamın anlamının ilişkili olduğu kavramlarla ilgili bir çalışma da Lisa Bortolitti (2010) tarafından yapılmıştır. Yaşam alanı üzerine son dönem felsefi ve bioetik literatürü insanoğlunun kısa ömrünü yaşamı anlamlandırması ile ilişkili olarak değerlendirmektedir. Biz neden sonsuza kadar yaşamak isteriz? Belki bunu yapabiliriz. Peki, bunun sonuçları ile yüzleşmeye hazır mıyız? Kafka'dan şöyle aktarılır: Yaşamın anlamı onun son bulmasıdır. Bu düşünce araştırılan kurguda önemlidir. Yaşamın kısalığının onun değerine katkı sağladığını ifade eder. Eğer sınırlar olmasaydı aşkınlık arayışı gereksiz olurdu ve anlam kaybedilirdi (Bortolotti, 2010). Bortolitti yaşam anlamını sınırlı bir yaşam ve aşkınlık arayışında ararken insanın sınırlılığını aşmaya çalışmasına anlam yüklemektedir.

Yaşadığımız çağı belirsiz ve zor zamanlar olarak değerlendiren Howard (2009) yaşamın anlamını spiritüalist bir bakışla değerlendirmektedir. Anlamın Tanrı ile karşılıklı etkileşimde olduğuna değinerek farklı bir perspektiften anlama yaklaşmıştır. Tanrı bizi hayata davet etmektedir. Biz karşılık vermekteyiz. Tanrı bizim verdiğimiz cevaba karşılık veriyor. Anlam karşılıklı etkileşimle yaratılıyor. Yaşamın anlamı yeryüzünde nasıl davrandığımızdır. Yaşamın anlamı komşularımız ile olan ilişkilerimizdir. Yaşamın anlamı yaralarımızın iyileştirilmesidir. Yaşamın anlamı yüce Allah ile dostluk kurmaktır (Howard, 2009). Maneviyata göndermede bulunan bu yaklaşım aynı zamanda anlamı somutlaştırmış, günlük yaşam etkinliklerine ve ilişkilerine indirgemıştır.

Kendi aralarındaki düşünce farklılıklarına rağmen çoğu varoluşçu teorisyen yaşamın anlamı duygusunun eksikliğini, insanların acılarının önde gelen sebebi olduğunu

varsaymış, sikkınlık ve negatif duygulanımı yaşam anlamı ya da yaşam amacı eksikliğinin temel bileşeni olarak değerlendirilmiştir (Fahlman, Mercer, Gaskovski, Eastwood ve Eastwood, 2009).

Fahlman ve arkadaşları (2009) yaptıkları çalışmada yaşamın anlamının zamanla sikkınlığın önemli bir göstergesi olduğunu bulmuştur. Fahlman ve arkadaşları aynı zamanda Maddi tarafından 1970'lerde yapılan çalışmaları da destekler sonuçlar elde etmişlerdir.

Maddi (1970) tarafından benzer fakat farklı bir şekilde kavramsallaştırılan, sikkınlık ve negatif duygu tanımlamasında insanın anlam arayışının altını çizmiştir. Maddi'ye göre hem sikkınlık hem de negatif duygu anlamın psikopatolojisinden doğmaktadır. Bu patoloji varoluşsal rahatsızlık ve ya varoluşsal nevroz olarak tanımlanmaktadır. O bu durumu anlamsızlığın yerleşik ve devam eden hali, hissizlik ve amaçsızlık olarak tanımlar. Varoluşsal rahatsızlığın duygusal bileşenleri sikkınlık dışında genel bir duygu yoksunluğunu, keyifin ya da keyifsizliğin olmayışını içerir. Sikkınlık ilk olarak duygusal bir semptom olmasına rağmen, varoluş sancısı/rahatsızlığı aralıklı periyotlu depresyon olarak açıklanabilir. Fakat Maddi'ye göre eğer durum uzatılmış ise depresyon gecikir ve birey ilgisiz ve sıkıcı bir döngüde apati ve sikkınlığın üstesinden gelebilir (Maddi, 1970 akt. Fahlman ve diğerleri, 2009).

En azından iki deneysel çalışma nitel yolla yaşamın anlamı ile sikkınlık arasındaki ilişkiyi incelemektedir. İlki Drop ve Bernard (1987) tarafından yapılmıştır. Drop ve Bernard klinik vaka çalışmalarını esas alarak, sikkınlığı savunma mekanizmalarının bir sonucu olarak gören klasik psikanalitik görüşlere meydan okumuştur (Örneğin sikkınlık bireyin hedeflerine ulaşması engellendiğinde gelişir. Yani gerçekleşmesine olanak verilmeyen arzu, fantezi ve duygular sonrasında). Bunun yerine Drop ve Bernard (1987) kronik sikkınlığı olan bireyin amaçtan yoksun olduğu sonucuna varmıştır: Birey yaşamına anlam verecek köklü bir projeye ulaşmakta başarısız olmuştur. Eksikliğine rağmen savunma sistemlerinden çıkan sonuç kronik sikkınlığın gelişiminde kritik nedensel faktör, amaç ya da anlam eksikliğidir. Bundan dolayı Drop ve Bernard, bireyin anlamlı bir yaşam tasarısı ya da teması benimsediğinde sikkınlığın üstesinden gelinebileceğini bildirmiştir. (Drop ve Bernard, 1987 akt. Fahlman ve diğerleri, 2009).

Daha yakın zamanda Bargdil (2000) sikkınlık ile ilgili benzer bir bakış açısı benimsemiştir. Hayatlarını sıkıcı bulan bireylerle yaptığı görüşmelerde duygusal ikircikliğin sıkıcı yaşamda anahtar kelimeyi oluşturduğunu görmüştür. İkirciklik kişisel yaşam tasarılarından, amaçlardan veya rüyalarından/ideallerinden ödün verildiğinde gelişir. Bireyin arzuları daha az arzuladığı projelerle yer değiştirdiğinde duygusal olarak yıpranmaktadır. Birey özellikle kişisel amaçlarından/projelerinden ödün vermeye zorlandıklarında dünyaya, diğer insanlara karşı kızgın ve suçlayıcıdır. Bunun yanında utanmakta ve kendini suçlamaktadır. Birey kendi rüyalarını diğerlerinin rüyalarını gerçekleştirmek için satmıştır. Daha da ötesi değiştirilmiş projelerine yönelik hissettikleri sikkınlık, yaşamlarının diğer alanlarına da yayılmıştır. Bu kronik sikkınlığa boşluk duygusu eşlik eder. Sonuç olarak birey pasif ve yaşamında çekingen davranan biri olmuştur. Bu yüzden Bargdill şu şekilde açıklamaya yönelmiştir: Bireyin anlamlı yaşam amaçlarından dönmesi veya bu amaçları kaybetmesi kronik sikkınlık duygusuna saplanmaya yol açmaktadır (Bargdill, R. W. (2000). Kısacası Bargdill'in çalışması da Drop ve Bernard'ın ki gibi bireyin anlamlı yaşam amaçlarının kaybolması veya bunlarda başarısız olması kronik sikkınlığa yol açtığını söylemektedir. Her iki çalışma da birbirini destekler niteliktedir.

Lindeman ve Verkasalo'nin (1996) demografik değişkenlere göre yaşamın anlamı ve benlik saygısı değişkenini inceleyen çalışmalarına farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile itfaiyeci eğitimcileri katılmıştır. Karşılaştırma grubu olarak da hemşirelik öğrencileri ve sosyal çalışma bölümünde öğrenim gören öğrencilerden veri toplanmıştır. Öğrenciler Yaşama Bakış, Yaşamın Anlamı Deneyimi ve Benlik Saygısı Ölçekleri'ni yanıtlamıştır. Araştırma sonucunda itfaiyeci eğitimcilerinin deneyimledikleri anlam düzeyleri psikoloji, hemşirelik, sosyal çalışma bölümü öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca deneyimlenen yaşamın anlamı ile benlik saygısı arasında yüksek ilişki saptanmıştır. Ek olarak, farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin anlam deneyimi düzeylerinin farklılaştığı ve eğitim düzeyi arttıkça (buldukları sınıf düzeyi yükseldikçe) deneyimlenen anlamın arttığı belirlenmiştir.

Yaşamın anlamı pozitif psikolojinin konusu olarak öne çıkmasına rağmen hastalıklarla ilişkisi bağlamında da birçok çalışma yapılmıştır. Yaşamın anlamını

bulabilme sadece psikolojik iyi olmayı etkilemez aynı zamanda hastalık seyrinde pozitif bir etki yaratır ve psikolojik açıdan da koruyucu olabilir (Taylor, 2000). Özellikle hayatı tehdit eden hastalıklarla ilişkisi ele alınmıştır.

Kanser olan hastaların sahip olduğu yaşamın anlamı ve bu anlamın hastalıklarına etkisi çeşitli çalışmalarda (Park, Malone, Suresh, Bliss, Rosen, 2008; Taylor, 2000; Jaarsma ve diğerleri, 2007) incelenmiştir. Kanser, yaşamın anlamına ilişkin yaşantıların sorgulanmasına sebep olan özel karaktere sahiptir. Kanser belirsizlikleri içerir (örneğin ölüm ve hastalığın tekrar nüksetmesiyle ilgili) ve kayıp ile özdeşleştirilir (sağlık, iş, arkadaşlar, hayatın doğallığı) (Jaarsma ve diğerleri, 2007). Kanser yaşamı tehdit eden bir aşamaya geldiğinde kadınlar, özellikle çocukları hakkında endişelenir, kırılgan olur ve kontrolü kaybeder. Ölüm bir tehdit olarak yaklaştığında, derin bir kırılganlık hissedildiğinde, kanser hayatı alt üst etmeye başladığında, hastalık aile üzerinde de olumsuz etki bırakmaya başladığında hastalığın negatif seyir süreci başlamıştır. Taylor tarafından yapılan çalışmanın bulguları sağlığın hastalıkla iç içe olduğu ifadesini ve hastalığın insanın potansiyellerinin gelişiminde etkili olduğunu desteklemektedir. Bazı hastalar daha önce fark etmedikleri çevrelerindeki kendisiyle ilgilenen insanların farkına vardıklarını söylemiştir. Bazıları da çevrelerindeki asalak insanları ayıkladığını söylemiştir. Bazılarında ise yaşamlarını gözden geçirmeye yol açmıştır (Taylor, 2000).

Yeni yapılan boylamsal bir çalışma göğüs kanserinden kurtulanların yaşam anlamı duygusunun hastalıkları ile baş etmede kullandıkları stratejilerde etkili olduğunu göstermiştir. Özellikle pozitif yeniden değerlendirmeyi, kabulü, sosyal desteği, dini ve aktif baş etmeyi daha çok kullanan kadınlar iki yıl sonra daha yüksek bir yaşam anlamı seviyesini algılamıştır. Baş etme becerilerini kullanmanın reddedilmesi anlam seviyesini düşürmüştür (Park ve diğerleri, 2008).

Edwards ve Holden (2001) yaşamın anlamı ve baş etme stratejilerinin intihar belirtilerini yordamasını ele almış, aralarında intihar düşüncesine de sahip olan 298 üniversite öğrencisine anlamı ölçen iki ölçek verilmiştir. Bulgular yaşamın anlamı ile intihar belirtileri arasında negatif yönde bir ilişki göstermiştir. Baş etme becerileri ve intihar belirtileri arasındaki ilişkinin yaşamın anlamı için tampon görevi gördüğü varsayımı ise sadece kadın katılımcılar için geçerli bulunmuştur. Sonuç olarak

yaşamın anlamı ve baş etme değişkenlerinin her intihar belirtisi için yordayıcısı olmadığı saptanmıştır.

Yaşamın anlamı ile depresyon ve intihar eğilimi arasında da ciddi ilişkiler bulunmuştur. Zevk alamama olarak nitelendirilen depresif duygu, davranışsal uyumsuzluk ile var oluşsal nevroz, depresyonun bir şekli ya da alt tipi olarak değerlendirilebilir. Mascaro ve Rosen (2005) varoluşçu anlamı geleceğe dair bir umuda sahip olma şeklinde değerlendirmiştir. Bu yönüyle yaşamın anlamı ile ilişki içindedir.

Depresyonun tipik olumsuz duygulanımında bulunan, yaşamın anlamını kaybetmiş, negatif duygulara sahip olan bireyler intihar eğiliminde olabilir. Bu durumun depresyon için bir risk faktörü olabileceği ise yaygın bir klinik gözlemdir. Depresyonda olan insanlar yaşam sebeplerini intihar duygusuna direnmek olarak tarif eder. Anlam kaybının veya çağın hastalığı olarak tanımlanan varoluşsal nevrozun bir sonucu olan umutsuzluk ve depresyon oranlarının paralel artması ise bir fenomen olarak görülebilir (Thakur ve Basu, 2010).

Bir çaba, uğraş içinde olmanın yaşam anlamı ile ilişkisi değerlendirilmiştir. Aktivitenin anlamını çalışan tüm teorisyenler, bireyin ilgisine uygun uğraşlar yapmaya başladığında, onun yaşamı daha anlamlı algılayabileceğini düşünür. Bu teorisyenlerin 'anamlı yaşam için anlamlı aktivite gereklidir' dedikleri anlamına gelmez (James, 2010). Anamlı aktiviteler içinde olma, yaşamı anlamlandırmasına rağmen anlam için temel bir unsur olarak değerlendirilmemektedir.

Negatif yaşantılar ve duygular bağlamında yapılan bir başka çalışmada da yaşamın anlamı ile yas tutma arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Kayıp yaşantısı, bireyin anlamı, sevilen birinin ölümü ile eşdeğer olarak gördüğü yeni gerçeklik ile dünya hakkındaki olumlu varsayımları arasındaki çelişkileri minimize etmeye çalıştığı, anlamı yeniden yapılandırma sürecine giriş olabilir (Janoff, Bulman ve Berg,1998 akt. Boyraz, Horne, Satger, 2010). Anlamın yeniden yapılandırılması süreci bazı yaşlı bireyler için faydalı bir bulguya yol açabilir (Gillies ve Neimeyer, 2006, akt Boyraz ve diğerleri, 2010). Travma sonrası gelişme, pozitif bir anlam bulma açısı olarak, artan maneviyat ve yaşamın takdir edilmesi, ilişkilerin geliştirilmesi ve yaşamda yeni imkanlar bulma gibi pozitif kişisel gelişimdeki değişimlere atıfta bulunur (Boyraz ve diğerleri, 2010).

Steger, Fraizer, Oisho, Keller (2006) Frankl'ın çalışmalarındaki tutarlılık/uygunluğu, kişinin yaşamında anlam bulma ve sürdürme eğilimi olarak yapılan bir anlam arayışı olarak tanımladılar. Onlar anlam arayışını anlamsızlık ya da anlam yoksunluğu ile bütünleştirmenin/özdeşleştirmenin gerekli olmadığını ifade etmiştir. Yaşamlarında anlama sahip olanların da daha derin ve daha doyurucu anlam arayabileceklerini ileri sürmüşlerdir. Bu yüzden kayıptan/sevdiği birini kaybetmek gelen pozitif anlam yaşantısı anlam arayışında son nokta olmayabilir. Bundan dolayı kaybeden kişiler hem anlam arayışında bütünleşmeyi/özdeşleşmeyi hem de pozitif anlam bulmayı doğal süreçte tecrübe edebilir. Pozitif duygu yaşlı bireylerde anlam yapılandırma aşamasında bilişsel süreci besleyen yaşantılarından faydalı şeyler bulmaya yardım edebilir (akt. Boyraz ve diğerleri, 2010).

Yaşam anlamı ile medeni durum, kültürel miras ve dini kökenler gibi biyografik çeşitlilik arz eden durumlar arasındaki ilişkinin sonuçları çelişkili ve sonuçsuzdur. Bununla birlikte çalışmaların çoğu anlam ile biyografik özellikler arasındaki ilişkiyi bulma da başarısız olmuştur. (De Klerk, Boshoff ve Wyk, 2009).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla; araştırmada kullanılan araştırma modeli, araştırma örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve ölçme araçları ile toplanan verilerin çözümlenmesinde uygulanan istatistiksel tekniklere ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma, genç yetişkinlerin aşk tutumları ve sahip oldukları yaşam anlamının arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenlere göre inceleyerek, sonuçları ortaya koymayı amaçlayan ilişkisel tarama modeline dayalı betimsel bir çalışmadır.

Korelasyonel araştırma, iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalardır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz, Demirel, 2010:226). Araştırmada korelasyonel incelemenin yanında genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve sahip oldukları yaşam anlamının, cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu, doğum sırası, anne baba birlikteliği ya da boşanmış olması değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

3.2. Araştırmanın Örnekleme

Bu araştırmanın evreni Türkiye’de üniversitede öğrenim görmekte olan genç yetişkinlerdir. Araştırmanın örnekleme ise, Sakarya Üniversitesi ve İstanbul Teknik Üniversitesi’nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören ve gönüllü olarak seçilen 215

kadın, 250 erkek toplamda 465 öğrenci oluşturmaktadır. Belirtilen iki üniversiteden öğrenci seçiminin sebebi, ulaşım kolaylığı ile zamandan tasarruf etmedir. Örneklemde bulunan bireyler, Sakarya Üniversitesi'nde; Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Sınıf Öğretmenliği, İnsan Kaynakları, Turizm ve Otelcilik, İşletme, Hukuk Fakültesi, İstanbul Teknik Üniversitesi'nde; Deniz Ulaştırma ve İşletme Mühendisliği ve Gemi Makineleri İşletme Mühendisliği bölümlerinde öğrenim görmekte olan 19-27 yaş arasındaki genç yetişkinlerdir.

Uygulama gerekli izinler alınarak gönüllü katılım ile gerçekleştirilmiştir. Toplam 600 öğrenciye ulaşılmış ancak ölçek maddelerini yanıtlamayan veya eksik yanıtlayan 135 öğrencinin uygulaması değerlendirmeye alınmamıştır. Bu araştırmada toplam 465 öğrencinin uygulaması değerlendirilmeye alınmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri ile ilgili bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo: 1. Araştırma Örneklemine Sosyo-Demografik Bilgiler

Değişken		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	215	46.24
	Erkek	250	53.76
Doğum sırasına göre konum	İlk Çocuk	205	44.09
	Ortanca çocuk	94	20.22
	Son çocuk	139	29.89
	Tek çocuk	27	5.81
Algılanan gelir düzeyi	Düşük	42	9.03
	Orta	330	70.97
	Yüksek	93	20
Anne baba birlikteliği	Boşanmış	31	6.68
	Beraber	433	93.32
Algılanan ebeveyn tutumu	İlgisiz	25	5.40
	Demokratik	144	31.10
	Otoriter	42	9.07
	Koruyucu	252	54.43

3.3 Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada, konuyla ilgili veri toplamak amacıyla kullanılan araçlar şunlardır:

1. Kişisel Bilgi Formu
2. Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form
3. Yaşamanın Anlamı Ölçeği

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Genç yetişkinlerin özelliklerini betimlemek amacıyla aşka ilişkin tutumlar ve sahip oldukları yaşam anlamı durumları ile ilişkili olabileceği düşünölen bazı değişkenlere ait verilerin elde edilebilmesi için araştırmacı tarafından hazırlanmış olan bir “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Hazırlanan bu formda üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş, fakölte, bölüm türü ve sınıf düzeyi gibi demografik özelliklerine ilişkin sorular yer almaktadır. Bunun yanında doğum sırasına göre konumu, gelir düzeyi, anne baba birlikteliği, ebeveyn tutumu durumlarını belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır. Doğum sırasına göre konum değişkeni ile sadece sahip olunan yaşam anlamı arasındaki ilişki incelenmiştir. Toplamda yedi maddeden oluşan ‘Kişisel Bilgi Formu’ nun bir örneği EK. 1’de verilmiştir.

3.3.2. Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form

Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS) insanların ikili ilişkilerindeki aşk tutumlarını belirlemek amacıyla, Lee’nin (1973) aşk sınıflandırması temel alınarak Hendrick, Hendrick ve Dicke (1998) tarafından geliştirilmiştir (Büyöşahin ve Hovardaoğlu, 2004).

LAS: Kısa Form, tutkulu aşk, özgeci aşk, sahiplenici aşk, oyun gibi aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk olmak üzere altı farklı aşk tutumunu ölçmektedir. LAS her bir aşk tutumunu ölçmeye yönelik dört madde olmak üzere toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten altı ayrı puan elde edilmekte ve her bir alt ölçek için en az 4 en fazla 20 puan alınmaktadır. Bir alt ölçekteki puanların artması, o aşk tutumunun

tercih edildiđi anlamına gelmektedir. Katılımcıların her bir ifadeyi Őuan birlikte oldukları kiŐiyi dűŐunerek ya da Őuan birlikte oldukları biri yoksa, en son birlikte oldukları kiŐiyi; bugűne kadar romantik iliŐki yaŐantıları olmadıysa, ideallerindeki kiŐiyi dűŐunerek, beŐli likert tipi (kesinlikle katılıyorum (1) ve kesinlikle katılmıyorum (5) arasında puan alan) ۆlçek ۆzerinden deđerlendirmeleri istenmektedir (BűyűkŐahin ve Hovardoaođlu, 2004).

Bu ۆlçek ilk kez 1986 yılında Hendrick ve Hendrick'ler tarafından geliŐtirilmiŐ ve psikometrik ۆzellikleri ačısından yeterli bulunmuŐtur. Ancak ۆlçek maddelerinin genel aŐk iliŐkileri tutumunu ۆlçtüđű ileri sűrűlműŐ ve bu tűr eleŐtirileri gidermek amacıyla Hendrick ve Hendrick (1990) bűtűn maddeleri iliŐkiye ۆzgű uyarlamıŐlardır. Bűylece iliŐkiye ۆzgű LAS uyarlanmıŐ ve geđerlik çalıŐması yeniden yapılmıŐtır. Daha sonra ise pek çok araŐtırmacı uygulama ve zaman kullanımı ačısından LAS'ın kısa versiyonunu oluŐturmanın daha yararlı olacađına inanmıŐ ve bu amaçla alt ۆlçeklerin her birinden belirli maddeleri seçmiŐlerdir. Ancak bu çalıŐmaların madde seçimi yönűnden yeterli olmadıđının ileri sűrűmesiyle Hendrick, Hendrick ve Dicke (1998) yeniden bu yönde çalıŐma baŐlatmıŐlardır. Bu amaçla Hendrick, Hendrick ve Dicke (1998) ۆniversite ۆđrencilerinin katıldıđı ۆç ayrı çalıŐma ile LAS: Kısa Formu'nun geđerliđi ve gűvenirliđini sınıamıŐlardır. Bu çalıŐmalarında LAS'ın Kısa formunu oluŐturabilmek amacıyla her bir alt ۆlçekteki yedi maddenin en iyi dűrdűnű ya da ۆçűnű seçmiŐlerdir. Varimaks eksen dűndűrme yöntemiyle yaptıkları faktűr analizi sonucunda, LAS: Kısa formu'nun yapı geđerliliđi çalıŐmasında uzun formunda olduđu gibi tutkulu aŐk, ۆzgeci aŐk, sahiplenici aŐk, oyun gibi aŐk, arkadaŐça aŐk, mantıklı aŐk olmak ۆzere altı faktűr yapısını temsil ettiđi bulunmuŐtur. Bir baŐka deyiŐle LAS: Kısa Formu'nun yeterli geđerliđi olduđunu belirlemiŐlerdir. LAS: Kısa Formu'nun ۆç ayrı çalıŐmadaki faktűr analizine bađlı olarak elde edilen dűrt ya da ۆç maddeden oluŐan alt ۆlçeklerinin, Cronbach Alpha gűvenirlik katsayıları tűm çalıŐmalarda, her bir alt boyut dikkate alındıđında, 0.62 ile 0.88 arasında deđerismektedir ve hepsi anlamlıdır (BűyűkŐahin ve Hovardoaođlu, 2004).

BűyűkŐahin ve Hovardoaođlu'nun (2004) yaptıđı çalıŐmada Hendrick, Hendrick ve Dicke (1998)'in geliŐtirdikleri LAS: Kısa Formu'nun Tűrkiye'deki ۆniversite ۆđrencilerinin aŐk biçimlerini ya da tutumlarını ۆlçmede yeterli geđerlik ve

güvenirliğe sahip olup olmadığı araştırılmıştır. Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması, ölçeğin farklı üniversitelerde görev yapan üç öğretim elemanı tarafından Türkçe'ye çevrilmesiyle başlamıştır. Ardından bu üç öğretim üyesinin önerdiği çeviri maddeleri karşılaştırılarak, ortak olan ve olmayan maddeler belirlenmiştir. Daha sonra ise; önerilen tüm maddeler bir araya getirilip, beş öğretim elemanına çeviri maddeleri tekrar verilmiş, uygun ve uygun olmayan maddeleri saptamaları, varsa önerilerini belirtmeleri istenmiştir. Bu işlemler yapıldıktan sonra, beş öğretim üyesinin kararları ve önerileri karşılaştırılmış ve çoğunluğun yanıtları temel alınarak, ölçeğin Türkçe versiyonu oluşturulmuştur. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık: Cronbach Alpha .70, iki yarım güvenirligi .70 bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin güvenirliginin kabul edilebilir düzeyde olduğuna işaret etmektedir

Sonuç olarak, LAS: Kısa Formu'nun geçerliği, güvenirligi ve Türkçe'ye adaptasyonu ile ilgili çalışmalar, ölçeğin araştırmalarda kullanılması için gerekli niteliklere sahip olduğunu göstermektedir. Psikometrik özelliklerin yanında uygulamadaki pratikliği açısından da 'Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS: Kısa Formu)'nun bu araştırmada kullanılması uygun görülmüştür. 'Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği'nin bir örneği EK.2'de verilmiştir.

3.3.3. Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ)

Yaşamın anlamı ölçeği, insanların yaşamda buldukları anlam ve aradıkları anlamı belirlemek amacıyla Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilmiştir. Türkiye'ye uyarlama çalışması ise Akın ve Taş (2011) tarafından yapılmıştır.

Yaşamın anlamı ölçeği 7'li Likert (1 kesinlikle geçerli değil-7 kesinlikle geçerli) tipi bir ölçme aracıdır ve 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek mevcut anlam ve aranan anlam olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçekteki olası puanların ranjı 7 ile 70 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin yaşam anlamına sahip olma düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin 9. maddesi ters puanlanmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlilik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için .82, aranan anlam alt ölçeği için .87, dört hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenirlilik katsayısı ise sırasıyla .70 ve .73 olarak bulunmuştur (Steger ve diğerleri, 2006).

Akın ve Taş (2011) tarafından Türkiye'ye uyarlama çalışması yapılan Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik puanları ölçeği araştırmada kullanmaya yetecek düzeydedir. Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için .77, aranan anlam alt ölçeği için .83 ve ölçeğin bütünü için .81 olarak bulunmuştur. Dört hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının ise mevcut anlam alt ölçeği için .89, aranan anlam alt ölçeği için .92 ve ölçeğin bütünü için .94 olduğu saptanmıştır. Yapı geçerliği çalışmasında, açımlayıcı faktör analizi doğrultusunda 10 maddenin faktör yükleri .54 ile .77 arasında sıralanmaktadır (Akın ve Taş, 2011). Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yinelemek için yazarlardan izin istenmiş ancak izin verilmediği için yapılmamıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için hazırlanan veri toplama araçları, Sakarya Üniversitesi ve İstanbul Teknik Üniversitesi'nde gerekli izinler alındıktan sonra uygulanmıştır. Araştırma için uygulama yapılan sınıflarda, araştırmacı ve araştırmamanın amacına ilişkin gerekli bilgilerin verilmesinin ardından katılımları için onayları alınmıştır. Uygulamada katılımcıların kendilerini daha iyi ifade edebilmeleri için kimliklerini ortaya koyacak herhangi bir bilgi istenmemiştir. Ölçeklerin uygulaması bireylere göre farklılık göstermekle birlikte 15 dakika ile 30 dakika arasında değişmiştir. Ölçeklerde yer alan maddelerin hepsini yanıtlamalarının gerekli olduğu açıklanmıştır. İçten ve samimi yanıtlar vermelerinin bilimsel araştırma sonuçlarını etkileyeceği konusuna vurgu yapılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi için SPSS for Windows 13.00 paket programı kullanılmıştır. Öncelikle veri toplama araçları ile elde edilen bilgilerin programa girişi sağlanmıştır. Genç yetişkinlerin aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkileri tespit etmek için 'Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu' tekniği kullanılmıştır. Aşk tutumlarının ve yaşamın anlamının; cinsiyet ve anne baba birlikteliğine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için 't testi' kullanılmıştır. Aşk tutumlarının ve yaşamın anlamının; doğum sırasına göre konumu, gelir düzeyi,

ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek amacıyla 'tek yönlü varyans analizi' kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR, YORUM VE TARTIŞMA

Bu bölüm araştırmanın problemleri doğrultusunda yapılan analizlerin detaylı sonuçlarını içermektedir. Araştırmayı yürütmeye aşağıdaki araştırma soruları rehberlik etmiştir. Her bir araştırma sorusuna ilişkin elde edilen veriler sırasıyla ele alınacaktır:

4.1. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Genç yetişkinlerin aşk tutumlarına ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçlarını içeren bilgiler aşağıda Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Genç yetişkinlerin aşk tutumlarına ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçlarını

Aşk Tutumları	\bar{x}	ss
Tutkulu aşk	13.84	4.24
Oyun gibi aşk	11.11	3.74
Arkadaşça aşk	11.23	4.77
Mantıklı aşk	11.45	4.05
Sahiplenici aşk	12.25	3.69
Özgeci aşk	11.38	4.37

n =465

Tablo 2’ye bakıldığında genç yetişkinlerin aşk tutumlarına ilişkin puanlar yüksekten düşüğe tutkulu ($\bar{x} = 13.84$, $S=4.24$), sahiplenici aşk ($\bar{x} = 12.25$, $S=3.69$), mantıklı

aşk ($\bar{x} = 11.45$, $S=4.05$), özgeci aşk ($\bar{x} = 11.38$, $S=4.37$), arkadaşça aşk ($\bar{x} = 11.23$, $S=4.77$) ve oyun gibi aşk ($\bar{x} = 11.11$, $S=3.74$) şeklinde sıralandığı görülmektedir.

4.2.Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Yaşamın Anlamı Arasında Anlamlı Bir İlişki Var mıdır?

Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasında ilişkileri belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 3'te gösterilmektedir.

Tablo 3. Aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki

	Tutkulu aşk	Oyun gibi aşk	Arkadaşça aşk	Mantıklı aşk	Sahiplenici aşk	Özgeci aşk
Mevcut yaşam anlamı	.20**	-.14**	.10*	.07	.05	.09
Aranan yaşam anlamı	.12*	.16**	.16**	.21**	.19**	.09
Genel yaşam anlamı	.22**	.04	.19**	.21**	.18**	.12**

** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 3'te yer alan araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki incelendiğinde, tutkulu aşk ile mevcut anlam ($r = .20$, $p < .01$), aranan anlam ($r = .12$, $p < .05$) ve genel anlam ($r = .22$, $p < .01$) puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre tutkulu aşk yaşayan bireyler yaşamda anlam bulmakta ve geleceğe ilişkin de anlam aramaktadır. Bununla birlikte yaşamlarında genel olarak anlam bulmaktadır. Aynı tabloda oyun gibi aşk ile mevcut anlam ($r = -.14$, $p < .01$) arasında düşük düzeyde negatif ve anlamlı ilişki olmasıyla birlikte oyun gibi aşk ve aranan anlam ($r = .16$,

$p < .01$) puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Bir başka ifade ile oyun gibi aşk yaşayan bireyler şu ana ilişkin yaşamlarında anlam bulamazken geleceğe ilişkin anlam aramaktadır. Yaşamlarında genel olarak da anlam bulamamaktadırlar. Yine arkadaşça aşk ile mevcut anlam ($r = .10, p < .05$), aranan anlam ($r = .16, p < .01$) ve genel anlam ($r = .19, p < .01$) puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Buna göre arkadaşça aşk yaşayan bireyler şu ana ilişkin anlam bulmakta, geleceğe ilişkin anlam aramakta ve genel olarak da yaşamda anlam bulmaktadır. Yukarıdaki tabloya göre mantıklı aşk ile aranan anlam ($r = .21, p < .01$) ve genel anlam ($r = .21, p < .01$) puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre mantıklı aşk yaşama ile şu anki yaşamdan anlam bulma arasında ilişki bulunmazken, mantıklı aşk yaşayan bireyler geleceğe ilişkin anlam aramaktadır. Genel olarak da yaşamlarında anlam bulmaktadırlar. Aynı şekilde sahiplenici aşk ile aranan anlam ($r = .19, p < .01$) ve genel anlam ($r = .18, p < .01$) puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Buna göre sahiplenici aşk yaşama ile şu anki yaşamdan anlam bulma arasında ilişki bulunmazken, mantıklı aşk yaşayan bireyler geleceğe ilişkin anlam aramaktadır. Genel olarak da yaşamlarında anlam bulmaktadırlar. Aynı tabloya göre özgeci aşk ile mevcut anlam ve aranan anlam arasında ilişki bulunmamaktadır. Özgeci aşk ile genel anlam ($r = .12, p < .01$) puanları arasında ise düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Buna göre özgeci aşk yaşayan bireylerin genel anlam puanlarında anlamlılık görülmektedir.

4.3. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları, Cinsiyete Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte midir?

Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4'te gösterilmektedir.

Tablo 4. Aşk tutumlarının cinsiyet ile arasındaki ilişki

Faktörler	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tutuklu aşk	Kadın	214	13.52	4.52	461	1.50	.136
	Erkek	249	14.11	3.98			
Oyun Gibi aşk	Kadın	214	9.78	3.70	461	7.46	.000
	Erkek	249	12.25	3.41			
Arkadaşça aşk	Kadın	214	11.02	5.05	461	0.98	.329
	Erkek	249	11.45	4.52			
Mantıklı aşk	Kadın	214	11.35	4.07	461	0.57	.567
	Erkek	249	11.56	4.04			
Sahiplenici aşk	Kadın	214	12.13	4.11	461	0.75	.455
	Erkek	249	12.38	3.29			
Özgeci aşk	Kadın	214	10.65	4.28	461	3.36	.001
	Erkek	249	12.00	4.37			

** p< 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan genç yetişkinlerin oyun gibi aşk ($t_{461} = 7.46$, $P < .05$) ve özgeci aşk ($t_{461} = 3.36$, $P < .05$) tutumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Aynı tablo incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin tutkulu aşk ($t_{461} = 1.50$, $p > .05$), arkadaşça aşk ($t_{461} = 0.98$, $p > .05$), mantıklı aşk ($t_{461} = 0.57$, $p > .05$) ve sahiplenici aşk ($t_{461} = 0.75$, $p > .05$) tutumları açısından cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Bunun yanında oyun gibi aşk ($t_{461} = 7.46$, $p > .05$) ve özgeci aşk ($t_{461} = 3.36$, $p > .05$) tutumları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Anlamlı farklılık bulunan oyun gibi aşk tutumunda erkek genç yetişkinlerin ($\bar{x} = 12.25$) kadınlara ($\bar{x} = 9.78$) göre daha fazla oyun gibi aşk tutumuna sahip olduğu görülmektedir. Yine anlamlı farklılık bulunan özgeci aşk tutumunda erkek genç yetişkinlerin ($\bar{x} = 12.00$) kadınlara ($\bar{x} = 10.65$) göre daha fazla özgeci aşk tutumuna sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Buna

göre erkekler daha çok oyun gibi aşk ve özgeci aşk tutumlarına sahip olmasına rağmen diğer aşk tutumlarına erkek ve kadınlar benzer oranda sahiptir.

4.4. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Arasında Anlamlı Bir İlişki Var mıdır?

Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 5'te gösterilmektedir.

Tablo 5. Genç yetişkinlerin aşk tutumları ve algılanan sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişki

Faktörler	SED	N	\bar{X}	S		Kareler Top.	d	Kareler Orta.	F	p
Tutuklu aşk	Düşük	42	13.05	3.91	Gruplar Arası	35.14	2	17.57	0.98	.38
	Orta	330	13.84	4.25						
	Yüksek	93	14.15	4.28	Gruplar içi	8285.93	462	17.94		
	Toplam	465	13.83	4.23	Toplam	8321.07	464			
Oyun gibi aşk	Düşük	42	11.19	3.62	Gruplar Arası	36.39	2	18.20	1.30	.27
	Orta	330	10.95	3.69						
	Yüksek	93	11.65	3.93	Gruplar içi	6463.75	462	13.99		
	Toplam	465	11.11	3.74	Toplam	6500.14	464			
Arkadaşça aşk	Düşük	42	10.32	5.43	Gruplar Arası	45.99	2	22.99	1.01	.37
	Orta	330	11.24	4.71						
	Yüksek	93	11.57	4.65	Gruplar içi	10509.64	462	22.75		
	Toplam	465	11.22	4.76	Toplam	10555.62	464			
Mantıklı aşk	Düşük	42	11.35	4.22	Gruplar Arası	18.20	2	9.10	.55	.58
	Orta	330	11.35	4.02						
	Yüksek	93	11.84	4.07	Gruplar içi	7583.41	462	16.41		
	Toplam	465	11.45	4.04	Toplam	7601.61	464			
Sahiplenici aşk	Düşük	42	11.47	3.71	Gruplar Arası	32.26	2	16.13	1.19	.31
	Orta	330	12.38	3.67						
	Yüksek	93	12.14	3.71	Gruplar içi	6271.25	462	13.57		
	Toplam	465	12.25	3.68	Toplam	6303.52	464			
Özgeci aşk	Düşük	42	10.26	4.64	Gruplar Arası	68.65	2	34.33	1.80	.17
	Orta	330	11.57	4.30						
	Yüksek	93	11.19	4.42	Gruplar içi	8777.60	462	19.00		
	Toplam	465	11.38	4.36	Toplam	8846.25	464			

Tablo 5’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan genç yetişkinlerin tutkulu aşk ($F_{(2, 462)}= 0.98, p> .05$), oyun gibi aşk ($F_{(2, 462)}= 1.30, p> .05$), arkadaşça aşk ($F_{(2, 462)}= 1.01, p> .05$), mantıklı aşk ($F_{(2, 462)}= 0.55, p> .05$), sahiplenici aşk ($F_{(2, 462)}= 1.19, p> .05$) ve özgeci aşk ($F_{(2, 462)}= 1.80, p> .05$) tutumları algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Başka bir ifadeyle aşk tutumları algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre değişim göstermemektedir.

4.5.Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasında Anlamlı Bir İlişki Var mıdır?

Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumları algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 6’da gösterilmektedir.

Tablo 6. Genç yetişkinlerin aşk tutumları ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişki

Faktörler	Ebeveyn Tutumu	N	\bar{x}	SS		Kareler Top.	sd	Kareler Orta.	F	p
Tutuklu aşk	İlgisiz	25	12.84	4.86	Gruplar Arası	100.67	3	33.56	1.88	0.13
	Demokratik	144	14.34	3.95	Gruplar içi	8175.98	459	17.81		
	Otoriter	42	12.88	4.30						
	Koruyucu	252	13.79	4.29						
Toplam	463	13.83	4.23	Toplam	8276.65	462				
Oyun gibi aşk	İlgisiz	25	11.96	3.58	Gruplar Arası	78.74	3	26.25	1.87	0.13
	Demokratik	144	11.48	3.82	Gruplar içi	6417.04	459	13.98		
	Otoriter	42	11.52	4.27						
	Koruyucu	252	10.74	3.61						
Toplam	463	11.11	3.75	Toplam	6495.79	462				
Arkadaşça aşk	İlgisiz	25	11.20	4.67	Gruplar Arası	57.42	3	19.14	0.84	0.47
	Demokratik	144	11.35	4.71	Gruplar içi	10445.64	459	22.76		
	Otoriter	42	10.14	4.68						
	Koruyucu	252	11.38	4.83						
Toplam	463	11.25	4.77	Toplam	10503.06	462				
Mantıklı aşk	İlgisiz	25	12.00	4.74	Gruplar Arası	39.43	3	13.14	0.80	0.49
	Demokratik	144	11.35	4.01	Gruplar içi	7532.09	459	16.41		
	Otoriter	42	12.26	3.95						
	Koruyucu	252	11.34	4.02						
Toplam	463	11.46	4.05	Toplam	7571.52	462				
Sahiplenici aşk	İlgisiz	25	12.20	3.63	Gruplar Arası	4.28	3	1.43	0.10	0.96
	Demokratik	144	12.33	3.31	Gruplar içi	6281.06	459	13.68		
	Otoriter	42	11.97	4.65						
	Koruyucu	252	12.28	3.74						
Toplam	463	12.26	3.69	Toplam	6285.34	462				
Özgeci aşk	İlgisiz	25	12.72	4.54	Gruplar Arası	51.67	3	17.22	0.91	0.44
	Demokratik	144	11.49	4.51	Gruplar içi	8738.01	459	19.04		
	Otoriter	42	11.31	4.22						
	Koruyucu	252	11.24	4.28						
Toplam	463	11.40	4.36	Toplam	8789.68	462				

Tablo 6’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan genç yetişkinlerin tutuklu aşk ($F_{(3, 459)} = 1.88, p > .05$), oyun gibi aşk ($F_{(3, 459)} = 1.87, p > .05$), arkadaşça aşk ($F_{(3, 459)} = 0.84, p > .05$), mantıklı aşk ($F_{(3, 459)} = 0.80, p > .05$), sahiplenici aşk ($F_{(3, 459)} = 0.10, p > .05$) ve özgeci aşk ($F_{(3, 459)} = 0.91, p > .05$) tutumları algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu bulgu aşk tutumlarının algılanan ebeveyn tutumuna göre değişim göstermediğini ortaya koymaktadır.

4.6. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Onların Ebeveynlerinin Birlikte ya da Ayrı Olmaları Arasında Anlamlı Bir İlişki Var mıdır?

Genç yetişkinlerin sahip oldukları aşk tutumlarının, onların ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmalarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 7’de gösterilmektedir.

Tablo 7. Genç yetişkinlerin aşk tutumları ve ebeveyn birlikteliği arasındaki ilişki

Faktörler	Ebeveyn Birlikteliği	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tutuklu aşk	Boşanmış	31	24.40	7.18	462	-.36	.72
	Berber	433	26.24	6.07			
Oyun gibi aşk	Boşanmış	31	23.48	7.87	462	2.84	.01
	Berber	433	23.22	7.27			
Arkadaşça aşk	Boşanmış	31	47.88	12.20	462	.60	.55
	Berber	433	49.46	9.13			
Mantıklı aşk	Boşanmış	31	13.59	3.99	462	1.96	.05
	Berber	433	13.87	4.24			
Sahiplenici aşk	Boşanmış	31	12.96	3.17	462	-.99	.32
	Berber	433	10.99	3.75			
Özgeci aşk	Boşanmış	31	11.74	5.00	462	-.61	.54
	Berber	433	11.21	4.75			

** p< 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 7 incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin tutkulu aşk ($t = -0.36$, $p > .05$), arkadaşça aşk ($t_{462} = 0.60$, $p > .05$), sahiplenici aşk ($t_{462} = -0.99$, $p > .05$) ve özgeci aşk ($t_{462} = -0.61$, $p > .05$) tutumuna sahip olmaları ebeveyn birlikteliği ya da ayrı olmasına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında oyun gibi aşk ($t_{462} = 2.84$, $p < .05$) ve mantıklı aşk ($t_{462} = 1.96$, $p < .05$) tutumlarının ebeveyn birlikteliğine göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Anlamlı farklılık bulunan

oyun gibi aşk tutumunda boşanmış ailelerin çocukları ($\bar{x}=23.48$) birlikte olan ailelerin çocuklarına ($\bar{x}=23.21$) göre daha fazla oyun gibi aşk tutumuna sahiptir. Bunun yanında anlamlı farklılık bulunan mantıklı aşk tutumunda birlikte olan ailelerin çocukları ($\bar{x}=13.87$) boşanmış ailelerin çocuklarına ($\bar{x}=13.59$) göre daha fazla mantıklı aşk tutumuna sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

4.7. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamının Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşamın anlamına ilişkin ortalama ve standart sapma puanları Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşamın anlamına ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları

Cinsiyet	\bar{x}	ss
Mevcut anlam	26,09	6,19
Aranan anlam	23,20	7,33
Genel yaşam anlamı	49,29	9,45

n=465

Tablo 8’de görüldüğü gibi genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşamın anlamına ilişkin ortalama puanlar yüksekte düşüğe genel yaşam anlamı ($\bar{x}=49.29$, S= 9.45), mevcut yaşam anlamı ($\bar{x}=26.09$, S= 6.19) ve aranan yaşam anlamı ($\bar{x}=23.20$, S= 7.33) şeklinde sıralanmaktadır.

4.8. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı Cinsiyete Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte midir?

Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 9’da gösterilmektedir.

Tablo 9. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı ile cinsiyet arasındaki ilişki

Faktörler	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Mevcut Yaşam Anlamı	Kadın	214	26.53	5.76	461	-	1.37
	Erkek	249	25.74	6.54			
Aranan Yaşam Anlamı	Kadın	214	23.27	7.26	461	0.24	.81
	Erkek	249	23.11	7.43			
Genel Yaşam Anlamı	Kadın	214	49.80	9.60	461	-	1.08
	Erkek	249	48.85	9.35			

Tablo 9 incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı ($t_{461} = -1.37, p > .05$), aranan yaşam anlamı ($t_{461} = 0.24, p > .05$) ve genel yaşam anlamı ($t_{461} = -1.08, p > .05$) cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Yani her iki cinsiyete sahip genç yetişkinler benzer yaşam anlamına sahiptir.

4.9. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte midir?

Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 10'da gösterilmektedir.

Tablo 10. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı ve algılanan sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişki

Faktörler	SED	N	\bar{X}	SS		Kareler		F	p	
						Top.	sd			
Mevcut yaşam anlamı	Düşük	42	24.32	6.65	Gruplar	169.41	2	84.71	2.23	.12
	Orta	330	26.39	5.92	Arası					
	Yüksek	93	25.80	6.75	Gruplar içi	17582.66	462	38.06		
	Toplam	465	26.08	6.18	Toplam	17752.07	464			
Aranan yaşam anlamı	Düşük	42	23.85	7.99	Gruplar Arası	35.70	2	17.85	0.33	.72
	Orta	330	23.23	7.08						
	Yüksek	93	22.77	7.94	Gruplar içi	24914.78	462	53.93		
	Toplam	465	23.19	7.33	Toplam	24950.47	464			
Genel yaşam anlamı	Düşük	42	48.17	10.93	Gruplar	137.38	2	68.69	0.77	.46
	Orta	330	49.62	8.76	Arası					
	Yüksek	93	48.57	10.99	Gruplar içi	41309.91	462	89.42		
	Toplam	465	49.28	9.45	Toplam	41447.29	464			

Tablo 10 incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı ($F_{(2, 462)} = 2.23$, $p > .05$), aranan yaşam anlamı ($F_{(2, 462)} = 0.33$, $p > .05$) ve genel yaşamın anlamı ($F_{(2, 462)} = 0.77$, $p > .05$) algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Elde edilen sonuçlar, genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamının algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermediğini ortaya koyacak niteliktedir.

4.10. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı ile Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasında Anlamlı Bir İlişki Var mıdır?

Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı ile algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 11’de gösterilmektedir.

Tablo 11. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişki

Faktörler	Ebeveyn tutumu	N	\bar{X}	SS		Kareler Top.	d	Kareler Orta.	F	p
Mevcut yaşam anlamı	İlgisiz	25	25.38	7.32	Gruplar Arası	158.08	3	52.69	1.38	0.25
	Demokratik	144	26.45	7.22						
	Otoriter	42	24.40	4.50	Gruplar içi	17567.82	459	38.27		
	Koruyucu	252	26.26	5.64						
	Toplam	463	26.10	6.19	Toplam	17725.90	462			
Aranan yaşam anlamı	İlgisiz	25	22.36	8.13	Gruplar Arası	494.24	3	164.75	3.09	0.03
	Demokratik	144	21.79	7.50						
	Otoriter	42	24.63	6.38	Gruplar içi	24446.95	459	53.26		
	Koruyucu	252	23.84	7.24						
	Toplam	463	23.20	7.35	Toplam	24941.19	462			
Genel yaşam anlamı	İlgisiz	25	47.74	12.22	Gruplar Arası	390.49	3	130.16	1.46	0.23
	Demokratik	144	48.24	9.36						
	Otoriter	42	49.04	7.61	Gruplar içi		459			
	Koruyucu	252	50.11	9.48		41036.94	89.41			
	Toplam	463	49.30	9.47		Toplam	41427.44	462		

** p< 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 11 incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı ($F_{(3, 459)} = 1.38, p > .05$) ve genel yaşam anlamı ($F_{(3, 459)} = 1.46, p > .05$) ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında aranan yaşam anlamında ($F_{(3, 459)} = 3.09, p < .05$) ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Anlamlı farklılık bulunan aranan yaşam anlamı konusunda hangi ebeveyn tutumunda fark olduğuna çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni ile bakılmıştır. Bonferroni testi sonucunda otoriter ebeveyn tutumuna sahip ailelerin çocukları ($\bar{x} = 24.63$) diğer ebeveyn tutumuna sahip ailelerin çocuklarına göre daha fazla aranan yaşam anlamı puanına sahip olduğu bulunmuştur. Buna göre otoriter ebeveyni olan genç yetişkinler şu anki yaşamlarında anlam bulamamakta ve geleceğe ilişkin yaşam anlamı aramaktadır.

4.11. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı, Onların Ebeveynlerinin Birlikte ya da Ayrı Olmalarına Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte midir?

Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı onların ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmalarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 12’de gösterilmektedir.

Tablo 12. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı ve ebeveyn birlikteliği arasındaki ilişki

Faktörler	Ebeveyn	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Mevcut yaşam anlamı	Boşanmış	31	26.53	5.76	462	-1.61	.11
	Beraber	433	25.74	6.54			
Aranan yaşam anlamı	Boşanmış	31	23.27	7.26	462	.20	.84
	Beraber	433	23.12	7.43			
Genel yaşam anlamı	Boşanmış	31	49.80	9.60	462	-.91	.37
	Beraber	433	48.85	9.35			

Tablo 12 incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı ($t_{262} = -1.61, p > .05$), aranan yaşam anlamı ($t_{262} = 0.20, p > .05$) ve genel yaşam anlamı ($t_{262} = -0.91, p > .05$) ebeveynlerin birlikteliği ya da ayrı oluşuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Buna göre sahip olunan yaşam anlamı ebeveynlerin birlikte ya da ayrı oluşuna göre değişmemektedir.

4.12. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı, Onların Doğum Sırasına Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte midir?

Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamının onların doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 13'te gösterilmektedir.

Tablo 13. Genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı ve doğum sırası arasındaki ilişki

Faktörler	Doğum Sırası	N	\bar{X}	SS		Kareler		F	p	
						Top.	sd			
	İlk çocuk	205	27.2477	5.93	Gruplar	634.84	3	211.61	5.70	.001
					Arası					**
Mevcut Anlam	Ortanca	94	26.01	6.35						
	Son çocuk	139	24.92	6.19	Gruplar içi	17117.24	461	37.13		
	Tek çocuk	27	23.60	5.82						
	Toplam	465	26.09	6.19	Toplam	17752.07	464			
Aranan Anlam	İlk çocuk	205	22.71	7.61	Gruplar Arası	149.52	3	49.84	0.93	0.43
	Ortanca	94	23.68	6.85						
	Son çocuk	139	23.80	7.19	Gruplar içi	24800.96	461	53.80		
	Tek çocuk	27	22.19	7.61						
	Toplam	465	23.20	7.33	Toplam	24950.48	464			
Yaşamın Anlamı	İlk Çocuk	205	49.95	9.05	Gruplar	484.23	3	161.41	1.82	0.14
	Ortanca	94	49.70	10.11	Arası					
	Son çocuk	139	48.71	9.19			461			
	Tek çocuk	27	45.78	10.89	Gruplar içi	40963.06		88.86		
	Toplam	465	49.29	9.45	Toplam	41447.29	464			

Tablo 13 incelendiğinde araştırmaya katılan genç yetişkinlerin aranan yaşam anlamı ($F_{(3, 461)} = 0.93, P > .05$) ve genel yaşam anlamı düzeyleri ($F_{(3, 461)} = 1.82, p > .05$) doğum sırası değişkeni göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında mevcut yaşam anlamının ($F_{(3, 461)} = 5.70, p < .05$) doğum sırası değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Anlamlı farklılık bulunan mevcut yaşam anlamı konusunda, hangi sırada doğmanın fark yarattığına çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni ile bakılmıştır. Bonferroni testi sonucunda ilk

çocukların ($\bar{x} = 27.25$), tek çocuk ($\bar{x} = 23.60$) ve son çocuğa ($\bar{x} = 24.91$) göre daha fazla mevcut yaşam anlamı puanına sahip olduğu bulunmuştur.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. SONUÇ VE TARTIŞMA

Önceki bölümlerde de belirtildiği gibi bu araştırmanın temel amacı, genç yetişkinlerin sahip olduğu aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmada aşk tutumlarının alt boyutları olan tutkulu, özgeci, oyun gibi, arkadaşça, mantıklı, sahiplenici aşk ve yaşamın anlamı alt boyutları olan mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasındaki ilişkisi incelenmiştir.

Bu bölümde, yapılan analizler sonucu elde edilen bulgular yorumlanmakta ve literatürle ilişkilendirilerek tartışılmaktadır. Aşağıda sırasıyla genç yetişkinlerin aşk tutumları ve sahip oldukları yaşamın anlamı arasındaki ilişki, aşk tutumlarının cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu ve anne baba birlikteliği ya da ayrı olmasına göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular ele alınmaktadır. Bunun yanında genç yetişkinlerde sahip olduğu yaşam anlamının cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu, anne baba birlikteliği ya da ayrı olması ve doğum sırasına göre konumu ile anlamlı farklılık gösterip göstermediğine yönelik bulgular yer almaktadır.

5.1.1. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Aşk Tutumları ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu aşk tutumları ve yaşamın anlamı alt boyutları arasındaki ilişkiye dair sonuçlar

bulunmuştur. Tutkulu aşk ile mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre tutkulu aşk yaşayan bireyler yaşamda anlam bulmakta ve geleceğe ilişkin de anlam aramaktadır. Bununla birlikte yaşamlarında genel olarak anlam bulmaktadır. Büyükşahin ve Hovardaoğlu'nun (2004) çalışmasında, çiftlerin mutlu olmasıyla tutkulu aşk tutumuna sahip olması arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Ercan'ın (2008) yaptığı araştırmaya göre, ilişkinin süresi uzadıkça tutkulu aşk puanları artmaktadır. İlişki doyumu ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda (Örn., Hendrick, Hendrick ve Adler, 1988; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Richardson, Medvin ve Hammock, 1988) ise, ilişki doyumunun tutkulu aşk ile olumlu yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Diğer yandan bazı araştırmacılar (Örn., Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998) aşk tutumları ve çatışma davranışları arasında karşılıklı bir etkileşim olduğunu ileri sürmüşlerdir. Buna göre tutkulu aşıklar ilişkilerine çok fazla yatırım yaptıklarından ve partnerlerinin mutluluğu ile çok fazla ilgilenmelerinden, bu bireyler ilişkilerinde daha çok yardımsever olma, daha çok karşılıklı ödün verme ve bütünleştirici çatışma stratejilerini kullanma eğilimindedirler. Davies (1996) aşka ilişkin Tutumlar Ölçeğini ve Eysenck'in Kişilik Ölçeğini kullanarak, İngiltereli üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada, dışadönüklük ile tutkulu aşk yaşama arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Belirtilen araştırmalarda incelenen durumlar; mutlu olmak, ilişki doğumu, uzun süren ilişki, yardımsever olma, karşılıklı ödün vereceği ilişkide olma, yaşadığı ilişkilerinde bütünleştirici olma ve dışadönük olma ile yaşamda anlam bulma ve geleceğe ilişkin anlam arama ilişki kavramlar olabilir. Dolayısıyla tutkulu aşk yaşayan bireyler sözü edilen durumları yaşadığı gibi yaşamlarında anlam bulmakta, geleceğe ilişkin anlam aramakta ve genel olarak yaşamlarından anlam buluyor olabilir.

Oyun gibi aşk ile mevcut yaşam anlamı arasında düşük düzeyde negatif ve anlamlı ilişki olmasıyla birlikte oyun gibi aşk ve aranan anlam puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Bir başka ifade ile oyun gibi aşk yaşayan bireyler şu ana ilişkin yaşamlarında anlam bulamazken geleceğe ilişkin anlam aramaktadır. Yaşamlarında genel olarak da anlam bulamamaktadırlar. Ercan'ın (2008) yaptığı araştırmaya göre, ilişki sayısı arttıkça oyun gibi aşk puanları yükselmektedir. Yani sık partner değişimi söz konusudur. Aslında bu durum

bulgulardan ortaya çıkan sonuçla örtüşmektedir. Oyun gibi aşk yaşayan bireyler yaşamlarında anlam bulamamakta ve aramaktadır, bu durum ilişkilerinde sık partner değiştirmeyi getirmektedir yani, tüm yaşam alanlarında olduğu gibi içinde bulunduğu ilişkide anlam bulamayıp arayışa girmektedir. Bu süreç mütemadiyen devam ettiği için genel olarak da yaşamdan anlam bulamamaktadırlar. İlişki doyumu ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar (Örn., Hendrick, Hendrick ve Adler, 1988; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Richardson, Medvin ve Hammock, 1988) ise, ilişki doyumunun aşkı oyun gibi görme ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Araştırmanın sonucuna göre, aşkı oyun gibi yaşayan bireyler ilişkilerinden doyum sağlamamaktadır. Diğer yandan bazı araştırmacılar (Örn., Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998) aşk tutumları ve çatışma davranışları arasında karşılıklı bir etkileşim olduğunu ileri sürmüşlerdir. Buna karşılık, aşkı oyun gibi gören aşıkların, geri çekilme, çatışmayı reddetme, çatışma konusu ve çözüm önerileriyle daha az ilgilenme gibi kaçınıcı stratejileri tercih etme eğilimleri bulunmaktadır. Belirtilen kavramlar da yaşamın anlamıyla ilişkili olabilir. Aşkı oyun gibi yaşayan bireylerin ilişki doyumu olmadığı, günlük yaşam problemlerini çözmede yetersiz olduğu ve bu bireylerin yaşamlarından anlam bulamadığı ve geleceğe ilişkin anlam aradığı sonucuna ulaşılabılır.

Arkadaşça aşk ile mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Buna göre arkadaşça aşk yaşayan bireyler şu ana ilişkin anlam bulmakta, geleceğe ilişkin anlam aramakta ve genel olarak da yaşamda anlam bulmaktadır. Arkadaşça aşk karşılıklı ihtiyaçların giderilmesi özelliğine sahiptir. Bu aşk tutumunda bireyler etkinliklerini ve ilgilerini paylaşmaktan hoşlanırlar. Bu aşıklar ev rutiniyle tatmin olurlar ve bu rutini teselli edici, güvenli ve rahatlatıcı bulurlar. Bu özelliklere sahip bireyler yaşamlarında anlam bulmakta ve gelecekte de anlam aramaktadır. Genel olarak da yaşamlarından anlam bulmaktadır. Ayrıca Şahin'in (2001) yaptığı araştırmaya göre, arkadaşça aşk ile ilişki doyumu arasında pozitif ilişki vardır. Bunun yanında Ercan'ın (2008) çalışmasında, ilişkinin süresi ile arkadaşça aşk puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Başka bir deyişle arkadaşça aşk yaşayan bireylerin ilişki süresi uzun olabilmektedir. Hendrick ve Hendrick (2006) partnerlerin sorumlulukları ile aşk tutumları arasındaki ilişkiyi ele aldıkları araştırmalarında arkadaşça aşk ile sorumluluk alma arasında

pozitif ilişki bulmuşlardır. Araştırmalarda geçen durumlar da yaşamın anlamı ile ilişkili olabilir, dolayısıyla arkadaşça aşk tutumuna sahip bireyler yaşamlarından anlam buluyor olabilir.

Mantıklı aşk ile aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlam puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre mantıklı aşk yaşayan bireyler geleceğe ilişkin anlam aramaktadır. Genel olarak da yaşamlarında anlam bulmaktadırlar. Mantıklı aşk, olumlu gelecek sağlayabileceğine ve devam edebileceğine inanılan ilişkilerde egemen olan aşk türüdür. Bu tanımlamadan da yola çıkılarak mantıklı aşkların içinde bulunulan andan ziyade gelecek odaklı bireyler olduğu ve geleceğe ilişkin anlam aradıkları sonucuna varılabilir.

Aynı şekilde sahiplenici aşk ile aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlam puanları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Buna göre sahiplenici aşk yaşayan bireyler geleceğe ilişkin anlam aramaktadır. Genel olarak da yaşamlarında anlam bulmaktadırlar. Sahiplenici aşk, kıskançlığın, güvensizliğin ve obsesyonun hüküm sürdüğü görece olarak patolojik bir aşk tutumudur. Tüfekçi'nin (2008) yaptığı araştırmaya göre, koruyan ebeveyn ego durumuna sahip bireyler sahiplenici aşk tutumuna sahiptir. Bununla birlikte sahiplenici aşklar ilişkilerinde güvensiz olma ve sürekli olarak birlikte oldukları kişiyi kaybetme korkusu yaşama eğilimindedirler, ilişkileri sorunlu bile olsa, genelde bitiremezler, ilişkiyi bitiren genellikle eşleri olur. Sahiplenici aşkın bu özellikleri göz önünde bulundurulduğunda geleceğe ilişkin anlam aradıkları sonucuna ulaşılabilir. Sözü edilen durumlar olumsuzdur ve dolayısıyla taşınması zordur. Sahip olunan bu özelliklerin varlığında bireyler yaşamlarından anlam bulamıyor ve arıyor olabilir. İlişki doyumu ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar (Örn., Hendrick, Hendrick ve Adler, 1988; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Richardson, Medvin ve Hammock, 1988) ise, ilişki doyumunun sahiplenici aşk tutumu ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Davies (2001), sosyal arzu edilirlilik ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmanın sonunda saplantılı aşkın hem erkek hem de kadınlarda sosyal arzu edilirlilikle negatif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Bunun yanında sahiplenici aşkların daha çok depresyona girme eğilimlerinin olduğunu gösteren araştırma bulguları mevcuttur (Arnold ve Thompson, 1996). Belirtilen araştırmalarda sahiplenici aşk ile ilişkisi incelenen kavramlar bireyin yaşamından

anlam bulmasını güçleştiren durumlardan olabilir. Dolayısıyla sahiplenici aşk tutumuna sahip birey anlam arama çabasına girmiş olabilirler.

Özgeci aşk ile mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında ilişki bulunmamaktadır. Özgeci aşk ile genel yaşam anlam puanları arasında ise düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Özgeci aşk yaşayan bireylerin genel anlam puanlarında düşük düzeyde de olsa anlamlılık görülmektedir. Özgeci aşkta klasik dini bakış bağlamında cömert, özverili ve kendini adanmış aşık söz konusudur. Beraber olunan kişinin olduğu gibi kabul edildiği, kusurlarına rağmen sevildiği, iyiliğinin ön planda tutulduğu, bağışlayıcı ve destekleyici aşk tutumudur. Tanımlamalardan yola çıkılarak özgeci aşk yaşayan bireylerin kendi yaşamlarında anlam bulmaya odaklanmaksızın, ilişkide bulunduğu kişiye konsantre oldukları sonucuna varılabilir. Ayrıca yaşamın anlamını irdelemeksizin varolan koşulları ve olduğu gibi kabul eder benlik yapılarının olduğu düşünülebilir. Bu durum yaşamlarında anlam bulma ve arama puanlarına yansımış olabilir. Genel yaşam puanlarında görülen düşük düzeyde anlamlılık ise kendi yaşamlarını ve içinde bulunduğu ilişkiyi sürdürmeyi sağlamaktadır. Aksi takdirde Frankl'ın (2010) da belirttiği üzere yaşamında anlam bulamayan bireyler 'artık hayattan beklediğim hiçbir şey yok' söylemiyle yaşamına son verebilmektedir. Ayrıca Büyükşahin ve Hovardaoğlu (2004) tarafından yapılan çalışmada, ilişkide sorun yaşama ile özgeci aşk tutumu arasında olumsuz ilişki saptanmıştır. Bunu Tüfekçi'nin (2008) elde ettiği sonuçlar desteklemektedir; buna göre, özgeci aşk tutumu ile eleştirel ebeveyn ego durumu arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Ercan'ın (2008) çalışmasında ise ilişki sayısı arttıkça özgeci aşk puanları yükselmektedir. Buna göre, bireyler içinde bulunduğu ilişkiyi sürdürmek için yaşadıkları problemleri göz ardı etmeyi ve özveride bulunmayı seçiyor olabilir.

5.1.2. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgulardan hatırlanacağı gibi, aşk tutumları ile cinsiyet karşılaştırması, araştırmaya katılanların oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır. Erkeklerin oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanları, kadınların oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanlarına göre daha yüksektir.

Tutkulu aşk, arkadaşça aşk, sahiplenici aşk ve mantıklı aşk puanları ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Erkeklerin oyun gibi aşk puanlarının kadınların oyun gibi aşk puanlarından yüksek olması, daha önce Ercan (2008), Hendrick ve Hendrick (1986, 1995), Hendrick ve diğerleri (1998), Dion ve Dion (1993), Neto (1994), Neto ve diğerleri (2000), Davies (2001) ve Le (2005)'nin aynı doğrultudaki araştırma bulguları ile örtüşmektedir. Erkeklerin özgeci aşk puanlarının kadınların özgeci aşk puanlarından yüksek olması, yine Neto (1994), Sprecher ve diğerleri (1994), Hendrick ve diğerleri (1998), Hendrick ve Hendrick (2002), Neto ve diğerleri (2000), Davies (2001), Hovardaoğlu ve Büyükşahin (2004) ile Büyükşahin (2006)'in aynı doğrultudaki araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Oyun gibi aşk ve özgeci aşk puanlarındaki cinsiyetler arası fark, toplumsallaşma farklılıkları ile açıklanabilir. Davies (2001)'in araştırma bulgularının da ortaya koyduğu gibi, erkeklerin oyun gibi aşk puanlarının kadınların puanlarından daha yüksek olması, büyük ölçüde toplumsal arzu edilirlikle ilgili görünmektedir. Erkeklerin daha sık partner değiştirmesi ve birden çok sevgilisinin olması, Türk toplumunda yadsınmayan, hatta zaman zaman desteklenen bir durumdur. Dolayısıyla böyle bir kültürel ortamda, erkeklerin oyun gibi aşk puanlarının yüksek olması beklenir. Özgeci aşk puanlarının yüksekliği ise Büyükşahin (2006) tarafından kadınların giderek erkeklerden daha bağımsız hale gelmeye başlamasıyla açıklanmaktadır. Kadınların daha bağımsız olması, erkeklerde eşlerini kaybetme korkusuna yol açabileceğinden, erkekler kadınlardan daha özgeci olabileceklerdir. Ercan'ın (2008) araştırma bulgularında belirttiği bir durum ise, Türk toplumunda karşı cinsle yakın duygusal ilişkiler söz konusu olduğunda, özellikle flört aşamasında ve ilişkinin resmileştiği ilk yıllarında, genel olarak erkeklerden daha özgeci davranışlar beklenmesinin sonucu olabilmesidir. Genç yetişkinlik dönemi, ilişkilerin gelişim sürecinde, özellikle erkekler için büyük ölçüde bu aşamaya karşılık gelmektedir. Dolayısıyla bu dönemde erkekler, onlardan beklendiği şekilde, daha özgeci tavırlar sergileyebilmektedir. Bunların yanında Türk toplumunda erkekler özellikle yakın ilişki ve romantik ilişki içinde bulunduğu kadınlara karşı daha korumacı davranmaktadır. Dış dünyadaki algılanan tehlikenin büyüklüğü doğrultusunda benlik imgelerinde koruma görevi üstlenmektedir. Tehlikeye karşı mücadeleye hazır olma ve gerektiğinde tehlike ile karşı karşıya gelme erkekler için özveri olarak değerlendiriliyor olabilir. Bulgularda görüldüğü gibi her aşk tutumlarını her iki cins

benzer yaşamaktadır. Cinsiyetler arası farklılıklardan çok benzerliklerin olması, genel olarak aşk tutumlarının kültürün etkisine açık oluşuna işaret ediyor görünmektedir.

5.1.3. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularında belirtildiği üzere, genç yetişkinlerin aşk tutumları algılanan sosyoekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Başka bir ifadeyle, sosyo-ekonomik düzey farklılığına rağmen bireyler aşk tutumlarını benzer yaşamaktadır. Ercan'ın (2008) yaptığı çalışmada aşk tutumları ile sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşmaktadır. Araştırmaya katılanların tutkulu aşk, oyun gibi aşk ve sahiplenici aşk puanları sosyo-ekonomik düzeylerine göre değişmemektedir. Bununla birlikte katılımcıların arkadaşça aşk, mantıklı aşk ve özgeci aşk alt boyutlarına ilişkin puanları arasında ise sosyo-ekonomik düzeyleri bakımından anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Alt sosyo-ekonomik düzeyde yer alan katılımcıların arkadaşça ve özgeci aşk puanları, üst sosyoekonomik düzeyde yer alan katılımcıların arkadaşça ve özgeci aşk puanlarından, aynı grubun mantıklı aşk puanları, üst ve orta sosyo-ekonomik düzeyde yer alan katılımcıların mantıklı aşk puanlarından daha yüksektir. Bütün bu bulgular arkadaşça, mantıklı ve özgeci aşk tutumlarına ilişkin puanların, üst sosyo-ekonomik düzeyden alt sosyo-ekonomik düzeye doğru gidildikçe yükseldiğini göstermektedir. Bu sonuçlar arası farklılık, *algılanan* sosyo-ekonomik düzeyle ilişkili olabilir. Ayrıca Ercan'ın (2008) çalışmasında örnekleme bulunan alt sosyo-ekonomik yapıya sahip olan bireyler gecekondü mahallelerinde oturmaktadır. Genelde göçle gelen bireylerden oluşmaktadır. Bu çalışmada ise örneklem, daha önce bahsedildiği gibi Marmara bölgesinde bulunan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Bunun yanında aradan geçen zamanda hızla değişim gösteren kültürel yapının aşk tutumlarına etkisinden kaynaklanıyor olabilir. Daha önce söz edildiği gibi aşk tutumları kültürel yapıdan etkilenmektedir.

5.1.4. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgulardan hatırlanacağı üzere, araştırmaya katılan genç yetişkinlerin tutkulu aşk, oyun gibi aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk tutumları algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu bulgu aşk tutumlarının algılanan ebeveyn tutumuna göre değişim göstermediğini ortaya koymaktadır. Driscoll, Davis ve Lipetz (1972) ebeveynlerin çocuklarının romantik aşk yaşantılarına olan etkisini inceledikleri çalışmalarının sonucunda ebeveyn müdahalesi ile romantik aşk puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişki bulmuşlardır. Anne baba engel olma yönünde müdahale ediyorsa çiftler daha tutkulu aşk yaşıyor. Bu araştırmada var olan ilişkiye müdahalenin aşk tutumunu nasıl etkilediği incelenmiştir. Ebeveynlerin çocuk yetiştirmede ortaya koyduğu farklı tutumlar, genç yetişkin bireylerin aşk tutumlarında anlamlı farklılık oluşturmamaktadır.

5.1.5. Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Aşk Tutumları ve Onların Ebeveynlerinin Birlikte ya da Ayrı Olmaları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgularda söz edildiği gibi, araştırmaya katılan genç yetişkinlerin tutkulu aşk, arkadaşça aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk tutumuna sahip olmaları ebeveyn birlikteliği ya da ayrı olmasına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında oyun gibi aşk ve mantıklı aşk tutumlarının ebeveyn birlikteliğine göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Anlamlı farklılık bulunan oyun gibi aşk tutumunda boşanmış ailelerin çocukları, birlikte olan ailelerin çocuklarına göre daha fazla oyun gibi aşk tutumuna sahiptir. Ercan'ın (2008) yaptığı araştırma sonuçları ile elde edilen sonuçlar örtüşmektedir. Buna göre, ilişki sayısı arttıkça oyun gibi aşk puanları yükselmektedir. Yani birey sık partner değiştirmektedir. İlişki doyumu ve aşk tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar (Örn., Hendrick, Hendrick ve Adler, 1988; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Richardson, Medvin ve Hammock, 1988) ise, ilişki doyumunun aşkı oyun gibi görme ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Araştırmanın sonucuna göre aşkı oyun gibi yaşayan bireyler ilişkilerinden doyum sağlamamaktadır. Diğer yandan bazı araştırmacılar (Örn., Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998) aşk tutumları ve

çatışma davranışları arasında karşılıklı bir etkileşim olduğunu ileri sürmüşlerdir. Buna karşılık, aşkı oyun gibi gören aşıkların, geri çekilme, çatışmayı reddetme, çatışma konusu ve çözüm önerileriyle daha az ilgilenme gibi kaçınıcı stratejileri tercih etme eğilimleri bulunmaktadır. Aşkı oyun gibi yaşayan bireylerin sık partner değiştirdiği, ilişki doyumunun olmadığı ve günlük yaşam problemlerini çözmede yetersiz olduğu benzer araştırmalarda ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla bu durum boşanmalara neden olabilmektedir. Dolayısıyla bu tür ailelerde yetişen genç yetişkinler de ailelerinden öğrendikleriyle aşk tutumlarını oluşturmada ve oyun gibi aşka sahip olmaktadır. Bunun yanında anlamlı farklılık bulunan mantıklı aşk tutumunda birlikte olan ailelerin çocukları boşanmış ailelerin çocuklarına göre daha fazla mantıklı aşk tutumuna sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Mantıklı aşk, olumlu gelecek sağlayabileceğine ve devam edebileceğine inanılan ilişkilerde egemen olan aşk türüdür. Dolayısıyla bu tür bireyler ilişkilerini devam ettirme motivasyonu ile ilişki ya da evlilik yapmakta ilişkileri uzun süreli olmaktadır. Uzun süren beraberliğin olduğu ailelerde yetişen genç yetişkinler öğrenmelerinin ürünü olarak daha fazla mantıklı aşk tutumuna sahip olmaktadır.

5.1.6. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgularda yer verildiği gibi, genç yetişkinlerin mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Literatürde de benzer sonuçlar bulunmaktadır. Steger ve diğerleri (2006) ve Demirtaş (2010) çalışmasında yaşam anlamının cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) ölçek çalışması esnasında bir araştırmada yaşam anlamının cinsiyete göre farklılaştığını bulmuştur. Sözü edilen çalışma dışındaki araştırmalarda yaşamın anlamının cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Taş (2011) çalışmasında öğretmenlerin aranan yaşam anlamı alt boyutunun cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Erkek öğretmenlerin aranan yaşam anlamı düzeyleri kadın öğretmenlerin aranan yaşam anlamı düzeyinden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durumu ise kadınların çalışma hayatında yeni olmaları ve var olan konularından memnun oldukları için herhangi bir arayışa ihtiyaç hissetmedikleriyle açıklamıştır. Elde edilen

bulguya göre, bireyin doyum sağlayacağı hoşnut olacağı faaliyetleri bularak yaşamının anlamlı olduğunu düşünmesi, geleceğe ilişkin de anlam bulması ya da tam tersi yaşamdan anlam bulamaması cinsiyetle göre değişmemektedir. Yaşamda anlam bulma başka faktörlerden etkilenmektedir.

5.1.7. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgulardan hatırlanacağı gibi araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Aslında elde edilen sonuç şaşırtıcıdır. Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek ailelerde yetişen bireylerin yaşamlarından daha çok anlam bulması beklenmekteydi. Bu durumda Frankl'ın (2010) kitabında söz ettiği araştırmasının hala geçerliliğini koruduğu söylenebilir. Araştırma Johns Hopkins Üniversitesi'nden sosyal bilimciler tarafından, kırk sekiz üniversitede 7948 öğrenci üzerinde, yürütülmüştü. Kendileri için neyin 'çok önemli' olduğu sorulduğunda, öğrencilerin yüzde 16'sı 'çok para kazanmak' buna karşılık yüzde 78'i 'yaşamında bir amaç ve anlam bulmak' seçeneğini işaretlemişti. Birey sahip olduğu ekonomik koşullar ne olursa olsun yaşamında anlam bulmaktadır ya da bulamamaktadır.

5.1.8. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı ile Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgularda açıklandığı üzere, araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında aranan yaşam anlamında ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Otoriter ebeveyn tutumuna sahip ailelerin çocukları diğer ebeveyn tutumlarından demokratik, ilgisiz ve koruyucu ailelerin çocuklarına göre daha fazla aranan yaşam anlamı puanına sahip olduğu bulunmuştur. Buna göre otoriter ebeveyni olan genç yetişkinler geleceğe ilişkin yaşam anlamı aramaktadır.

Literatürde yer alan otoriter anne-babaların özellikleri incelendiğinde onlar; zorunlu bir disiplini tercih etmekte, isteklerine sorgusuz sualsiz uyulmasını istemekte ve çocuklarının verdikleri emirlere hemen uymasını beklemektedirler. Çocuğu denetlemek için ona ceza vererek çocuğun yaşamında otorite sağlamaktadırlar ve nadiren kuralların ve düzenlemelerin arkasındaki sebepleri açıklamaktadırlar. Çocukla yakınlık kurma becerileri düşüktür. Bu anne-babalar çocukların davranışlarından nadiren memnun olmaktadır ve duygusal yakınlık göstermemektedirler ya da kendi gençliklerini övmektedirler (Baumrind, 1991; Reitman, Rhode, Hupp ve Altobello, 2002). Bu koşullarda yaşayan bireyler yaşamda anlam bulamamakta, gelecekte koşullarını değiştirerek daha farklı yaşantılara sahip olacağını düşünmekte ve dolayısıyla geleceğe ilişkin anlam aramaktadır.

Ebeveyn tutumu ve sahip olunan yaşam anlamını inceleyen başka bir araştırma bulunmamaktadır.

5.1.9. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı ve Onların Ebeveynlerinin Birlikte ya da Ayrı Olmaları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgulardan hatırlanacağı gibi, araştırmaya katılan genç yetişkinlerin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı ebeveynlerin birlikteliği ya da ayrı oluşuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Buna göre yaşama yüklenen anlam ebeveynlerin birlikte ya da ayrı oluşuna göre değişmemektedir. Araştırmaya başlanırken oluşturulan hipotezlere göre beklenen sonuç bu yönde değildir. Parçalanmış aile çocukları olan genç yetişkinlerin yaşamda anlam bulamama gibi problemler yaşayacağı beklenmekteydi. Dolayısıyla ortaya çıkan sonuç şaşırtıcıdır. Örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması araştırmanın bu sonucunu etkileyen bir faktör olabilir. Üniversite yaşantısı içinde bulunan, parçalanmış aile çocuğu olan genç yetişkinler yaşamlarında anlam bulma konusunda anne baba birlikteliği olan bireylerden farklı bir durumda değildir.

Bu kavramlar arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir araştırma bulunmamaktadır.

5.1.10. Genç Yetişkinlerin Sahip Olduğu Yaşam Anlamı ve Doğum Sırasına Göre Konumları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bulgularda yer verildiği gibi, araştırmaya katılan genç yetişkinlerin aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamının doğum sırasındaki konuma göre anlamlı farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Bunun yanında mevcut yaşam anlamı doğum sırasındaki konuma göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlk çocukların, tek çocuk ve son çocuğa göre daha fazla mevcut yaşam anlamına sahip olduğu görülmüştür. Lohman, Lohman ve Christensen (1985) tarafından yapılan çalışmada büyük çocukların kendilerini zeki, sosyal, cana yakın ve iyi olarak tanımladıkları, ortanca çocukların ise bu kavramlara ilişkin daha az puan aldıkları tespit edilmektedir. Bu sonuç elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Kendilerine yönelik olumlu atıfları olan ve bu doğrultuda yaşam tutumuna sahip bireyler yaşamda daha çok anlam buluyor olabilir. Örnekleimde bulunan bireylerin yaşı farklı olsa da Pilkington ve arkadaşları'nın (1997) çalışma sonuçları da manidardır. Okul çağı çocuklarında algılanan başa çıkma tarzları ve psikolojik doğum sırasını incelemişlerdir. Yaş ortalaması 10 olan toplam 134 öğrencinin katıldığı araştırma sonuçlarına göre, doğum sırasında büyük çocuk olan kişilerin kendilerini aile destekli, akranları tarafından kabul edilen, güvenilen kişiler olarak algıladığı ortaya çıkmıştır. Bu durumlar yaşamda anlam bulmaya katkı sağlıyor olabilir. Aynı çalışmada ortanca çocukların bu ölçeklerden daha düşük puanlar aldığı saptanmıştır. Ortanca çocukların düşük öz güven, yüksek engellenmişlik ve haksızlığa uğramışlık duygusu başa çıkma tarzlarındaki sınırlılığa neden olduğu araştırmacı tarafından belirtilmiştir. Bu duygu durumunda bulunan bireyler yaşamda anlam bulamıyor olabilir.

5.2. ÖNERİLER

5.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler

İnsanın varolduğu her yerde ve çağda, aşk ve onu yaşama biçimi bizzat bu durumun içinde bulunan ya da bu yaşantıya tanık olan bireyleri fazlasıyla düşündürmüştür. Yaşadıklarını anlamaya çalıştıkları gibi süreci yönetmekle ilgili bilgi ve becerilere ihtiyaç duymaktadırlar. Aynı şekilde yaşamın anlamına ilişkin sorular bireylerin zihnini meşgul edebilmektedir. Bu iki önemli duruma yönelik elde edilen bilimsel bilgiler bireylerin yaşadığı çıkmazda kendilerine sağlam bir dayanak olacaktır. Bu durumlar göz önüne alınarak aşağıdaki öneriler belirtilmektedir.

1. Genç yetişkinler elde edilen araştırma sonuçlarını, ilişkilerindeki arzu ve istekleri tanımlamada kullanabilir; hangi aşk tutumunun bireye daha fazla yaşamda anlam bulmayı sağladığını öğrenerek kendi aşk tutumunu gözden geçirebilir. Dolayısıyla yaşamdan anlam bulacağı aşk tutumuna sahip olma konusunda değişim ve gelişim sürecine girebilir. Bu onlara ilişkilerini ve hayatlarını daha anlamlı yaşamalarını sağlayacak eş seçiminde bulunurken de yardımcı olabilir.
3. Yaşamda anlama sahip olmayı sağlayan durumların ve bireyin aşk tutumunun değiştirilebilir olması genç yetişkinlerin bakış açısında esnekliğe yol açabilir. Aşkın ve yaşamda anlama sahip olunan durumların birer tercih meselesi olduğunu ve değiştirilebilir olduğunu anlamaları, yaşanan olumsuz aşk deneyimlerinin yıkıcı etkilerinden en az zararla kurtulmalarını ve bir sonraki ilişkide daha sağlıklı bakış açıları geliştirmelerini sağlayabilir.
4. Psikolojik danışmanlar, bu çalışmadan elde edilen sonuçlarla danışanlarının ilişkilerinde ne aradıklarını anlamalarına yardımcı olabilir. Ayrıca bu bilgiler, onların isteklerini ve arzularını karşılayacak partner ile ilişki kurma esnasında onların öz farkındalık kazanmasına yardımcı olabilir.
5. Aile danışmanları, psikologlar ve aile danışmanlığı hizmeti veren kurum çalışanları sonuçlardan yararlanarak hangi aşk türlerinin yaşamda daha fazla anlam bulmayı sağladığını iletişim halinde buldukları kişilere sunabilir. Sonuçta bireyler yaşamdan anlam bulmayı sağlayacak aşk türlerine yönelebilir.

5. Psikolojik danışmanlar hazırlayacakları eğitim programları veya seminerlerde bu bulguları kullanarak genç yetişkinleri bilgilendirebilirler. Dolayısıyla daha az kaygı veren ve daha anlamlı aşk ilişkisi yaşanabilir.

6. Yaşamın anlamının algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşmadığı sonucu insanlar için önemli bir yol göstericidir. Birey her ne tür sosyo ekonomik koşulda bulunursa bulunsun yaşamdan anlam bulabilir, dolayısıyla bu durum birçok problemini aşmada kendisine yardımcı olabilir.

5.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Aşk tutumları ve yaşamın anlamı kavramı Türkiye’de yeni sayılabilecek durumdadır. Bu konularla ilgili yapılacak çalışmalar kavramlarla ilgili derinlemesine bilgi sahibi olunmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Aşk tutumları ve yaşamın anlamı konuları bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Özellikle tartışma bölümünde yer alan ve araştırmanın kavramlarıyla ilgili olduğu düşünülen birçok durum incelenerek konuların değişik açılardan açıklanması yararlı olacaktır.

3. Türk kültüründe var olan aşk anlayışına ve yaşamın anlamına ilişkin nitel çalışmaların yapılması farklı türden bulguların elde edilmesini sağlayacaktır.

4. Bu çalışma aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi belli yaş döneminde incelemiştir. Bu araştırma farklı gelişim dönemlerinde gerçekleştirilebilir. Ayrıca ulaşılan kişi sayısı artırılarak kültürlerarası karşılaştırma sağlanabilir.

5. Aşk tutumları konusu, romantik kıskançlık ve kıskançlıkla başa çıkma değişkenleriyle ele alınabilir. Dolayısıyla hangi aşk tutumunun ne düzeyde kıskançlığa sahip olduğu, başa çıkma yöntemlerinin neler olduğuyla ilgili anlamlı sonuçlara ulaşılabilir. Bu sonuçlardan çeşitli çift seminerlerinde, çiftlerle ilgili projelerde ve psikolojik danışma seanslarında yararlanılabilir.

6. Aşk tutumları kişilik özellikleri, duygusal bağlılık, çatışma davranışları, yaşam doyumu gibi birçok değişkenle doğrudan ya da dolaylı olarak ilişkili görünmektedir. Alanyazında bu ilişkiler noktasında yalnızca yurtdışı çalışmaları bulunmaktadır ve bu

konularda yurtiçinde yapılabilecek çalışmalar önemli bir boşluğu dolduracak niteliktedir.

Sonuç olarak bu araştırmanın, genç yetişkinlerin aşk tutumları ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkilere yönelik somut bulgular ve önemli kanıtlar ortaya koyduğu söylenebilir. Bu yönüyle çalışmanın psikolojik danışma alanında önemli bir boşluğu dolduracağına inanılmaktadır.

KAYNAKÇA

- Adams, P.E. (1999). Guest editorial: The forgotten science educator. *Journal of Research in Science Teaching*. 36(4), p. 407-410.
- Adler, N. L., & Hendrick, S. S. (1991). Relationships between contraceptive behavior and love attitudes, sex attitudes, and self-esteem. *Journal of Counseling & Development*, 70, p. 302-308.
- Adler, A. (2004). *İnsanı tanıma sanatı*. Ankara: Say Yayınları.
- Adler, A. (2010). *Yaşamın Anlamı*. Ankara: Alter Yayıncılık.
- Akın, A. (2009). *Akılci Duygusal Davranışci Terapi Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Psikolojik İyi Olma Ve Öz-Duyarlık Üzerindeki Etkisi*. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya.
- Akın, A. ve Taş, İ. (2011). Validity and Reliability of the Turkish Version of the Meaning in Life Questionnaire. III. *İnternarional Congress of Educational Research*. Girne, TRNC.
- Akdemir, A. (2010). Güzellik, Aşk ve Bilgi Üçgeninde Şem ve Pervane. *International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*. 5(3).
- Akkoyun, F. (2005). *Gestalt Terapi*. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Allen, J. B., Kendrick, D. T., Linder, D. E., & McCall, C. A. (1985). Arousal ve attribution: A response facilitation alternative to misattribution and negative reinforcement model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, p. 261-270.
- Altıntaş, E. ve Gültekin, M. (2005), *Psikolojik Danışma Kuramları*, 2. Baskı, Alfa Akademi, İstanbul.
- Arnold, M. E., & Thompson, B. (1996). Love style perceptions in relation to personality function. *Journal of Social Behavior & Personality*, 11 (3), p. 1-9.
- Aron, A. ve Aron, E.N., (1989). *The Heart of Social Psychology*. Lexington Books: Massachusetts.

- Athanasou, J. A. (1984), *A Paradoxical Intention: A Brief Description of a Cognitive Behaviour Therapy Approach and Its Potential for Counselling*, http://www.eric.ed.gov/ERICDocs/data/ericdocs2sql/content_storage_01/0000019b/80/34/a5/8d.pdf,
- Atkinson, R. L., Atkinson, R.C. ve diğ erleri.(1999). *Psikolojiye Giriş*. Ankara: Arkadaş Yayınları.
- Aydın, B. (2002). *Genç yetişkinlik için: Geliş im psikolojisi*. (Ed: B. Aydın). Ankara: Televizyon Tanıtım Tasarım Yayıncılık Ltd. Şti.
- Ayvazoğ lu, B. (1996). *Aş k Estetiğ i* (3. Basım). İstanbul: Ötüken Yayınları.
- Backman, C. W., (1981). Atraction in İnterpersonal Relationships, der. R. Turner ve M. Rosenberg, *Sociological Perpective in Social Psychology*, Basic Boohs: New York, p. 235-268.
- Bailey, W. C., Hendrick, C., & Hendrick, S. (1987). Relation of sex and gender role to love, sexual attitudes, and self-esteem. *Sex Roles*, 16 (11/12), p. 637- 648.
- Bargdill, R. W. (2000). The Study of Life Boredom. *Journal of Phenomenological Psychology*, 31 (2), p.188–219.
- Barnes, R. C. (2005), Logotherapy and the Human Spirit, Edit. G. E. Rice, Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy (2005), Viktor Frankl Institute of Logotherapy: p. 31-49.
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Journal for The Study of Interpersonal Processes*. 36 (4), p. 409-427.
- Baumrind, D. (1991) The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Abuse. *Journal of Early Adolescence*, 11, p. 56-94.
- Bayraktar, M. (1991). *Yunus Emre ve Aş k Felsefesi*. Ankara: İş Bankası Yayınları.
- Berscheid, E. and Meyers, S.A. (1996). A Social Categorical Approach to a Question about Love. *Personal Relationships*, 3, p. 19-43.
- Berscheid, E., ve Walster, E. (1978). *İnterpersonal attraction*. New York: McGraw.
- Blondel, E. (2003). *Aş k*. (Yayına Hazırlayan: Esra Özdoğan). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

- Bortolotti, L. (2010). Agency, Life Extension, and the Meaning of Life. *The Monist*, 93 (1), p. 38-56.
- Boyras, G., Horne, S.G. ve Sayger, T. V. (2010). Finding Positive Meaning After Loss: The Mediating Role of Reflection For Bereaved Individuals. *Journal Loss and Taruma*, 15, p. 242–258.
- Budak, Selçuk (2003), *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2010), *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem A yayıncılık.
- Büyükşahin, A. (2004). Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri. *Türk Psikoloji Bülteni*, (32), s. 118-120.
- Büyükşahin, A. ve Hovardaoğlu, S. (2004). Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19, s. 59-72.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Chamberlain, K., & Zika, S. (1988). Religiosity, life meaning, and wellbeing: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, p. 411-420.
- Crumbaugh, J. C. ve Maholick, L. T. (1964). An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept Of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, p. 200–207.
- Collins, K. A. (2005). Love Styles and Self-Silencing in Romantic Relationships. *Guidance and Counseling*, 20 (3/4), p. 139-146.
- Conant, James. B. (2004), *Changing Irrational Beliefs and Building Life Meaning: An Innovative Treatment Approach for Working With Depressed Inmates*, The Chicago School of Professional Psychology: For the Degree of Doctor of Psychology.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Yayına Hazırlayan: Tuncay Ergene), Ankara: Mentis Yayıncılık.

- Crumbaugh, J. C. ve Maholick, L. T. (1964). An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept Of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, p. 200–207.
- Das, A. K. (1998). Frankl and the realm of meaning. *Journal of Humanistic Education & Development*. 36 (4), p. 199.
- Davies, M. F. (1996). EPQ correlates of love styles. *Personality and Individual Differences*, 20 (2), p. 257-259.
- Davies, M.F. (2001). Socially Desirable Responding and Impression Management in the Endorsement of Love Styles. *The Journal of Psychology*, 135 (5), p. 562-570.
- Debats, D. L., Drost, J., & Hansen, P. (1995). Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach. *British Journal of Psychology*, 86, p. 359-375.
- Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39 (4), p. 30-57.
- De Klerk, J.J., Boshoff, A.B. ve Wyk, R.V. (2009). Measuring Meaning in Life in South Africa: Validation of an Instrument Developed in the USA. *South African Journal of Psychology*, 39 (3), p. 314-325.
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda Anlam ve Yılmazlık*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Dion, K.K. and Dion, K.L. (1973). Correlates of Romantic Love. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41, p. 51-56.
- Dion, K. K., & Dion, K. L. (1991). Psychological individualism and romantic love. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6 (1), p. 17-33.
- Dion, K.K. and Dion, K.L. (1993). Gender and Ethnocultural Comparisons in Style of Love. *Psychology of Woman*, 17, p. 463-473.
- Djikic, M. and Oatley, K. (2004). Love and Personal Relationships: Navigating on the Border between the Ideal and Real. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 34 (2), p. 199-209.

- Dogra, A.K., Basu,S. ve Das, S. (2011). Impact of Meaning in Life and Reasons for Living to Hope and Suicidal Ideation: A Study among College Students. *SIS J. Proj. Psy. & Ment Health*, 18, p. 89-102.
- Driscoll, R., Davis, K.E., Lipetz, M. E. (1972). Parental Interference and Romantic Love: The Romeo and Juliet Effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 14 (1), p. 1-10.
- Dutton, D.G. ve Aron, A., (1974). Some Evidence For Heightenedsexual Attraction Under Condition of High Anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, p. 510-517.
- Dökmen Ü. (1987) Yüz İfadeleri Konusunda Verilen Eğitimin Duygusal Yüz İfadelerini Teşhis Becerisi ve İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerindeki Etkisi. *Psikoloji Dergisi*, 6 (21), s. 75-79.
- Ebersole P., & Depaola, S. (1986). Meaning in Life Categories of Later Life Couples. *Journal of Psychology*, 121 (2), p.185-191.
- Edwards, M. j. ve Holden, R. R. (2001). Coping, Meaning in Life and Suicidal Manifestation: Examining Gender Differences. *Journal of Clinical Psychology* 57 (12), p. 1517-1534.
- Emmons, R. A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61,(4), p. 731-74.
- Ercan, H. (2008). *Genç Yetişkinlerin Aşk Biçemleri Ve Benlik Tipleri*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Ergin, B. (2010). İnsan, din, devlet ve laiklik. TISK Akademi, II. s. 31-170.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the Life Cycle*. New York: Int. Universities Press.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. USA: Vail-Balov Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton Company Inc.
- Erikson, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: W.W. Norton Company Inc.

- Erten, M.E. (2012). *Göster Yüzünü Ey Aşk*. İstanbul: Butik Yayıncılık.
- Fabry, J. (1982), "The Frontiers of Logotherapy", Edit. G. E. Rice, Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy (2005), Viktor Frankl Institute of Logotherapy: p. 116-122.
- Fahlman, S. A., Mercer, K. B., Gaskovski, P., Eastwood A.E. ve Eastwood, J.D. (2009). Does a Lack of Life Meaning Cause Boredom? Results From Psychometric, Longitudinal and Experimental Analyses. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28 (3), p. 307-340.
- Frankl, Viktor (1959), "Psycho-Therapy and Existentialism- Selected Paperson Logoteherapy", Haz. Sayar, K. (2001), *Ruh Hastalığını Anlamak*, (2. Baskı), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Freedman, J.L., Sears, D.O.,& Carlsmith, J.M. (1998) *Sosyal Psikoloji* (3. Basım) (Yayına Hazırlayan: Ali Dönmez), Ankara: İmge Kitabevi.
- Frey, Kurt, Hojjat, & Mahzad, (1998).Are love styles related to sexual styles? *Journal of Sex Research*, 35 (3), p. 1-12.
- Fisher, H.E. (2004) *Cinsel Aşkın Anatomisi* (3. Basım) Yayına Hazırlayan: Meral Gaspıralı, İstanbul: Varlık Yayınları.
- Fromm, E. (1991). *Sahip Olmak ya da Olmak*. İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- Fromm, E. (1996). *Sevme Sanatı*. (10. Basım) Yayına Hazırlayan: Yurdanur Salman, İstanbul: Panel Yayınları.
- Frankl, V. E. (2010). *İnsanın Anlam Arayışı*. (S. Budak, Çev.) İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Fry, P. S. (2000). Religious involvement, spirituality and personal meaning for life: Existential predictors of psychological wellbeing in community-residing and institutional care elders. *Aging & Mental Health*, 4, p. 375-387.
- Gao, G. (2001). Intimacy, passion and commitment in Chines and USA romantic relationships. *International Journal of Intercultural Relations*, 25 (3), p. 329-342.

- Goleman, D. (2004) *Duygusal Zeka* (26. Basım) (Yayına Hazırlayan: Banu Seçkin YÜKSEL), İstanbul: Varlık Yayınları.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of Clinical Psychology*, 42, p. 5-21.
- Hatfield, E. (1988). Passionate and Companionate Love. In. Sternberg R.J. and Barnes, M.L. (Eds.), *The Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press, p. 191-217.
- Hendrick, C. and Hendrick, S. (1986). A Theory and Method of Love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, p. 392-402.
- Hendrick, S., & Hendrick, C. (1987). Love and sexual attitudes, self disclosure and sensation seeking. *Journal of Social and Personal Relationships*. 4, p. 281-297.
- Hendrick, S., Hendrick, C., & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (6), p. 980-988.
- Hendrick, C. and Hendrick, S. (1989). Research on Love: Does It Measure Up? *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (5), p. 784-794.
- Hendrick, C. and Hendrick, S. Dicke, A. (1998). The Love Attitudes Scale: Short Form. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15 (2), p. 147-159.
- Hendrick, S., & Hendrick, C. (2002). *Love*. In C.R. Snyder, S. J. Lopez (Eds). *Handbook of Positive Psychology*.
- Hendrick, C. and Hendrick, S. (2006). Measuring Respect in Close Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23 (6), p. 881-899.
- Howard, E.,B. (2009). Spiritual Formation and the Meaning of Life. *Common Ground Journal*, 7 (1), p. 14-25.
- İnanç, B. ve Yerlikaya, E. (2010). *Kişilik Kuramları* (3. Basım). Ankara: Pegem Akademi

- İlboğa, M. (2011). Platonik Aşkın Diyalektiği. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 26 (1), s. 33-48.
- Jaarsma, T. A., Pool, G., Ranchor, A. V. ve Sanderman, R. (2007). The Concept and Measurement of Meaning in Life in Dutch Cancer Patients. *Psycho-Oncology*, 16, p. 241–248.
- James, L. (2010). Activity and The Meaningfulness Of Life. *The Monist*, 93 (1), p. 57-75.
- Yan, P., Wong, D. F. K., Jobert L., & Chan, C. L. W. (2008). The protective function of meaning of life on life satisfaction among chinese students in Australia and Hong Kong: A cross-cultural comparative study. *Journal of American College Health*, 57 (2).
- Jim, H.S., Purnell,C.Q., Richardson, S.A., Golden-Kreutz, D. ve Andersen, B.L. (2006). Measuring Meaning in Life Following Cancer. *Quality of Life Research*, 15, p. 1355-1371.
- Kanemasa, Y., Taniguchi, J., Daibo, I. and Ishimori, M. (2004). Love Styles and Romantic Love Experiences in Japan. *Social Behavior and Personality*, 32 (3), p. 265-282.
- Karahan, T. F. ve Sardoğan, M. E. (2004), *Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Kuramlar*, Samsun: Deniz Kültür Yayınları.
- Kephart W. M. (1967). Some Correlates of Romantic Love. *Journal of Marriage and The Family*, 29, p. 470-474.
- King, L.A., Hicks, J.A. (2009). Detecting and Constructing Meaning in Life Events. *The Journal of Positive Psychology*, 4 (5), p. 317–330.
- Knox, D. H. and Sporkowski M. J. (1968). Attitudes of College Students Toward Love. *Journal of Marriage and The Family*, 30 (4), p. 638-642.
- Lasswell, T.E., ve Lasswell, M.E. (1976). I love you but i'm not in love with you. *Journal of Marriage and Family Counseling*, (38), p. 211-224.
- Le, T.N. (2005). Narcissism and Immature Love as Mediators of Vertical Individualism and Ludic Love Style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22 (4), p. 543-560.

- Lee, J. A. (1973). *The colors of love: An exploration of the ways of loving*. Toronto: New Pres.
- Lee, J.A. (1974). The Styles of Loving. *Psychology Today*, October, p. 44-51.
- Lee, J. A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3, p. 173-182.
- Lee, J. A. (1988). *Love-styles*. In R.J. Sternberg, M. L. Barnes (Eds), *The Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press.
- Leontiev, D.A. (2005). Three Facets of Meaning. *Journal of Russian and East European Psychology*, 43 (6), p. 45-72.
- Lewis, R. A., (1973). A Longitudinal Test of the Development Framework for Premarital Dyadic Formation: *Journal of Marriage and the Family*, 35, p. 16-25.
- Leontiev, D.A. (2005). Three Facets of Meaning. *Journal of Russian and East European Psychology*, 43 (6), p. 45-72.
- Lindeman, M., & Verkasalo M. (1996). Meaning in life for Finnish students. *The Journal of Social Psychology*, 136 (5), p. 647-649.
- Lindner, D., Hughes, A., ve Fahy, R. (2008). Eating Pathology and Social Comparison in College Females. *North American Journal of Psychology*, 10 (3), p. 445-462.
- Lohman, J., Timothy G. ve Lohman, Oscar C.. (1985), Psychological Position and Perceived Sibling Differences, *Individual Psychology*, 53, p. 89-104, p. 315–324
- Madi, B. (2009). *Aşk ve Beyin* (1. Basım) İstanbul: GOA BasımYayın.
- Marcia, J.E. (1980). Identity in adolescence. In J.Andelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*. New York: Wiley.
- Marsh, A., Smith,L., Piek J. & Saunders, B. (2003). The purpose in life scale: Psychometric properties for social drinkers and drinkers In alcohol treatment. *Educational and Psychological Measurement*, 63, 859.

- Mascaro, N. ve Rosen, D.H. (2005). Existential Meaning's Role in the Enhancement of Hope and Prevention of Depressive Symptoms. *Journal of Personality*, 73, (4), p. 1467-1494.
- May, R. (2010) *Aşk ve İrade* (5. Basım) (Yayına Hazırlayan: Yudit Namer), İstanbul: Okuyan Us Yayın.
- Mcadams, D.P. (2010). The Problem of Meaning in Personality Psychology from the Standpoints of Dispositional Traits, Characteristic Adaptations, and Life Stories, *Japannase Journal of Personality*, 18 (3), p. 173-186.
- Mcgregor I., & Little B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (2), p. 494-512.
- Meeks, B. S., Hendrick, S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15 (6), p. 755-773.
- Medora, N. P., Larson, J. H., Hortaçsu, N., & Dave, P. (2002). Perceived attitudes towards romanticism: A Cross cultural study of American, Asian - Indian, and Turkish young Adults. *Journal of Comparative Family Studies*, 33 (2), p. 155-178.
- Mevlana, (1990). *Mesnevi II*. (Çev: Veled İzbudak), İstanbul: MEB Yayınları.
- Montgomery, M.J. and Sorell, G.T. (1997). Differences in Love Attitudes Across Family Life Stages. *Family Relations*, 46 (1), p. 55-61.
- Murstein, B. I., (1976). *Who Will Marry Whom?* Springer: New York.
- Myers, J.E. and Shurts, W.M. (2002). Measuring Positive Emotionality: A Review of Instruments Assessing Love. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, p. 238-254.
- Neto, F. (1993). Love styles and self representations. *Personality and Individual Differences*, 14 (6), p. 795-803.
- Neto, F. (1994). Love Styles Among Portuguese Students. *The Journal of Psychology*, 128 (5), p. 613-616.

- Neto, F., Mullet, E., Deschamps, J.C., Barros, J., Benvindo, R., Camino, L., Falconi, A., Kagibanga, V. and Machada, M. (2000). Cross-Cultural Variations in Attitudes toward Love. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31 (5), p. 626-635.
- Özabacı, N. (2004). *Evlilik Öncesi İlişkiler*. Yavuzer H. (Ed.), Evlilik Okulu. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Özden, Ö. (2007). *Aşk Felsefesi*. İstanbul: Arı Sanat Yayınevi.
- Papalia, D. E., ve Sally, W. O. (1988). *Psychology*. New York: Penguin.
- Mc Graw – Hill Company. Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, (2), p. 115-144.
- Park, C. L., Malone, M. R., Suresh , D. P., Bliss, D. ve Rosen, R.I. (2008). Coping, Meaning in Life, and Quality of Life in Congestive Heart Failure Patients. *Quality of Life Research*, 17 (21), p. 26.
- Passons, W.A. (1975) *Gestalt Approaches in Counseling*, New York: Holt, Rinehart and Winston, p.183-185.
- Payne, M., & Vandewiele, M. (1987). Attitudes toward love in the Caribbean. *Psychological Reports*, 60, p. 715-721.
- Pilkington, Lloyd R.,ve ark. (1997), “Perceived Coping Resources and Psychological Birth Order in School- Age Child”, *Individual Psychology*, 53(1), p.43–57.
- Pines, A.M. (2010) *Aşık Olmak* (2. Basım) (Yayına Hazırlayan: Mercan Yurdakuler Uluengin), İstanbul: İletişim Yayıncılık.
- Philbrick, J.L. and Stones, C.R. (1988). Love- Attitudes of White South African Adolescents. *Psychological Reports*, 62, p.17-18.
- Philips, W. (1980). Purpose in Life, Depression and Locus of Control. *Journal of Clinical Psychology*, 36 (3), p. 661-667.
- Plutchik, R. (1982) A psychoevolutionary theory of emotions. *Social Science Information* July 21, p. 529-553
- Prager, E. (1996). Exploring personal meaning in An age-differentiated Australian sample. *Journal of Aging Studies*. 10 (2), p.117-137.

- Prager, E. (1997). Meaning in later life: An organizing theme for gerontological curriculum design. *Educational Gerontology*, 23 (1), p. 1.
- Ragland, R., ve Saxon B. (1985). *Invitation to psychology*. USA: Scott, Foresman and Company.
- Richardson, D. R., Medvin, N., & Hammock, G. (1988). Love styles, relationship experience, and sensation seeking: A test of validity. *Personality and Individual Differences*, 9, 645–651.
- Reitman, D., Rhode, P. C., Hupp, S. D. A. ve Altobello, C. (2002). Development and Validation of the Parental Authority Questionnaire-Revised. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 24 (2), 119-127.
- Reker, G.T., & Fry P.S. (2003). Factor structure and Invariance of personal meaning measures in cohorts of younger and older adults. *Personality and Individual Differences*, 35, p. 977–993.
- Rice, G. E. (2005), *Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy*, Viktor Frankl Institute of Logotherapy: p. 116-122.
- Richardson, D. R., Medvin, N., & Hammock, G. (1988). Love styles, relationship experience, and sensation seeking: A test of validity. *Personality and Individual Differences*, 9 (3), p. 645-651.
- Rodin, J., (1987). Who is Memorable to Whom? A Study of Cognitive Disregard: *Social Cognition*, 5, p. 144-165.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of Romantic Love. *Journal of Personality and Social psychology*, 16 (2), p. 265-273.
- Rubin, Z. (1973): *Liking and loving: An invitation to social psychology*. New York: Holt, Rinchart, Winston, Inc.
- Rubin, Z. (Ed.) (1974). *Doing Unto Others*. New Jersey: Prentice Hall.
- Rubin, Z. (1988). Preface. In. Sternberg R.J. and Barnes, M.L. (Eds.), *The Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press, VII-XII.
- Rubin, Z., Peplau L.A. and Hill, C.T. (1981). Loving and Leaving: Sex Differences in Romantic Attachments. *Sex Roles*, 7 (8), p. 821-835.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), p. 1069-1081.
- Ryff, C. D., Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, p. 1–28.
- Uzun Özer, B. ve Tezer, E. (2008). Aşka İlişkin Tutum Biçimlerinin Olumlu ve olumsuz Duyguları Yordayıcılığı. *Türk PDR (Psikolojik Danışma ve Rehberlik) Dergisi*. 30, s.19-29.
- Scannell, E. D., Allen, F. C.L., & Burton, J. (2002). Meaning in life and positive and negative well-being. *North American Journal of Psychology*, 4, p. 93-112.
- Schachter, S. (1964). *The Interaction of Cognitive and Psychological Determinants of Emotional States*. In *Advances in Experimental Social Psychology*, ed. L. Berkowitz, New York: Akademic Press. p. 49-80.
- Schnell, T. (2009).The Sources of Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to Demographics and Well-Being. *The Journal of Psitive Psychology*, 4 (6), p. 483-499.
- Schlegel, R. J., Hicks., J.A., Arndt., J. ve Laura, A. (2009). Thine own self: True self-concept accessibility and meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96 (2), p.473-490.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, p.5–14.
- Shaver, P.R., Morgan, H.J. and Wu S. (1996). Is Love A “Basic” Emotion? *Personal Relationships*, 3, p. 81-96.
- Sprecher, S., Aron, A., Elaine, H., Cortese, A., Potapova, E. and Levistkaya, A. (1994). Love: American Style, Russian Style and Japanese Style. *Personal Relationships*, 1, p. 349-369.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S. ve Kaler, M. (2006). The Meaning İn Life Questionnaire: Assesing The Presence Of And Search For Meaning İn Life. *Journal of Counseling Psychology*, 53 (1), p. 80-93.

- Steger M. F., & Kashdan T. B. (2007). Stability & specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies*, 8, p. 161–179.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan B. A. & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality* 76 (2).p. 206-226.
- Steger, M., F., Oishi, S. ve Kashdan, T., B. (2009). Meaning in Life Across the Life Span: Levels and Correlates of Meaning in Life From Emerging Adulthood to Older Adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4 (1), p. 43–52.
- Stephan, W.A., Berscheid, E. ve Walster, E., (1971). Sexual Arousal and Interpersonal Perception: *Journal of Personality and Social Psychology* (20) p. 93-101.
- Sternberg, R.J. (1988). Triangulating Love. In R.J. Sternberg, M. L. And Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*. New Hawen: Yale University Press. (p.119-138).
- Sternberg, R.J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93 (2), p. 119-135.
- Sternberg, R.J. (1988). Triangulating Love. In R.J. Sternberg, M. L. And Barnes (Eds.), *The psychology of Love* (p.119-138). New Hawen: Yale University Press.
- Sternberg, R.J. (1998). *Cupid's Arrow*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Sternberg, R.J. and Barnes, M.L. (Eds.) (1988). *The Psychology of Love* New Hawen: Yale University Press.
- Sternberg, R.J. and Grajek, S. (1984). The Nature of Love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47 (2), p.312-329.
- Şahin, (2001). *Romantik Relationships of Turkish Young Adults: Their Love Attitudes, Ralationship Satisfaction, Psychological Health and Expanding Self*. Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde Yaşamın Anlamı Yaşam Doyumu Sosyal Karşılaştırma Ve İç Dış Kontrol Odağının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.
- Taylor, E. J. (2000). Transformation of Tragedy Among Women Surviving Breast Cancer. *Oncology Nursing Forum*, 27 (5), p. 781-788.
- Thakur, K. ve Basu, S. (2010). A Probe of Existential Meaning in Depression. *SIS J. Proj. Psy. & Ment. Health*, 17, p. 56-62.
- Timuçin, A. (2003). *Aşkın Diyalektiği*. (2. Baskı), İstanbul: Bulut Yayınları.
- Titrek, O. (2011). *IQ'dan EQ'ya Duyguları Zekice Yönetme*. (3. Basım), Ankara: Pegem A.
- Tomkins, S.S., McCarter, R. (1964) What and where are the primary affects? Some evidence for a theory. *Perceptual and Motor Skills*, 18 p.119-158.
- Tufan, A.E. ve Yaluğ, İ. (2010). Aşk Fenomeni ve Sevgi İlişkilerinin Nörobiyolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2 (4), p. 443-456.
- Tuğrul, C. (1999). *Duyusal Zeka*. Klinik Psikiyatri Dergisi, (1) s. 12-20
- Tüfekçi, S. (2008). *Romantik İlişkilerde Genç Yetişkinlerin Aşka İlişkin Tutumları Ve Kişilik Özellikleri: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir Değerlendirme*. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Uzun Özer B. ve Tezer, E. (2008). Love Attitude Styles As The Predictors Of Positive And Negative Affect. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, III, 30, s.19-29.
- Veenhoven, R. (1991). "Is Happiness Relative?" *Social Indicators Research*, 24, p. 1-34.
- Waller N.G. and Shaver P. R. (1994). The Importance of Nongenetic Influences on Romantic Love Styles: A Twin- Family Study. *Psychological Science*, 5 (5), p. 268-274.

- Walster, E. Ve Berscheid, E. (1971). Adrenaline Makes the Heart Grow Fonder: *Psychology Today*, p. 47-62.
- Walsh, A. (1991). Love styles, masculinity/ femininity, physical attractiveness, and sexual behavior: A test of evolutionary theory. *Ethology and Sociobiology*, 14, p. 25-38.
- Watts, S. and Stenner, P. (2005). The Subjective Experience of Partnership Love: A Q Methodological Study. *British Journal of Social Psychology*, 44, p. 85-107.
- Westerhof G. J., & Bohlmeijer E. (2004). In search of meaning: A reminiscence program for older persons. *Educational Gerontology*, 30, p. 751–766.
- Wong, Paul T. P. (2002), Logotherapy, *Encyclopedia of Psychotherapy*. 2. p. 107-113.
- Worobey (2001). Sex differences in associations of temperament with love styles. *Sychological Reports*, 89, p. 25-26.
- Yalom, I. D. (2001). *Varoloşçu psikoterapi*. Ankara: Kabalıcı Yayınevi.
- Zika, S., & Chamberlain K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83, p. 133-145.
- Ziv, A., (1993). *Psychology: The Science of Understanding Human Being*. Am Oved: Tel Aviv.

EKLER

EK- 1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bilimsel bir araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan bu formda çeşitli sorular bulunmaktadır. Sizden istenen ad, soyad ve numara gibi kimliğinizi tanıtıcı bilgiler vermeden formda yer alan tüm soruları doğru ve samimi yanıtlar vermenizdir.

Katkılarınız için teşekkürler.

- 1) **Cinsiyetiniz :**
 - () Bay
 - () Bayan
- 2) **Yaşınız:**
- 3) **Bölümünüz- Sınıfınız:**
- 4) **Kardeşleriniz arasında doğum sırasına göre konumunuz nedir?**
 - () İlk çocuk
 - () Ortanca çocuk
 - () Son çocuk
 - () Tek çocuk
- 5) **Size göre ailenizin gelir düzeyi nasıl?**
 - () Yetersiz
 - () Orta düzeyde
 - () İyi
- 6) **Anne-babanız boşanmış veya beraber mi?**
 - () Boşanmış
 - () Beraber
- 7) **Anne-Babanızın size karşı tutumlarını nasıl değerlendiriyorsunuz?**
 - () İlgisiz
 - () Demokratik
 - () Otoriter
 - () Koruyucu

EK-2

AŞKA İLİŞKİN TUTUMLAR ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki her ifadeyi şu anda bulunan, en son ilişki içinde bulunduğunuz ya da olmasını hayal ettiğiniz kız/erkek arkadaşınızı (sevgilinizi) düşünerek kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğe çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Kesinlikle katılıyorum, (2) Biraz katılıyorum (3) Ne katılıyorum ne katılmıyorum (4) Pek katılmıyorum (5) Kesinlikle katılmıyorum anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. Katılımınız için teşekkürler.						
1	Kız/erkek arkadaşım ile aramızda gerçek bir fiziksel çekim var.	1	2	3	4	5
2	Kız/erkek arkadaşım ile birbirimiz için yaratıldığımızı düşünüyorum.	1	2	3	4	5
3	Kız/erkek arkadaşım ile ben birbirimizi gerçekten anlıyoruz.	1	2	3	4	5
4	Kız/erkek arkadaşım benim ideal fiziksel güzellik/yakışıklılık standartlarıma uyuyor.	1	2	3	4	5
5	Kız/erkek arkadaşımın benim hakkımda bilmediği şeyin onu kırmayacağına inanıyorum.	1	2	3	4	5
6	Bazen kız/erkek arkadaşımın başka sevgililerimden haberdar olmamasını sağlamaya çalışmışımdır.	1	2	3	4	5
7	Kız/erkek arkadaşım, başkalarıyla yaptığım bazı şeyleri bilseydi bozulurdu.	1	2	3	4	5
8	'Aşk oyununu' kız/erkek arkadaşım ve birkaç başka partnerle birlikte oynamaktan hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
9	Bizim aşkımız en iyi olanı, çünkü, uzun bir arkadaşlıktan ortaya çıktı.	1	2	3	4	5
10	Arkadaşlığımız zaman içinde giderek aşka dönüştü.	1	2	3	4	5
11	Bizim aşkımız gerçekten derin bir arkadaşlıktır; gizemli, mistik bir duygu değildir.	1	2	3	4	5
12	Bizim aşk ilişkimiz en tatmin edici olanı, çünkü iyi bir arkadaşlıktan gelişti.	1	2	3	4	5
13	Kız/erkek arkadaşımı seçmemdeki ana bir kriter onun ailem üzerinde nasıl bir izlenim bırakacağıydı.	1	2	3	4	5

14	Kız/erkek arkadaşımı seçmemdeki önemli bir faktör onun iyi bir anne/baba olup olmayacağıydı.	1	2	3	4	5
15	Kız/erkek arkadaşımı seçmemdeki bir kriter onun kariyerimi nasıl etkileyeceğiydi.	1	2	3	4	5
16	Kız/erkek arkadaşına çok bağlanmadan önce, şayet herhangi bir zamanda çocuklarımız olursa diye, onun kalıtsal alt yapısının benimkisiyle ne kadar uyumlu olduğunu hesaplamaya çalıştım.	1	2	3	4	5
17	Kız/erkek arkadaşım bana ilgi göstermediğinde kendimi tamamen hasta hissederim.	1	2	3	4	5
18	Kız/erkek arkadaşına aşık olduğumdan beri başka şeylere konsantre olmakta güçlük çekmekteyim.	1	2	3	4	5
19	Kız/erkek arkadaşımın başka birisiyle birlikte olduğundan şüphelenirsem için rahat etmez.	1	2	3	4	5
20	Kız/erkek arkadaşım bir süre benimle ilgilenmezse onun ilgisini çekmek için bazen saçma şeyler yaparım.	1	2	3	4	5
21	Kız/erkek arkadaşımın acı çekmesine izin vermektense kendim acı çekmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
22	Kız/erkek arkadaşımın mutluluğunu kendi mutluluğumun önüne koymadan mutlu olamam.	1	2	3	4	5
23	Kız/erkek arkadaşım kendi isteklerini başarsın diye kendi isteklerimi feda etmeye genellikle razıyım.	1	2	3	4	5
24	Kız/erkek arkadaşımın hatırı için her şeye katlanırım.	1	2	3	4	5

EK-3

YAŞAMIN ANLAMI ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Benim için tamamen doğru (2) Benim için doğru (3) Benim için biraz doğru (4) Kararsızım ve (5) Benim için biraz doğru değil (6) Benim için doğru değil (7) Benim için hiç doğru değil anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız.

Teşekkür ederim.

1	Yaşamımın anlamını biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2	Yaşamımı anlamlı hissetmemi sağlayacak bir şeyler arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3	Her zaman yaşamımın amacını bulmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4	Yaşamımın net bir amacı var.	1	2	3	4	5	6	7
5	Yaşamımı neyin anlamlı hale getireceğine ilişkin bir öngörüye sahibim.	1	2	3	4	5	6	7
6	Tatmin edici bir yaşam amacı keşfettim.	1	2	3	4	5	6	7
7	Her zaman yaşamımı anlamlı hissettirecek bir şeyler araştırıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8	Yaşamım için bir amaç ve misyon arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9	Yaşamımın net bir amacı yok.	1	2	3	4	5	6	7
10	Yaşamımda anlam arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Ruşen YÜKSEL, 1982 yılında Niğde’de doğdu. İlköğretimini tamamladıktan sonra Niğde Atatürk Sağlık Meslek Lisesi’nden Acil Tıp Teknisyeni olarak 2000 yılında mezun oldu. Çukurova Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü’nden 2005 yılında mezun oldu. Aynı yıl Iğdır’da ilköğretim okulunda Psikolojik Danışman (Rehber Öğretmen) olarak görev yapmaya başladı. Iğdır’da Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı çeşitli kurumlarda görev yaptıktan sonra İstanbul’a atandı. 2010 yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı’nda yüksek lisans programında eğitim almaya başladı. 2010 yılından itibaren Sakarya Hendek Anadolu Sağlık Meslek Lisesi’nde görev yapmaktadır.

Minnettarlık, Psikolojik Ayrıcalık ve Yaşamın Anlamı konularında yayınları bulunmaktadır.

e-mail adresi: denizimsin_sn@hotmail.com