

**T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
GELİŞİM PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**BELİREN YETİŞKİNLİK VE YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE
KISKANÇLIK DÜZEYİ İLE BAĞLANMA DAVRANIŞI, BENLİK
SAYGISI, DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
SİMLA METİNER**

114104128

**Danışman Öğretim Üyesi:
Prof. Dr. H. Nermin ÇELEN**

İstanbul, Eylül 2017

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

BELİREN YETİŞKİNLİK VE YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE
KISKANÇLIK DÜZEYİ İLE BAĞLANMA DAVRANIŞI, BENLİK
SAYGISI, DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
SİMLA METİNER

114104128

Danışman Öğretim Üyesi:
Prof. Dr. H. Nermin ÇELEN

İstanbul, Eylül 2017

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

6.10.2017 tarihinde tezinin savunmasını yapan Simla METİNER'a ait "Beliren Yetişkinlik ve Yetişkinlik Kıskançlık Düzeyi ile Bağlanma Davranışı, Benlik Saygısı, Duygusal Zeka Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı çalışma, Jürimiz Tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Gelişim Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak **Oy Birliği/Oy Çokluğuyla** Kabul Edilmiştir.



Prof. Dr. Nermin ÇELEN
(Başkan) Danışman



Yrd. Doç. Dr. Handan DOĞAN
(Üye)



Yrd. Doç. Dr. Melis Seray ÖZDEN YILDIRIM
(Üye)

YEMİN METNİ

25/10/2017

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Beliren Yetişkinlik ve Yetişkinlik Döneminde Kıskaçlık Düzeyi İle Bağlanma Davranışı, Benlik Saygısı, Duygusal Zekâ Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, proje safhasından sonuçlanmasına kadar olan bütün süreçlerinde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın tarafımda yazıldığını ve yararlandığım bütün eserlerin “Kaynakça”da gösterilenlerden oluştuğunu, “Kaynakça”da yer alan bu eserlerden metin içinde atıf yaparak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım.

114104128
Simla METİNER
İmza



ÖZET

BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİ VE YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE KISKANÇLIK DÜZEYİ İLE BAĞLANMA DAVRANIŞI, BENLİK SAYGISI, DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Simla METİNER

**Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji (Gelişim Psikolojisi)
Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Eylül, 2017**

Tez Danışmanı: Prof. Dr. H. Nermin ÇELEN

Kıskançlık, insan hayatında genel itibariyle ikili ilişkilere atfedilen bir duygusal dışavurum olarak algılansa da bunun dışında nesneye karşı farklı sebeplerden doğan kıskançlığın varlığı da söz konusu olmaktadır. Çocuğun annesini babasını kardeşini diğerlerinden kıskanabilmesi mümkün olduğu gibi nesneye karşı kıskançlığın oluşması da gayet mümkün olabilmektedir. Bu anlamda, ikili ilişkilerde çeşitli nedenlere bağlı olarak tetiklenen kıskançlığın düzeyini belirleyici olan da yine farklı kişilik özellikleridir.

Bu tez çalışmasının amacı, yetişkinlerde belirlenen yaş gruplarında, bağlanma düzeyinin kıskançlık davranışını ne şekilde etkilediğinin ve duygusal zekânın bu ilişkideki aracı etkisinin araştırılması şeklinde belirlenmiştir. Araştırmanın örnekleme, kartopu örnekleme yöntemi ile oluşturulmuş; 132 kadın 100 erkek katılımcı olmak üzere toplam 232 kişi ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Gruplar arasında kıskançlık, bağlanma ve benlik saygısı puanlarının anlamlı farklılaşmanın varlığını belirlemede t-testi ve ANOVA'ya başvurulmuş, değişkenler arası ilişkinin belirlenmesinde ise korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır. Araştırmada, kıskançlık boyutlarının yaş, cinsiyet, eğitim durumu değişkenlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ayrıca, duygusal kıskançlığın en belirgin kıskançlık biçimi olduğu ve kaçınarak bağlanma, kaygılı bağlanma şeklindeki bağlanma türleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Bağlanma biçimleri, kıskançlığı %6 - %8 aralığındaki oranlarda yordamakta ve duygusal zeka boyutlarının bu ilişkide etkisi söz konusu olmaktadır. Benlik saygısının kıskançlık bağlanma ilişkisinde rolü ise oldukça düşüktür.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma, Benlik Saygısı, Duygusal Zekâ, Kıskançlık

ABSTRACT

ANALYSING THE RELATION BETWEEN THE JEALOUSY LEVEL AND EMOTIONAL INTELLIGENCE, SELF RESPECT, ATTACHMENT BEHAVIORS IN EMERGING ADULTHOOD AND ADULTHOOD PERIODS

Simla METİNER

Maltepe University, Enstitute Of Social Sciences, Psychology (Department Of Developmental Psychology), Master Thesis, September, 2017

Thesis Advisor: Prof. Dr. H. Nermin ÇELEN

While jealousy is perceived as an emotional expression attributed to a dual relationship in human life in general, there is also the presence of jealousy arising from different causes against the object. It is quite possible that the mother's jealousy toward the object as well as the mother's jealousy of her father's brother from others. In this sense, it is also different personality traits that determine the level of jealousy triggered by various causes in bilateral relations.

The aim of this thesis study was to determine how the level of attachment affects jealous behavior in adult age groups and to investigate the effect of emotional intelligence on this relationship. The sample of the research was formed by snowball sampling method; A total of 232 people, 132 female and 100 male participants were studied. The t-test and ANOVA were used to determine the presence of significant differences in jealousy, attachment, and self-esteem scores among the groups. Correlation and regression analyzes were used when the relationship between variables was determined. In the study, it was seen that the dimensions of jealousy did not differ according to the variables of age, sex, education level. It has also been found that emotional jealousy is the most prominent form of jealousy and avoidance is related to attachment styles in the form of anxious attachment. Attachment styles, intelligence and emotional intelligence dimensions are related to jealousy at rates ranging from 6% to 8%. The role of self esteem in jealousy attachment relation is rather low.

Key Words: Attachment, Emotional Intelligence, Jealousy, Self Respect

ÖNSÖZ

Eğitim hayatım sürecinde teorik çerçevede tanıştığım kıskançlık, bağlanma, duygusal zekâ ve benlik saygısı kavramlarının birbirleriyle ilişkisini irdelediğim bu çalışma, hem mesleki hem de akademik birikimime önemli katkılar sağlamıştır.

Bu çalışmanın her aşamasında bilgi, tecrübe ve değerli katkılarını esirgemeyen tez danışmanım ve değerli hocam Sayın Prof. Dr. H. Nermin ÇELEN'e aittir. Engin bilgi birikimi, alandaki deneyimi ve sabrı ile beni yönlendirip çalışmanın nihayete ermesine olan katkılarından dolayı kendisine teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Tez çalışmam süresince birlikte yol aldığım sevgili arkadaşım Búke Çetin'e, bu süreçte nazımın geçtiği ve tez sürecim içerisinde beni sürekli motive eden dostlarım Derya Tolunay'a, Döndü Mağden'e, Şeyda Uncu'ya , Gonca Çankaya Aslan'a ve beni bu süreçte yalnız bırakmayıp, destek ve anlayışlarını esirgemeyen tüm dostlarıma tüm içten duygularıyla teşekkür ederim. Hayatıma gelişıyle bana kendimi tam hissettiren, en büyük destekçim, yol arkadaşım Ahmet Büyük'e derin şükranlarımı sunarım. Yaşam sevincim olan hayatın içindeki renklere, gökkuşağıma sonsuz teşekkürler...

Eylül / 2017

Simla Metiner

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ÖZET	iv
ABSTRACT	ii
KISALTMALAR	iv
TABLolar	v
1. BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1. Kıskançlık	5
1.1.1. Kıskançlığı Açıklayan Kuramlar	8
1.1.2. Kıskançlığın Tetikleyicileri.....	15
1.1.3. Kıskançlığın İfade Biçimleri	16
1.1.4. Kıskançlıkla İlgili Yapılan Araştırmalar	18
1.2. Bağlanma.....	24
1.2.1. Bağlanma Kuramı	24
1.2.2. Yetişkinlikte Bağlanma Stilleri	29
1.2.2.1. Yetişkin Bağlanma Stilleri İle İlgili Araştırmalar	31
1.3. Duygusal Zekâ	33
1.3.1. Duygusal Zekâ Kavramının Tarihsel Gelişimi	35
1.3.2. Duygusal Zekânın Önemi	37
1.3.3. Duygusal Zekâ Modelleri.....	37
1.3.4. Duygusal Zekâ Üzerine Yapılan Çalışmalar	39
1.4. Benlik Saygısı	41
1.4.1. Benlik Saygısı İle İlgili Araştırmalar	44
1.5. Beliren Yetişkinlik	45
1.5.1. Beliren Yetişkinlik Döneminin Temel Özellikleri.....	47
1.6. Araştırmanın Amacı ve Soruları	49
1.8. Araştırmanın Önemi.....	50
2. BÖLÜM	51
YÖNTEM	51
2.1. Örneklem.....	51
2.2. Veri Toplama Araçları	52
2.2.1. Demografik Bilgi Formu	52
2.2.2. Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği	52

2.2.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri.....	53
2.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri.....	54
2.2.5. Duygusal Zekâ Ölçeği.....	54
2.3. İşlem.....	55
3. BÖLÜM.....	56
BULGULAR.....	56
3.1. Çok Boyutlu Kıskançlığa İlişkin Bulgular.....	56
3.2. Bağlanmaya İlişkin Bulgular.....	61
3.3. Duygusal Zekâyâ İlişkin Bulgular.....	64
3.4. Benlik Saygısına İlişkin Bulgular.....	67
3.5. Kıskançlık Bağlanma İlişkisinde Benlik Saygısı ve Duygusal Zekânın Rolü.....	69
4. BÖLÜM.....	73
TARTIŞMA.....	73
SONUÇ.....	84
KAYNAKLAR.....	87
EKLER.....	98
Ek-1: Kişisel Bilgi Formu.....	98
Ek-2: Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği.....	99
Ek-3: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Anketi.....	101
Ek-4: Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri.....	103
Ek-5: Duygusal Zekâ Ölçeği.....	104
ÖZGEÇMİŞ.....	106

KISALTMALAR

Akt.	: Aktaran
ÇBKÖ	: Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği
DZÖ	: Duygusal Zekâ Ölçeği
EQ	: Duygusal Zekâ
vd.	: Ve Diğerleri
YİYE	: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

TABLULAR

Tablo 2. 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	53
Tablo 3. 1. Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği Faktör Yapısı	57
Tablo 3. 2. Kıskançlık Alt Boyutlarının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi).....	59
Tablo 3. 3. Kıskançlık Alt Boyutlarının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi).....	60
Tablo 3. 4. Kıskançlık Alt Boyutlarının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA).....	61
Tablo 3. 5. Bağlanma Alt Boyutlarının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi).....	62
Tablo 3. 6. Bağlanma Alt Boyutlarının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi).....	63
Tablo 3. 7. Bağlanma Alt Boyutlarının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA).....	64
Tablo 3. 8. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi).....	65
Tablo 3. 9. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi).....	66
Tablo 3. 10. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA).....	67
Tablo 3. 11. Benlik Saygısının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi)	68

Tablo 3. 12. Benlik Saygısının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi)	69
Tablo 3. 13. Benlik Saygısının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA)	69
Tablo 3. 14. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki (Korelasyon)	71
Tablo 3. 15. Kaçınarak Bağlanma, Duygusal Zekâ ve Benlik Saygısının Duygusal Kıskançlığı Yordamasına İlişkin Bulgular (Regresyon).....	71
Tablo 3. 16. Kaygılı Bağlanma, Duygusal Zekâ ve Benlik Saygısının Bilişsel Kıskançlığı Yordamasına İlişkin Bulgular (Regresyon).....	72
Tablo 3. 17. Kaygılı Bağlanma, Öz Motivasyon ve Benlik Saygısının Davranışsal Kıskançlığı Yordamasına İlişkin Bulgular (Regresyon).....	73

1. BÖLÜM

GİRİŞ

İnsan sosyal bir varlık olmakla birlikte yaşamını diğerleriyle kurduğu ilişkiler sayesinde devam ettirmektedir (Akça, 2014). Bu ilişkilerde kişiler bazen uzaklık bazen de yakınlık içeren ilişkiler geliştirmektedir. Yakın ilişkilerin içinde pek çok duygu bir arada yer almaktadır. Bu duygular zaman zaman karşılıklı olmasıyla birlikte zaman zamanda karşılıksız duygusal yaşantının paylaşılmasıyla oluşmaktadır. Duygular arasında en yaygın gözüken hem yıpratıcı hem de güçlü duygulardan birisi olarak tanımlanan duygu, kıskançlıktır (Aune ve Comstock 1991).

Kıskançlık, hem bireysel süreçlerde kişi için hem de yakın ilişkilerin içinde yıpratıcı bir duygu olduğu araştırmacılarca da kabul edilmektedir (Demirtaş, 2004). Kıskançlık duygusunun özellikle kişilerin ilişkilerinden aldıkları doyum üzerinde rol sahibi olduğu söylenmektedir. Aynı zamanda ilişkilerin dinamiğindeki duyguları, davranışları ve düşünceleri etkileyen faktörlerden birisi olduğu da belirtilmektedir (Houser, 2009).

Genellikle kıskançlık duygusu, haset duygusu ile karıştırılmaktadır. Bunun için haset duygusu ile kıskançlığı birbirinden ayırmak gerekiyor. Haset; diğer kişilerin maddi ve başarı olanaklarını kendi olanakları ile karşılaştırma, onların sahip olduklarına sahip olmayı istemekte ve sonunda da bu durumu çekemeyecek bir boyuta getirmekle ifade edilmektedir. Kıskançlık ise yakın ilişkinin zarar görebileceğini düşündüğü tehditlere karşı korumak için verilen tepki olarak tanımlanmaktadır (Parman, 2015).

Kıskançlık bir anlamda insanın hayatı boyunca sık sık karşılaşılabildiği karmaşık bir duygu olduğu da söylenmektedir (Akça, 2014). Bu durumun ikili ilişkilere yansımaları durumunda ise önemli bir sorun haline gelmektedir. Pines 1998’de kıskançlığı, kişinin değerli gördüğü bir ilişkisinin bozulacağı ya da kaybetmesine sebep olacak tehlikelerin algılanması durumunda gösterilen karmaşık bir tepki olarak tanımlamaktadır. Bu duyguyu tepkiler ve duyguların içindeki bir karmaşa olarak görülmesi birçok

boyutunun olduğunu da göstermektedir. İçeriğinde de birden fazla değişken olması da bunun çok değişkenli bir şekilde incelemenin daha uygun olduğunu söylemektedir.

Yurtdışı kaynakları içinde de kıskançlık değişkenini inceleyen araştırmalar bulunmaktadır (Lester, Deluca, Hellinghausen ve Scribner, 1985; Melamed, 1991; Deutsch, 2006; Murphy, Vallacher, Shackelford, Bjorklund ve Yunger, 2006; Warber, 2007; Powell'un 2010). Türkiye'de kıskançlığa dair yapılan araştırmaların tarihleri çok eskiye dayanmamakla birlikte, son dönemde dikkat çeken konular arasında yer almaktadır (Houser, 2009; Çapkın, 2012; Demirtaş 2004; Yerlikaya, 2015; İnce 2009; Öner 2001; Alpay, 2009; Demirtaş ve Dönmez 2006; Karakurt, 2001).

Bireylerin yaşamlarında deneyimledikleri mutluluklarının kaynağı olarak genel anlamda sağlıklı yapılanmış başarılı yakın ilişkileri olduğu görülmektedir. Bu yüzden insanoğlu dünyaya geldiği andan itibaren yakın ilişkiler geliştirmeye ve bu ilişkiler içerisinde de bir bağ geliştirme çabasına girmektedir. Bu durumda genellikle bebeğin annesine, ergenin arkadaşlarına, yetişkinlerin ise partnerlerine şeklinde devam eden duygusal bağlar kurmaktadır (Sarı, 2008). İlişkilerde ihtiyaç duyulan bu duygusal bağın sağlıklı gelişebilmesi için bebeklik dönemindeki annenin çocukla kurmuş olduğu güvenlik duygusunun sağlıklı yapılanması gerekmektedir. Buna bağlı olarak da yapılanması beklenmektedir. Anne, çocuğa güvenlik duygusu içinde bir yaklaşım sağlıyorsa çocuğun dünyayı algılamasını ve bakış açısını olumlu yönde etkilemektedir. Bunun tam aksi bir tutum sergiliyorsa, çocuk bu güvenlik duygusundan mahrum kalmış olacağı için bunun çocuğun ruhsal dünyasında bir sorun oluşturabileceği iddia edilmektedir (Özmen, 2004).

Duygular, ebeveynler ile bebekler arasında iletişim kurmasını sağlayan ilk dilidir. Bir bebeğin ağladığı anda babasının duyarlı tepkiler vermesi gibi duygu bağlantılı karşılıklı alışverişlerin olması, bebeklerin anne babalarına karşı bağlanma geliştirmesi için temel sağlamaktadır. Bu anlamda duygular, insanların içinde buldukları ve deneyimledikleri iletişimle ilgili olumlu ya da olumsuz çıkarımlarını ortaya koyan bir tepki özelliği olarak görülmektedir (Çalışır, 2009).

Michael Lewis (2007, 2008) bebek duygusal gelişimi konusunda önde gelen uzmanlardandır. Bu duyguların gelişimi için temel duygular ile öz bilinç ile ilgili duyguların arasında ayırım olduğunu söylemektedir. Temel duygular, hem insanlarda

hem de hayvanlarda mevcut olan duygulardır. Bu duygular insan gelişiminin ilk ayları olan 0-6 ay içinde görülmektedir. Temel duyguların içinde şaşkınlık, ilgi, korku, sevinç, nefret, kızgınlık, korku ve üzüntü duyguları yer almaktadır. Bu sınıflandırılmada, benlik bilinciyle ilgili duyguları, “ben duygusu” ve “ben” bilinçliliğini içeren öz farkındalığı gerektirmektedir. Öz bilinç duyguları ise kıskançlık, empati, mahcubiyet, gurur, utanma ve suçluluğu içermektedir. Bunların büyük bir çoğunluğu ikinci yıl boyunca gözlenmekte ve ilk yılın ikinci yarısında da bazı noktalarda ilk kez ortaya çıkmaktadır. Bazı araştırmacılar, kıskançlık duygusunun yaklaşık 18 aya kadar ortaya çıkmadığını savunurken, bazıları da bu duygunun daha erken zamanlarda kendisini gösterdiğini belirtmektedir. Kıskançlık gibi karmaşık bir duygunun başlangıcıyla ilgili tartışmak, temel duyguları indekslemede karmaşıklık ve zorluk göstermektedir (Akt. Santrock, 2005).

Kıskançlık duygusu ile ilgili yapılan araştırmalara baktığımızda kişilerin partnerleriyle iletişim kurma yaklaşımlarının ilişkinin yapısını etkilediği görülmektedir. Baltaş (2006), diğerlerinin ihtiyaçlarını anlayabilmek, bireyin sahip olduğu işlevli ve işlevsiz özelliklerini anlayabilmesi için duygularını araç kılabilmesi, yaşanan yoğun stresli durumlar stresle başa çıkabilmesi ve insanların sahip olmayı arzuladıkları kişi gibi olması için gerekli yetkinliklere sahip olmasını duygusal zekâ olarak tanımlanmaktadır. Bu özelliklere sahip olan bir bireyin, kendi duygularının farkında olması ve en önemlisi de bu özelliğin akılcı bir şekilde kullanılması yaşam kalitesinin artmasına katkı sağlayacaktır. Bu açıdan ele alındığında, duygusal zekâ kıskançlık duygusunun yaşantılanması ve dile getirilmesinde önemli bir etken olduğunu söylemekte mümkündür.

Goleman (1996) ise hem kişinin psikolojisini hem de güdülerini yönetebilmesini duygusal zekâ olarak ele almaktadır. Bir anlamda kişinin hedeflerine doğru ilerken karşılaşmış olduğu başarısızlıklarının karşısında iyimser bir tutum sergilemesi ve kişinin kendisini motive edebilmesidir.

Yakın ilişkilerin irdelendiği ve kıskançlık değişkeninin de etkisinin incelendiği birçok araştırma bulunmaktadır. Bu konuda hem yurtdışında hem de yurtiçinde yapılan araştırmalar bulunmaktadır (Karakurt 2001; White, 1981; Demirtaş, 2004; Demirtaş ve Dönmez, 2006).

İnsan hayatının çeşitli noktalarında duygusal ve bilişsel değişkenlerin, bireyin benlik kavramına farklı yönleriyle katkıda bulunduğu söylenmektedir. Bunun yanı sıra, benliğin çevreden alınan geribildirimlere dayanarak, toplumsal etkileşimlerle gelişme gösterdiğini de belirtmektedir. Bu duruma göre benlik saygısı, kişinin kendisi hakkında ve sürekliliği olan bir değerlendirme sürecidir. Bu değerlendirme sürecinde, toplumda beğenilir olmak ve kabul görmek, kendi bedensel özelliklerini onaylama ve içselleştirmesini içermektedir. Bu durum bir anlamda kişinin kendisinin onayladığı veya onaylamadığı özellikleriyle ilgilidir. Ve kişinin onun kendi değeri hakkındaki yargısını göstermektedir (Zeytinoğlu, 2013).

Aksoy ve Mağden (1993)'in aktarımıyla yapılan araştırmaların neticesinde, benlik saygısı yüksek olan bireylerin, kendine güven, başarıma isteği, iyimserlik, zorluklardan yılmama gibi olumlu ruhsal niteliklerle birlikte, kendilerini saygı ve kabul edilmeye değer, yararlı, önemli kişiler olarak algılama eğiliminde olduklarını göstermektedir. Ayrıca benlik saygısı yüksek olan bireylerin yeni fikirlere açık, kişiler arası ve grup ilişkilerinde başarılı, rahat, aktif, girişken, yaratıcı ve araştırmacı niteliklerinden dolayı toplumda daha aktif görevler aldıklarını göstermektedir (Akt. Zeytinoğlu, 2013).

Bowlby (1973) insanın bağlanma sürecinin gelişiminin temelinde aşkın olduğunu savunmaktadır. Psikanalitik görüşe göre ilk aşk anne ve bebek arasında başlamaktadır. Bebek büyük bir aşkla anneye bağlanmakta ve onun yanında olduğu zaman kendini güvende hissetmektedir. Anneden ayrıldığı zaman ağladığı ve üzüldüğü izlenmektedir. Bu ilişki esnasında çocuk almayı ve vermeyi, yakınlığı ve uzaklığı, kabul görmeyi, ait olmayı ve yalnızlığı öğrenmektedir. Bütün bu yaşanan ilişki tecrübelerini, ileri dönemde deneyimlenecek olan aşkla birleştirmektedir.

Kitson (1982) bağlanma kuramını, bireyin bağlanma figürü olarak gördüğü kişiyi kaybetmenin üzüntüsünü yaşadığı boşanma, romantik ilişkilerin sona ermesi gibi ayrılma ya da kaybetme durumlarında yaşanan stres deneyimi ve ilişkilerde sorunların olmasıyla yaşanan olumsuz duygusal deneyimleri açıklamada etkili kuramlardan biri olarak tanımlamaktadır (Akt; Büyükşahin, 2001).

Bu araştırma kapsamında da yaşam boyu gelişim sürecinde kıskançlık duygusunu; çocuğun dünyaya geldiği andan itibaren anneye kurduğu ilk ilişki ile sonrasındaki kuracağı ilişkilerin yordayıcılığı bağlamında ele alınması ve de çocuğun anne, baba,

kardeşi ile olan ilişkilerine yansımaları, okul içerisindeki rekabet ve kıskançlık boyutu üzerinden ele alınmıştır.

Bağlanma sürecinin yakın ilişkilerdeki önemine işaret edilmesiyle birlikte, yaşanan ilişkide kişinin duygusal zekâsının yönetimiyle sağlıklı duygu yönetimini yapabilmesi sağlıklı ilişkileri de beraberinde getirmektedir. Yıkıcı, yıpratıcı ve ciddi zararlar verebilen kıskançlık için duygusal zekânın önemli olabileceği ve bu ilişkiye aracılık edileceği düşünülmektedir. Bu nedenle duygusal zekâ kavramı da ele alınacaktır. Benlik kavramı en geniş manada bireyin kendisinin ne olduğunu söyleyebileceği her şeyin toplamı olarak tanımlanmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2012: 112).

Benlik oluşumu, erken çocukluk döneminde başlayarak ergenlik dönemine kadar sürmektedir. Benlik kişiliği ve davranışı etkileyen, kişiyi yaşam boyu yönlendiren bir faktördür (Aydın, 2010). Bu anlamda bağlanma ilişkileriyle kurulan bağ ve iletişim, kişinin kendi kişiliğini nasıl tanımladığı duygusal zekâ düzeyinde önemli görülmekte ve bu tanımlamadaki benlik algısının bu ilişkilere aracılık edileceği düşünüldüğü için benlik saygısı kavramı aktarılmıştır.

Bu araştırmada, farklı yaş gruplarında kıskançlığın bağlanma stilleri, duygusal zekâ ve benlik saygısı arasındaki ilişki araştırılacaktır. Ayrıca, demografik değişkenlerden cinsiyet, yaş ve eğitim durumlarına göre irdelenecektir. Bu doğrultuda öncelikle kıskançlık, bağlanma kuramı, duygusal zekâ daha sonra da benlik saygısı kavramı tanıtılmıştır. Yetişkin bağlanma stilleri ile kıskançlık arasındaki ilişkiye dair literatür gözden geçirildikten sonra araştırma bulguları ve yöntemlerine yer verilmiştir.

1.1. Kıskançlık

Bu bölümde çalışmanın amacıyla bağlantılı olarak kıskançlık kavramından, türleri, tetikleyen faktörleri, bu durumda verilen tepkiler ve kıskançlığın kuramsal açıklamaları ele alınmıştır. Son kısmında da kıskançlık konusunda literatür taraması yapılarak elde edilmiş çalışma bulgularına yer verilmiştir.

Kıskançlık kavramı 1980'li yıllarda; hem sosyoloji alanında hem de ruh sağlığı biliminin ele aldığı konular arasında yer almaktadır (Madran, 2008). Bununla birlikte psikoloji alan araştırmalarında da duygu durum değişkeni olarak incelenebilmektedir. Karakurt (2001), Demirtaş (2004), Öner (2001), Demirtaş ve Dönmez (2006)

kıskançlığın farklı boyutları olan bireysel, durumsal ve ilişkisel değişkenle ilişkisini incelemişlerdir. Bu çalışmaların dışında son yıllarda yapılmış kıskançlıkla ilgili çalışmalarda bulunmaktadır.

Yapılan literatür incelemelerinde kıskançlıkla ilgili farklı tanımlamaların olduğu görülmektedir.

Pines (1998)'e göre kıskançlık kavramı, kişinin önemseydiği ilişkisine birinin zarar verme ihtimali veya ilişkinin kaybedilmesine sebep oluşturacağına dair tehlikenin sezilmesi sonucunda gösterilen karışık bir tepki olması şeklinde tanımlanmaktadır.

White (1981) ; kişinin partneriyle gerçek veya hayal dünyasında oluşturulan bir rakiple arasında olması olası ya da potansiyel bir ilişkinin algılanması ve var olan ilişkinin devamlılığının tehlide uğradığındaki ortaya çıkan karmaşık bir düşünce, duygu ve tepkiler olarak kıskançlığı tanımlamaktadır. Algılanan bu tehdit, kişinin ilişkisinin devamlılığına, ilişkinin kalitesine ve kişinin benlik saygısına olan bir tehdit algısı olarak görülmektedir.

Sayar (2002)'a göre hem iç dinamikleri hem de dış dinamikleri olan karmaşık bir örüntü olarak kıskançlığı tanımlamaktadır. Genel olarak dış dünya tarafından tam olarak görülemeyen durumları içsel öğeler olarak ele almaktadır. Bunların ise çeşitli duygu, düşünce ve fiziksel belirtiler olduğu söylenmektedir. Daha çok bu duyguların, acı, hiddet, üzüntü, korku, kızgınlık, kıskançlık, aşağılanma ve keder olduğunu söylemektedir. Kıskançlığı kapsayan düşünce içeriklerinin, gücenme, kendine acıma, kendini suçlama, sosyal imajı açısından endişe duyma ve rakip gördüğü kişiyle kendini karşılaştırma şeklinde görülmektedir. Fiziksel belirtileri ise terleme, ellerde titreme, uyku da problemler yaşanması, hızlı nabız atışları, yüz kızarması, mide kramplarının yaşanması, baygınlık hissi yaşama ve nefessiz kalma olarak görülmektedir.

Guerrero, Spitsberg ve Yoshimura (2004) ise romantik kıskançlıkta kişinin ilişkisine yönelik bir tehdit algıladığında karşı tarafa karşı göstermiş olduğu davranışsal, bilişsel ve duygusal bir tepki olarak ifade etmektedir. Kişi, partnerinin bir diğer (üçüncü) kişiyle cinsel ilişkiye girdiğini bilmesi, üçüncü bir kişi ile cinsel birliktelik yaşamayı arzu edildiğinin bilinmesi ve bu durumun şüphe uyandırmasında oluşan bu tehdit cinsel kıskançlık yaşanmasına sebep olmaktadır. Duygusal Kıskançlık yaşanması da, kişinin algısında partnerinin bir diğer kişiyle duygusal birliktelik ve aşk ilişkisinin

olması tehdidini yaşamaktadır. Kültür yapısı, kişilik özellikleri ve ilişkisel özellikler gibi birok faktör, kıskanılığın yaşanışını ve ifade edililişini etkilemektedir (Akt. Alpay, 2009).

Bir anlamda ilişkinin dışında yer alan, bir diğerine karşı duyulan rekabeti barındırmaktadır. Bu da arzu duyulan kişi olma isteğine karşılık bir diğerinin kendisine tercih edileceği şüphesinin oluşmasına neden olmaktadır. Burada rekabet, kişinin sahip olduğu şeyi bir başkasının ele geirmesi düşüncesine karşı oluşan bireysel bir rekabet oluşturma olasılığını düşündürmektedir. Bu durumu sosyal bir statüye dair bir karşılaştırma olarak tanımlanmamaktadır (Ben-ze'ev, 1990).

Buunk ve Bringle (1987) ise bireylerin ilişkileri ierisindeki göstermiş oldukları tepkilerin sadece ilişkileri ile ilgili olmadığını söylemektedir. Bu durumu etkileyen bir diğer etmenin de gemişte yaşamış oldukları olumsuz ilişi deneyimleri olduğunu ve bununla bağlantılı olarak olumsuz tepkilerin ortaya konulduğunu belirtilmektedir.

Kıskanılık duygusu, bir yerde zihinde başlamaktadır. Zihinde başlayan bu sre, ilişkinin gereklikte de bozulmasına, tehdit hissedilmesi ile birlikte olumsuz duyguları da tetikleyen sapkın davranışlara kişiyi götürmektedir. Kişi kıskanılık duygusunu genel olarak ok acı verici bir duygu olarak yaşamaktadır. Kıskanılık duygusu, kişiden kişiye göre farklı yorumlanabilmektedir. Kimi kişilere göre aşk ve sevgiden doğan tepkiler olmakta, kimilerine göre de güvensizlik ve kaybetme korkusundan kaynaklanmaktadır (Demirtaş, 2004).

Evrimsel kuramcılara göre kıskanılığın iki boyutu mevcuttur. Bunlar; duygusal kıskanılık, cinsel kıskanılık olarak ele alınmaktadır. Duygusal kıskanılıkta birey, eşinin bir başkası iin geliştirmiş olduğu duygusal bağlılığı bilmesi ya da bundan şüphelenmesi durumudur. Cinsel kıskanılıkta ise kişi eşinin bir başkası ile cinsel bir birliktelik yaşaması ya da bir başkasını cinsel anlamda arzulamasına dair duyduğu şüpheyi iermektedir (Madran, 2008).

Kıskanılık iin yapılan bu farklı tanımlamalar işığında; önemsenen bir ilişkinin zarara uğrayacağına yahut ilişkinin sonlanmasına neden olabilecek gerek ya da algıda yanılısama yaşanması neticesinde gösterilen olumsuz tepkiler olarak genelleştirilebilir (Demirtaş, 2004).

1.1.1. Kıskançlığı Açıklayan Kuramlar

İnsan yaşamının ilk evresinden son evresine kadar kişinin yaşamsal tecrübelerine duygular eşlik etmektedir. Davranışların temelinde ve davranış sonrasında insanı birçok yönü ile duyguları etkilemektedir. Kişiyi hem psikolojik hem de fizyolojik olarak birçok yönüyle de etkisi altına almaktadır. Bu açıdan bakıldığında duygulardan yoksun bir yaşamın olması da mümkün gözükmemektedir (Cüceloğlu, 2012:262).

Duygu, kendi içinde hareketi barındırır ve kişiyi harekete yönlendirmektedir. Beklenmedik zamanlarda kişiyi uyarır, mücadele etmeye yönelterek plan yapılmasına olanak sağlamaktadır (Goleman, 1996). Pines (1998)'de kıskançlık kavramını, kişinin ilişkisine zarar verecek olması yahut ilişki kaybına neden olabilecek tehditlerin sezilmesinde gösterilen karışık bir tepki olarak tanımlamaktadır.

Erken çocukluk döneminde çocuklar, duyguları diğerleri üzerinden keşfetmekte ve bunun yanında bu duyguları nasıl yöneteceklerini de öğrenmektedir. Özellikle yaşadıkları olumsuz duyguları düzenleyebilmek için onlara bakım verenleri inceleme davranışı gösterirler. Çocuğun duygularını dile getirebilmesi için hem dil hem de bilişsel yeteneklerini de kullanmak zorunda olmaları bu alanlarının da gelişmesine katkı sağlamaktadır. Çocuklar ancak üç yaşlarına geldikleri zaman yüksek bir duygu düzenlemesi yapmakta ve duygularını maskeleymeye başlamaktadır. Bu yüzden erken çocukluk yaşantısında, çocukların duygularını sağlıklı yapılandırabilmesi için yetişkinlerin sağlıklı duygu düzenlemelerini gözlemleyebilecekleri ortamlar hazırlanmaları önemli bir unsurdur (Akt. Karataş, 2016).

Bebeklikten yetişkinliğe kadar anne-baba ve diğer kişilerle kurulan ilişkiler içinde gözlemlene, model alma, taklit, özdeşleşme ve içselleştirme yapılarak sosyalleşme gerçekleştirilmektedir. Bu gerçekleşen süreci Sosyal Öğrenme Kuramı olarak tanımlanmaktadır. Bir anlamda bebeğin yaşamının ilk anından itibaren bulunduğu dünyaya uyum sağlama çabasının, sosyalleşme sürecinin ne kadar önemli olduğunu da ortaya koymaktadır. İlk erken dönemlerde çocuğun hem psikolojik hem de fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması üzerine kurduğu iletişim zaman içinde sosyal ihtiyaçlara dönüşmektedir. Sosyal iletişim ise yaşam boyu toplumla birlikte devam etmektedir (Bilgin, 1991: 45).

Alfred Adler'e göre insanoğlu olumlu güdüler ile doğmaktadır. Yaşamın içinde de mükemmel olmak için mücadele ettiklerini söylemektedir. Özellikle bebeklik döneminde ebeveynlerine bağımlılık geliştirmesinden dolayı aşağılık duygusu taşımaktadır. Kişi bu durumu üstünlük çabası göstererek yenmeye çalışır. Bu çaba ile aslında kişinin kendi eksik yönlerini daha da üstün bir şey ile kapama yoluna gitmesidir. Kişi de aşağılık duygusu yoğun bir şekilde olursa, çaresizlik duygusuna kapılmasına ve de bu durumda aşağılık kompleksi geliştirmesine neden olmaktadır. Aşağılık kompleksi, kişilerde tamamen bir yılgınlık duygusu oluşturmaktadır. Bunun yanı sıra Adler, bireyin kişilik gelişimini ailenin tutumlarının da etkilediğini söylemektedir. Bunun içinde çocuğa aşırı ilgi gösterilmesi kadar ihmal edilmesi ya da aşırı korumacı tutumların sergilenmesi de aynı oranda kişilik gelişimini etkilemektedir. İhmal edilmesi durumu için doğum sırasının önemine de dikkat çekmektedir. Ebeveynlerin tutumlarında ilk çocuğa fazla özen gösterirken diğer çocukta ilgileri dağılabilmektedir. Bunu deneyimlemeleri çocukların aşağılık duygusu yaşaması ihtimalini güçlendirmektedir. İlk çocuklarda bu yüzden daha çok aşağılık duygusu gelişmekle birlikte bu durum kardeş kıskançlığını da tetiklemektedir (Tuna ve Kayaoğlu, 2013: 73- 79).

Freud'un psiko-sosyal gelişim evrelerini temel alarak Erikson, evreleri sekiz evreye kadar uzatmıştır. Bu evreler yaşlılık dönemini de kapsamaktadır. Her bir evrede kişinin çözülmesi gereken bir karmaşa yaşadığını söylemektedir (Aydın, 2001: 85).

Bu evrelerinden birisi de çalışkanlığa karşı yetersizlik (başarı-aşağılık duygusu) duygusunun olduğu 7-11 yaş dönemidir. Bu dönemde çocuk, zorlamadan bir şeyleri kendi yapma isteğini taşımaktadır. Diğer çocuklarla yapıcı bir paylaşım içinde ve beraber bir iş yapmaya karşı eğilimli, işbirlikçi bir yaklaşım göstermektedir. Çocuğun tam okula başladığı bir dönem olup, sosyal dünyası da oldukça genişlemiştir. Bu durumun etkisi ile çocuğun üzerinde daha çok arkadaş ve öğretmen etkisi bulunmaktadır. Çocuk hem herkesin ondan başarılı olmasına dair beklentilerini karşılamak hem de bu yenedünyaya adapte olmayı başarmak zorundadır. Diğerlerinin beklentilerini karşılarırken birçok şeyi de öğrenmesi gerekmektedir. Ancak bu öğrenmeleri başardıkça çevreleri tarafından onaylanmaktadır (Arı, 2005).

Başarılı olma duygusu gelişen çocukların, bu gelişim ileri ki yaş dönemlerine "görev belirleme" beceresi olarak yansımaktadır. Bu durum kişinin kendisinden beklenenleri

anlamli bulması ve bu isteklerinde üstesinden gelebileceğine inanması ve kabullenmesidir. Eğer bu durum tam aksi gerçekleşir ise kişinin aşağılık duygusunu tetiklemesi ve başaramayacağı duygusu yaşaması durumuna ‘çalışma felci’ olarak adlandırılmaktadır. Yani bir anlamda çaresizlik duygusu gelişmektedir. Bu çaresizlik ve aşağılık duygusu, bu durumun üstesinden gelen akranlarının okul başarılarına karşı kıskançlık duygusu ve bu duygunun aktif hale gelmesine neden olmaktadır (Dereboy, 1993).

İnsanoğlunun gelişimi sürecinde göstermiş oldukları gelişim özelliklerine bakıldığında kıskançlık duygusunun yalın şekilde anlatılabilecek bir duygu olmadığı görülmektedir. Bu duyguyu daha çok tepkiler karmaşası olarak tanımlayabiliriz. Bu yüzden kıskançlığın birden fazla boyutu ve değişkeni olan bir kavram olarak incelenmesinin daha uygun olduğu görülmektedir (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Literatürün bundan sonraki kısmında kıskançlık kavramını inceleyen kuramlar sunulacaktır.

Bilişsel Yaklaşımlara Göre Romantik Kıskançlık; Bilişsel yaklaşımlar romantik kıskançlığı düşünce içeriği olarak ele almaktadır. Ellis, duygusal rahatsızlıkların alt yapısında, mantıksız düşüncelerin olduğunu savunmaktadır. Beck ise bireylerin duygusal, davranışsal tepkilerinin düşünce ve inançları tarafından şekillendiğini belirtmektedir. Yani bir anlamda kişilerin olayları algılama ve yorumlama şeklinin tepkilerine etki ettiğini söylemektedir (Karahana& Sardoğan, 2004). Bilişsel yaklaşımlardan bir diğeri ise düşünsel duygulanımcı bakış açısıdır. Bu yaklaşıma göre de duyguların sağlamlılığı üzerine odaklanmaktadır. Duyguları sağlıklı ve sağlıklı olmayan duygular olarak iki boyutta ele almaktadır. Kişileri engelleyen, amaçlarına gitmeye engel olan, keyifsizlik hali veren, işlevi bozan ve işlev bozucu davranışlara götüren sağlıksız duygulardır. Sağlıklı bir duygulanım, kişiyi işlevli kılmaktadır. Bu anlamda bireylerde yaşanan kıskançlık duygusunu da iki açıdan ele almak gerekmektedir. Sağlıklı ve sağlıksız kıskançlık olarak isimlendirmekte mümkündür (Köroğlu, 2005).

Kişilerarası İlişkiler Kuramı’na Göre Kıskançlık; Kıskançlığı açıklayan bir diğerkuramcı da Sullivan’ındır. Kuramı “Kişilerarası İlişkiler Kuramı” olarak literatürde yer almaktadır. Sullivan kıskançlığı, paranoya kavramı ile açıklamaktadır. Bu durumda, Freud’la paralel bir görüş belirtmekle birlikte bir yerde homoseksüel eğilimlerin kıskançlığa olan etkisi görüşünde de ayrılmaktadır. Kıskançlığı nahoş bir

duygu olarak tanımlamaktadır. Bu duyguyu yaşayan kişilerin kendilerine yoğun bir şekilde acıdıklarını ve aynı şekilde de yoğun bir yetersizlik duyguları hissettiklerini söylemektedir. Bu durumda kıskançlığı temeli olan, kendilerinden daha iyi olduklarına inandıkları bir üçüncü kişi tarafından ilişkilerinin bitirileceğine dair bir inanca sahiptirler. Bununla birlikte bireylerin olgunluk seviyelerinin farklılığına göre kıskançlık seviyelerinin de farklılaşacağına inanmaktadır. Olgunlaşmış birinin daha az olgunlaşmış birine göre daha farklı bir seyri olacağına ve daha az kıskançlık yaşayacağını söylemektedir. Sullivan'a göre olgun bir bireyin, birden fazla ilişkiyi aynı süreçte idare edebilmenin güç olduğunu düşünüyor olmaları onları koruyan bir düşünce olduğunu savunmaktadır (Akt. Demirtaş, 2004).

Sistemik Yaklaşım Göre Kıskançlık; Sistemik yaklaşıma göre bütün parçaların aralarındaki etkileşim sonucu oluşmaktadır. Ve de parçaların hiçbirinde olmayan özelliklere sahiptir. Yalnızca kişi üzerinden durumu anlamlandırmanın çok da doğru olmayacağını savunmaktadır. Bu anlamda aile üyelerinden birindeki değişim bütün sistemi değiştirecektir. Sistemik kuram açısından kıskançlık incelendiğinde bu yaklaşımı savunan kişiler kıskançlığın işlevsel olduğunu ifade etmektedir. Bir şekilde eşlerden birinde görülen kıskançlık ilişkinin problemlili alanını da yansıtmaktadır. Bireylerin davranışlarından daha çok ilişkilerin kalıplarına odaklanmaktadır. Kıskançlık ve yaşanan duyguların yansması ilişkinin bir iletişim dili olmakla birlikte bu duyguların ilişkide neye hizmet ettiğini görmeye olanak sağlamaktadır (Dokur ve Profeta, 2006).

Kıskançlığın ilişki dinamiklerinin sonucu olarak sistemik yaklaşım açıklanmaktadır. Bir sistem de birbirini hem etkileyip hem de organize eden ilişkiler olduğu görülmektedir. Burada önemli olan şey bireyin içinde bulunmuş olduğu sistemler bütünüdür, bilinçdışı kökenler değil. Bir diğer faktöründe içinde yer alan, yaşanan kültürün olduğu görüşüdür. Kişilerin ilişkilerini bozan kalıp davranışlardan uzaklaştığında olumlu iletişim ağının da gelişim göstereceğine inanmaktadır. Bu yaklaşımın eleştirilen yanı, kıskançlığın temelinde yer alan erken çocukluk dönemindeki yaşantıları ve bilinçdışı kökenlerine değer vermemesidir (Pines, 1998).

Evrin Kuramına Göre Kıskançlık; Darwin, evrim kuramının temellerini cinsiyet farklılıkları üzerine yapılandırmıştır. Kıskançlık duygusunun ilişkinin korunmasına hizmet eden bir içgüdü olduğunu ve bunun da kökeninin evrimsel nedenler olduğunu

söylemektedir. Kadınlarla, erkekler arasında aldatılmalara karşı verilen tepkilerin belirgin bir şekilde farklılaştığını; kadınların duygusal aldatılmaya karşı erkeklerin ise cinsel aldatılmaya karşı göstermiş oldukları reaksiyonlar farklılaşmaktadır. Sahip olunan çocuğun kendisine ait olup olmadığına dair endişe yaşayan erkekler bulunmaktadır. Ancak bu kaygı kadınların hiçbir zaman hissedemeyecekleri bir duygudur. Erkeklerin cinsel paylaşımlar açısından yaşadıkları ilişki içerisinde, kadının cinselliğini paylaştığı tek ve ilk kişi olmak gibi bir arzuları bulunmaktadır. Bir kadın için duygusal açıdan aldatılmak, bu ilişkiyi kaybetme tehdidiyle yüz yüze kalmak durumunda bulunmasına sebep olmaktadır. Aslında kadınlar bu duyguyla karşı karşıya kalmaktan daha çok bu kayıp tehdidini yaşamalarının, kıskançlık duygusunu yaşamalarına neden olduğu görülmüştür. Evrimsel yaklaşım özellikle yöntem bakımından, sadece cinsiyet değişkenine göre değerlendirilmesi yönünde eleştirmekte ve sonuçların yorumlanmasını etkileyecek diğer değişkenlerin ise göz ardı edildiğine dair büyük eleştiri almaktadır (Demirtaş, 2004).

Psikodinamik Yaklaşım Göre Kıskançlık; Freud kıskançlığı evrensel bir olgu olarak görmesini, insanın doğasında var olmasına değil, kaçınılmaz olmasına bağlamaktadır. Bu duyguyu, çocukluk döneminde yaşanan acı deneyimlerimizin oluşturduğunu ve yetişkinlik döneminde yaşanan bu evrensel çocukluk travmalarının yeniden hayat bulmasının sonucunda oluştuğunu söylemektedir. Kıskançlığı diğer duygular gibi normal bir duygu olarak görmekte ve bu duyguyu hiç yaşamadığını iddia eden kişilerinde bastırıp bilinçdışına ittiklerini savunmaktadır. Kıskançlık duygusunun gerçek olaylarla bağlantılı olmadığını ifade etmektedir. Psikodinamik yaklaşıma göre kıskançlığı eyleme geçiren dürtüler, korkular, istekler ve travmatik hatıralar gibi bilinç dışına itilmiş öğelerin etkin olduğunu söylemektedir (Pines, 1998).

Freud'a göre romantik anlamdaki yaşanan kıskançlığın, insan hayatının ilk yıllarındaki anneye duyulan rekabete ilişkin aşk ve odipal çatışmanın tekrarının yaşanmasının neden olduğunu söylemektedir. Freud'a göre her çocuk Odius ve Elektra'nın acısının bir kısmını yaşamaktadır. Kız babaya oğlanda annesine âşıktır. Bu durumda her ikisinin de kaçınılmaz bir rakipleri olmakla birlikte erkek çocukları baba ile kız çocukları ise anne ile özdeşim kurarak bu duygunun üstesinden gelmek için mücadele etmektedir. Kayıplarda yaşanan acı, istediklerini elde edemeyeceklerini bilmek ve güçsüzlük üçgeni içinde başarılı gördükleri bir rakibe karşı

kaybettiklerindeki duydukları düşmanlık duygusu bilişlerine yerleşmektedir. Yerleşen bu bilginin, yetişkin dönemlerinde de benzer bir şekilde bu aşk üçgeni içinde kendini göstermeye başlamaktadır (Deutsch, 2006).

Yarışmacı ya da normal kıskançlık, yansıtılmış kıskançlık ve sanrısız kıskançlık olmak üzere kıskançlığı üç farklı şekilde sınıflandırmıştır. Rakip kıskançlığı ve normal kıskançlığın boyutunda kişi, onun için önemli olan bir şeyi rakip gördüğünü düşündüğü kişiye kaptırdığını düşünerek ya da hayal ederek acı çekmektedir. Kişi hem sevilen kişiyi kaybetmesi hem de kendisine olan saygıyı yitirmesi, kendini eleştirme ve suçluluk duygularının hepsini yaşamaktadır. Yansıtılmış kıskançlıkta ise herkesin aldatma eğilimi vardır ve bu eğilimle bu dürtüyü bastırarak en iyi şekilde baş etme yöntemi yansıtmaz. Sanrısız kıskançlık, bastırılmış bir aldatma dürtüsünün paranoya türü olmakta, bu sefer kıskançlık nesnesi bireyle aynı cinstir. Çocukluk döneminde olan aynı cins ebeveyne duyulan ilgiyi savunmakta, bu ilginin aynı zamanda bastırıldığını, olgunlaşarak karşı cinse yönelmekte olduğunu söylemektedir. Freud'a göre bu sanrısız kıskançlığın temel nedeni olarak görmektedir. Bu eşcinsel dürtü bastırılıp çarpıtılarak ortaya çıkabilmektedir (Akt. Demirtaş, 2004).

Kıskançlığın temelinin çocukluk yaşantılarında yer aldığı fikri ve sanrılı kıskançlığın altında yatan bilinçdışıdaki süreçlerin keşfedilmesinde psikodinamik yaklaşımın katkıları olmuştur (Deutsch, 2006).

Bu kurama yapılan ilk eleştiri daha çok sanrılı kıskançlıkla ilişkilendirilip diğer etmenlere daha az yer verilmesi olmuştur. Diğer eleştirilen bir noktada daha çok bilinçaltına odaklanıp bilinçli beklentileri göz ardı etmesi, sadece çocukluk dönemine odaklanıp var olan ilişki dinamiklerine önem vermediği yönündedir (Demirtaş, 2004).

Sosyal Karşılaştırma Kuramına Göre Romantik Kıskançlık; Sosyal karşılaştırma kuramına göre, sosyal karşılaştırmalar yapıyor olmanın duygusal çıktılarından birisi de kıskançlık duygusudur. Salovey'e göre (1991) kişilerin sosyal karşılaştırma yapma eğilimlerine göre romantik ilişkilerde rekabet için önemli bir yer teşkil etmektedir. Kişilerin yaptıkları bu karşılaştırmaların, hali hazırda var olan ilişkileri için tehdit oluşturması sonucunda elde edilen negatif yöndeki geribildirimlerin kıskançlık duygusuna zemin oluşturabilmektedir. Özellikle de kişi bu karşılaştırmayı benliği ile ilişkilendirerek yapıyorsa çıkarsadığı sonuç kendinden daha düşük benlik yapısı

olduğu yönüdeyse normalleştirme eğilimine, daha yüksek olduğu yönünde ise de önemini kendini düşürme ve küçümseme gibi farklı stratejik tepkilerde bulunabilmektedir (Akt. Buunk ve Dijkstra, 2004).

Bu çalışma içerisinde kıskançlık kavramının bağlanma düzeyi ile ilişkisi araştırılmaktadır. Bu nedenle çalışmamız içinde bağlanma süreci açıklanmaktadır. Araştırmamıza konu olan bağlanma ve kıskançlık arasındaki ilişkisi yer almaktadır.

Bağlanma Kuramına Göre Kıskançlık; Bu kuram, ilk çocuk ile ebeveyni arasındaki ilişkisindeki çocuğun gelişim sürecini etkileyen faktörleri anlamak amacıyla ortaya çıkmıştır. Bu kuramın ışığında Bowlby, bağlanmayı ele aldığı keşfetme sürecinin bağlanma süreci ile ilişkili olduğunu söylemektedir. Özellikle bebeğin bağlanma nesnesine yakın olması bağlanma sisteminin temelini oluştururken; bu nesneye yakın olmak güven duygusu vermekte ve bebek sığınacağı bir güvenlik üssü bulunduğu için rahatça çevresini keşfe çıkabildiğini söylemektedir. Yaşamın ilk yıllarında gerçekleşen bu deneyimler, kişilik oluşumu ve hayat boyu süren çevresiyle geliştirdiği ilişkilere de yansımaktadır (Bowlby, 1973).

White (1981)'da bu görüşü desteklemektedir. Kişisel partnerlik becerilerinin yetersiz olduğuna ve karşısındaki kişinin ilişkiye geliştirmiş olduğu bağlılığının az olduğuna inanan kişilerin yüksek düzeyde kıskançlık gösterdiklerini savunmaktadır. Bu kişilerde de kaygılı-kararsız bağlanma stili boyutu ile bağlılık geliştirdiklerini belirtilmektedir.

Hazan ve Shaver (1987)'in yapmış oldukları çalışmalarda da kişilerin kendilerine dair algıladıkları güvensizlik, ilişkilerini çok fazlası ile etkilediğini ifade etmektedir. Özellikle de kaygılı-kararsız bağlanma stili geliştiren kişilerin diğer bağlanma stili geliştirenlere göre daha çok kıskançlık duygusu yaşadıkları söylenmektedir. Bu durum çocukluktan yetişkinliğe kadar uzanan bir süreç olduğu şeklinde tanımlamakta ve bununda yaşanan ikili ilişkilerdeki bağlanma süreciyle aktarımı gerçekleştiğini ileri sürmektedirler. İkili ilişkilerin temelinde ayrılma ve kaybetme durumlarında oluşturulan tepkiler, ilişkilerin bitmesin yönelik tehditler ya da başkasına tercih edilme tehdidinin ilişkide belirli düzeyde kaygı oluşumuna katkısı vardır. Bu yüzden güvenli bağlanma yaşayan kişilerin daha az kaygı yaşadıkları görülmüş; güvensiz bağlanmada

ise kıskançlık duygusunun daha yoğun olduğu söylenmektedir (Akt. Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997).

Bağlanma kuramı, ikili ilişkilerin ana yapısı ve temelleri hakkında da bilgi verir ve bunun yanı sıra da hakkında da bilgi sunmaktadır. Bu bağlamda, bağlanma kuramı ikili ilişkilerde yer alan kıskançlık duygusunu incelemek için daha kapsamlı bir alan sunacağı da söylenmektedir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997).

1.1.2. Kıskançlığın Tetikleyicileri

Kıskançlığın ortaya çıkması için belirli bir alt yapının olması gerekmektedir. Bu unsurlara baktığımızda, kişinin kimlik yapılanması ve benlik algısının bu alt yapıyı oluşturan unsurlar olduğu söylenmektedir. Daha çok kıskançlığın alt yapısının, kişinin çocukluk ve gençlik yıllarına bağlı olduğu ifade edilmektedir. Bireyin güçlülüğünü, bağımsızlığını, arzulanır olduğunu hissettirmesi gereken o sevgiden yoksun kalmış olduğu görüşüne dayandırılmaktadır. Bir anlamda kişinin yoksun kaldığı duyguların ve çaresizlik hissetmiş oldukları bu dönemde, vermek istedikleri tepkileri verememelerinden kaynaklandığı söylenmektedir. Hatta bunun gecikmiş bir tepki olarak kıskançlık duygusunun çıktığı şeklinde de söylenebilir (Blévis ve Heal, 2009).

Shackelforf ve Buss (1977)'nin yaptıkları çalışmaların neticesinde hem cinsel hem de duygusal kıskançlığın ortaya çıkmasına etken olan bazı tetikleyicilerin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. İlişkisel doyumsuzluk ve aşk duygusunun yitilmesi, duygusal ihmallerin olması, beraber zaman geçirmekte isteksizlik yaşamak, pasif reddedici ve özensiz tepkilerde bulunma, agresif ve eleştirel iletişime girmek, özellikle belirgin ve net olan o kişi hakkında bilgi vermekten ve konuşmaktan kaçınmak, suçlu ve kaygılı bir iletişim şeklinin kurulması duygusal kıskançlığın tetikleyicileri olarak belirtilmektedir. Cinsel boyuttaki kıskançlık duygusunun tetikleyicilerini ise partnerlerin cinsel yaşantının içeriğine uygun olmayan birtakım fiziksel belirtilerin olması, partnerin cinsel sadakatsizliğin açıklanması, cinsel yaşantının sıklığının değişmesi, cinsel olarak isteklerin artması ve bu duyguların da abartılı yansıtılması, cinsel isteksizliğin yaşanması cinsel boyuttaki kıskançlığın tetikleyicileri olarak ifade edilmektedir.

Pines (1992)'e göre romantik kıskançlığın oluşmasının nedeni bireysel, yatkınlık ile net bu durumu başlatıcı bir olay arasındaki etkileşiminin sonucudur. Özellikle bu durumu tetikleyen bir olay olmadığı sürece kişinin kıskançlık duygusuna yatkınlığının takip edilmesinin mümkün olmadığını söylemektedir. Kıskançlığı oluşturacak etmenlerin ya da yoğunluğun herkeste aynı etkisi görülmemektedir. Kıskançlık duygusunu ortaya çıkaran yaşantıların düzeylerinde kişisel farklılıklar görülmektedir. Kıskançlığa yatkınlıkta bireysel özellikler olduğu kadar yaşanan aile yapısı, kültür, ikili ilişkilerdeki deneyimlerden hatta rakip olarak görülen kişinin bireysel özellikleri de önemli oranda rol oynamaktadır.

1.1.3. Kıskançlığın İfade Biçimleri

Pines (1992) kıskançlığın temelinde belirli düşünce yapılarını, fiziksel belirtileri içeren içsel bileşenler gibi dışarıdan fark edilebilen dışsal bileşenleri de içerdiğini söylemektedir. Dışsal belirtiler içsel olanlara göre daha net bir şekilde gözlenebilen, bireyin davranışları ve kişilerarası ilişkilerindeki iletişim yolu ile ifade edilen bileşenleri kapsamaktadır.

Kıskançlık duygusunun yaşanması ve ifade edilmesinin temelinde bağlanma stillerinin hem kategorileri hem de boyutları arasında bir ilişkinin varlığını düşündürtecek pek çok neden olduğu söylenmektedir. Özellikle ayrılmaya karşı oluşan tehdidin ve ilişkideki değişimin olması durumunda kıskançlığın temelinde bağlanma sistematüğini harekete geçiren, içsel üzüntü yaşatan ve de kişiye endişeye sürükleyen bir durum oluşturmaktadır. Ayrılma tehdidinin gerçek olması ihtimali hem de kişide ilişkiyi sürdürme isteğı ya da isteksizliğine sürükleyecek bu düşünce içeriklerini ve bu duygularla başa çıkabilmek için bağlanma sistemini de açığa çıkarmaktadır (Guerrero, 1998).

İletişimsel tepkileri ile kıskançlığın yansıması ve ifade edilmesini içeren tepkilerini belirlemiştir. Bunlardan altısını şu şekilde sıralamıştır (Guerrero, Andersen, Peter, Spitzberg, ve Eloy, 1995) :

- **“Bütünleştirici iletişim”**; üzüntü, öfke gibi kıskançlık ile ilişkili hem duyguları hem de kaygılarını açığa vurmak gibi problem çözme girişimini gösteren tepkiler,

- **“Yıkıcı bir iletişim”**; iyileştirici bir iletişim olmanın aksine partnere bağırarak ve kaba davranışlar sergilemek gibi davranışları içermekte olan tepkiler,
- **“Kaçınma/inkâr”**; iletişimde iken konuşmayı aniden kapatmak veya görülen kıskançlık davranışlarını kapsayan bir yok sayan davranışlar,
- Partnere kötü bakmak, soğuk ve mesafeli davranma veya bulunduğu yeri öfke ile terk etmek,
- Eşi görmezden gelmek gibi doğrudan olmayan pasif saldırgan davranışları içermesi;
- **“Şiddetli iletişim/tehdit”**; tehdit edici ya da gerçek anlamda fiziksel şiddete giden davranışlar içeren tepkilerdir.

Kıskançlık yaşayan kişi her zaman için karşısındaki kişiye açık bir şekilde bunu ifade edememektedir. Bu durumda kıskançlık yaşayan kişinin doğrudan olmayan dolaylı olarak bir iletişim içine girmektedir. Bu dolaylı iletişim şekilleri ise şu şekilde görülmektedir: “Gözleme/izleme davranışı”; “telafi edici yenileme stratejileri”; “manipülatif girişimler”; “rakiple irtibat”; “şiddet davranışı” olarak sınıflandırılmıştır (Guerrero ve ark., 1995).

Kıskançlık yaşayan bu kişiler eşlerini gizlice takip ederler, nerede olduklarını kontrol etme davranışını içeren kendisini daha çekici hale getirmeye çalışan sürekli olarak ilişkiyi geliştirmeye yönelik davranışlar sergilemektedirler. Kıskandıkları kişilerin duygularını manipüle etme çabaları bulunmaktadır. Rakip olarak gördükleri kişilerle irtibatlarını kesmezler ve bir anlamda rakibi uzak durması için uyarıcı bir tepkiler sergilemektedir. Dolaylı bir iletişim şeklinde olması karşısındaki kişiye kıskançlığı söylemek yerine tepkilerini kapıları ve dolapları sert çarpmak, nesnelere fırlatmak gibi davranışlar sergiledikleri görülmektedir.

Kıskançlık durumunda verilen bu tepkilerle birlikte kıskançlığın ifade edilmesinde kişiler arası farklılık göstermelerinde bağlanma stillerinin belirleyici olduğu düşünülmektedir. Bowlby’ye göre bağlanma stillerinin altında yer alan zihinsel modeller, bireyin duygularını tecrübe etmesine ve ifade etmesini düzenlemektedir. Bu durumun aynı zamanda başkalarına yaklaşma tutumlarına ya da diğer kişilerden kaçınmasına dair yönelik tutumları üzerinde de etkinliği olduğu söylenmektedir. Hem ayrılmaya karşı hem de kaybetme tehdidine karşı verilen tepkilerin, ikili ilişkilerdeki dinamiğin özellikleri arasında bağlanma ile doğrudan ilişkili olduğu da

belirtilmektedir. Her iki tehditte (ayrılma ve kayıp) birçok faktörün sonucu olması ile birlikte, kıskançlığı oluşturan temel yapısında yer alan bir başkası için terkedilme ihtimalinde yaşanmış olan bu tehdidin en yaygın nedenlerinden birisidir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997).

1.1.4. Kıskançlıkla İlgili Yapılan Araştırmalar

Lester, Deluca, Hellinghausen ve Scribner (1985) tarafından gerçekleştirilmiş olan araştırmada; romantik kıskançlık ve irrasyonel düşünceler üzerinedir. Araştırma sonuçlarına göre; aşkla algısı arasında daha çok romantik tutum sergileyen bireylerin daha kıskanç olarak tanımlandıkları bulunmuştur. Çalışmada, Aşka yönelik tutumlar ile benlik saygısı arasında ilişki olmadığı sonucu elde edilmiştir. Yüksek kıskançlık düzeyine sahip bireylerin ise daha yüksek gerçek dışı inançları olduğu bulunmuştur.

Melamed (1991)'in çalışmasında ise romantik kıskançlıktaki bireysel farklılıkları incelemiştir. 41'i erkek 59'u kadın, ilişkileri olma durumlarına göre incelenmiştir. Kıskançlığın benlik saygısı, ilişkilerinin uzunluğu ve benlik saygıları arasında ilişki bulunmuştur. Flört halindeki çiftlerin kişilik ve kıskançlık arasında bir ilişkisi olduğu görülmektedir.

Karakurt (2001)'un araştırması romantik kıskançlıktaki temel süreçler ve temel bağlanma boyutları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Elde edilen bulgulara göre kıskançlıkla başa çıkma açısından ilişkiyi en az koruma eğilimleri gösterenlerin kayıtsız bağlanma eğilimi olan kişiler olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanma eğilimi olan kişilerin, kıskançlık duygusu ile baş etmede ilişkilerini koruma eğilimlerine daha yatkın oldukları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma geliştirmiş olanların, güvenli bağlanma geliştirmiş olan kişilere göre daha fazla davranışsal kıskançlık boyutunun bulunduğu sonucu elde edilmiştir. Duygusal ve bilişsel kıskançlık boyutunda bağlanma arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Ancak davranışsal kıskançlığın bağlanma stillerini anlamlı düzeyde etkilediği sonucunu elde edilmiştir.

Demirtaş (2004)'in yine yapmış olduğu kıskançlık ilgili araştırma kapsamlı bir çalışmadır. Bu araştırma hem tanımlama hem de kıskançlık değişkenini ölçmek üzere yapılmıştır. Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin, Türkçe diline uyarlanması üzerine

çalışmıştır. Bu ölçeğin orijinali Pines ve Aronson tarafından geliştirilmiştir. Araştırmanın diğer bir konusu ise bireysel, durumsal ve ilişkisel değişkenlerin yakın ilişkilerde kıskançlık arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Örneklem grubunu evli ya da evli olmayan kişilerden oluşturmuştur. Bu araştırma sonucunda bireylerin evli olanların olmayanlara göre, evli olmayan kadınların da olanlara göre hatta evli kadınlarında evli erkeklere göre kendilerini çok daha fazla kıskanç buldukları sonucu elde edilmiştir. Erkeklerin daha çok cinsel kıskançlık duydukları, kadınların ise duygusal kıskançlık yaşadıkları bulgular arasında yer almaktadır. Cinsiyet ve medeni durumlarına göre kıskançlık tetiklendiğindeki durumları incelendiğinde de kıskançlık düzeylerinin yüksek görülmesi şu şekildedir: erkeklerin kadınlardan daha fazla, bekâr kadınların evli kadınlara göre daha fazla, evli kadınlarında evli erkeklere göre daha fazla görülmektedir. Kıskançlık yaşayan kadınların fiziksel, bilişsel ve duygusal tepkileri erkeklerden daha fazla olduğu bulgusu elde edilmiştir. Evli olmayan kişilerinde kıskançlık yaşayanların fiziksel, bilişsel ve duygusal tepkileri evli olanlara göre daha fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Deutsch (2006) romantik kıskançlık üzerine yaptığı çalışmada, gerçekdışı inançlar ile romantik kıskançlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Süreçte her iki değişkenin birbirleri üzerindeki etkisi, ilişkisi ve aracı bir rolü olup olmadığına bakılmıştır. Her iki değişken üzerinde yüksek bir ilişkisi olduğu, anlamlı bir ilişkisinin olmadığı, ilişkide aracı bir rolü olmadığı bulunmuştur.

Murphy, Vallacher, Shackelford, Bjorklund ve Yunger (2006) yaptıkları çalışma da, ilişkilerde karşılaşılan aldatma (duygusal ve cinsel) durumlarında aldatmaya karşılık gerçekleşen romantik kıskançlığın cinsiyetler arasındaki farklılıkları araştırılmıştır. Araştırmalarındaki örneklem grubunu üniversite öğrencilerinden oluşturulmuştur. Çıkan sonuçlara göre, erkeklerin daha çok cinsel aldatılmaya karşı yüksek oranda kaygı yaşadıkları hatta hiç ilişki yaşamamış erkeklerin bile yüksek oranda kaygı yaşadıkları görülmekteyken; kadınlarda da duygusal aldatılmanın kaygı yaşattığı görülmüştür.

Çimen (2007) araştırmasında evlilik şekilleri içinde yer alan görücü usulü evlilik ile anlaşmalı evlilik biçimi üzerinden çalışmıştır. Bu iki grup evlilik şekli ile bireyleri kıskançlık seviyeleri, kıskançlıkla ilgili tepki ve görüşler açısından karşılaştırma yapılmıştır. Araştırma bulguları neticesinde kıskançlık düzeyi, evlilik şekli ve cinsiyet

üzerinde herhangi bir etki olmadığı bulunmuştur. Kıskançlık yaşanan durumlarda kadınlarda daha çok bilişsel ve duygusal tepkiler ortaya koydukları sonucu elde edilmiştir. Cinsiyetler arasında kıskançlık duygusu ile baş etmede yıkıcı yönetime başvurmada farklılık görülmemiştir. Kadınların lehine daha çok yapıcı yöntemlerin olduğu bulunmuştur. Katılımcı gruba kıskançlığın olumlu etkileri konusundaki fikirleri sorulduğunda, anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Görücü usulü evlenen kadınların kıskançlığın olumsuz etkisine dair daha çok kişi görüş bildirmiştir. İlişkiye yapılan yatırımın yüksek olması durumunda kıskançlığın olumlu olarak değerlendirildiğini ortaya koymaktadır.

Warber (2007)'ın yapmış olduğu araştırmasında romantik kıskançlık, ilişkilerdeki bağlanma ile saldırganlığın farklı biçimleri ile ilişkileri araştırılmıştır. Bununla birlikte cinsiyet rollerinin ve cinsiyet değişkeninin etkisi de incelenmiştir. Bütün değişkenler arasındaki ilişkilerin cinsiyete göre farklı etkileri olduğu elde edilmiştir. Araştırma değişkenleri olan bağlanma, romantik kıskançlık ve bağlanma süreçlerini cinsiyet ve toplumsal cinsiyetin etkilediği görülmüştür. Cinsiyetin rolleri etkisi çok güçlü olmamakla birlikte, bu çalışmayı destekleyen biyolojik ve sosyalleşme sürecinin etkileşiminden kaynaklandığı öngörülmektedir.

İnce (2009) 'nin genç yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerin, kıskançlığın gelişim temelleri hem kardeş ilişkileri hem de erken dönemde aile ilişkilerinin etkileri üzerine araştırması incelenmiştir. Her iki yaş dönemi arasındaki romantik kıskançlığı arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır. Aynı şekilde kıskançlık ve ebeveynlerin kardeş kıskançlığına etki edecek tutumları arasında da bir ilişki olmadığı sonucunu ortaya koymuştur.

Houser (2009), romantik kıskançlık düzeyleri ile evli kişilerin evlilik doyumları arasındaki ilişkisini araştırmıştır. Flört ederek ve görücü usulü evlenenlere göre örneklem grubu ile yapılandırılmış ve incelenmiştir. Erkeklerde, kıskançlığın evlilik doyumunu flört ederek evlenenlerde azalttığını, görücü usulünde olanlarda da evlilik doyumunu arttırdığı görülmektedir.

Alpay (2009) araştırması içinde kıskançlığında içinde yer aldığı başka değişkenlerle birlikte bağışlama değişkeni arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Bu araştırmanın

sonucunda bağışlamanın açıklayıcıları olarak empati, benlik saygısı, incinme derecesi ve ikinci tür kıskançlık tetikleyicileri oldukları görülmektedir.

Mroz (2010) niteliksel bir araştırma yapmıştır. 38 katılımcı üzerinden yapılan araştırma içinde kıskançlık durumlarında yaşanan deneyimlerin anlatılması istenmiştir. Romantik kıskançlık ile sosyal karşılaştırma süreci arasındaki ilişki ele alınmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde bireylerin kıskançlığını tetikleyen durumlarda, sosyal karşılaştırmaları kendilerine dair pozitif yönde değerlendirmelerini korumak için kullandıkları bilgisini desteklemektedir.

Powell (2010)'un çalışmasında 18-24 yaş grubundaki katılımcı grubu ile yapmıştır. Romantik kıskançlık, rakibe karşıtlık ve saldırganlığın açıklayıcıları üzerine bulgular irdelenmiştir. Kendisinden yüksek olarak gördükleri kişiler için rakip hasetinin artması ve kıskançlığın rekabet alanına neden olmaktadır. Erkeklerden daha çok kadınların rakip yönelimli kıskançlık yaşadığı sonucu elde edilmiştir.

Gehl (2010)'de romantik kıskançlık ile ilgili araştırma yapan araştırmacılardandır. Araştırmasında örneklem grubu olarak üniversite öğrencileri seçilmiştir. Romantik kıskançlık ile kişilik arasındaki ilişki araştırılmıştır. Kıskançlığın ifade edilmesinin güçlü belirleyicisi olarak, kıskançlık deneyimleri ve bağlanma boyutlarına olan eğilimin olduğu görülmektedir. Aynı şekilde kişilik değişkenlerinin diğer değişkenleri ile anlamlı ilişkisi olduğu sonucu elde edilmiştir.

Çapkın (2012) araştırmasında, kıskançlık düzeyleri, bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye yer verilmiş ve diğer değişkenlerle de incelenmiştir. Kişilik özellikleri, evlilik doyumları ve arasındaki ilişkilerini incelemiştir. 99 kişiye uygulanmıştır. Kişilik özellikleri içinde bulunan alt boyutlardan, deneyime açıklık ile duygusal kıskançlık ile arasında anlamlı ilişkiler çıkmıştır. Bağlanma stilindeki, kaygılı bağlanma ile bilişsel kıskançlık ilişkisinde anlamlı bir ilişki olduğu elde edilmiştir. Kadınların, duygusal kıskançlık düzeyi ile kişilik özellikleri arasında yer alan deneyime açıklık ve dışa dönüklük alt boyutlarıyla anlamlı ilişki bulunduğu görülmüştür. Erkeklerin ise bağlanmanın kaygı boyutu ve kıskançlık bilişsel boyutu ve kişilik özelliklerinden sorumluluk arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmüştür.

German (2012), depresyonun romantik kıskançlıkta üzerindeki etkisini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda depresyon, öz eleştiri, stres algısı ve duygusal kıskançlığı ile kıskançlığı tetikleyen durumlar arasında bir ilişki olduğu elde edilmiştir.

Elphinston, Feeney, Noller, Connor ve Fitzgerald'ın (2013) yapılmış olan araştırma için ilişkideki memnuniyeti, kıskançlık değişkenleri incelenmiştir. İlişki memnuniyetinde, bilişsel kıskançlık ve izleme davranışlarının ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu, aynı konu üzerinde düşünüp durmanın da romantik kıskançlık ve ilişki memnuniyetsizliği arasındaki ilişkiyi açıklayan bir faktör olduğu sonucu elde edilmiştir.

Attridge (2013), romantik kıskançlık üzerine bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma içinde 229 üniversite öğrencisi yer almaktadır. Kıskançlığın hem olumlu hem de olumsuz ilişkileri araştırılmıştır. Bulgu sonuçlarına göre duygusal kıskançlığın genellikle olumlu, bilişsel ve şüpheli kıskançlığın da olumsuz olduğu düşünülmüştür.

Dandurand ve Lafontaine (2013)'ın yapmış oldukları çalışmada kıskançlık, yakınlık ve çift doyum arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Romantik bağlanmanın, kıskançlığın diğer boyutları ile çift doyum arasındaki ilişkiyi güçlü bir şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal yakınlaşma ve eş zamanlı olarak cinsel yakınlaşma ile çift doyum arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Akça (2014), kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Yapılan çalışma öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Romantik kıskançlık ölçeğinin alt boyutları ile empatik eğilimleri arasında negatif açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. RKÖ'nde yalnızca alt boyutlarından, yapıcı baş etme boyutunun cinsiyetine göre yönelik anlamlı bir farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir. Bununla birlikte katılımcıların kendilerini kıskanç algılama değerlendirmelerine göre üç alt boyutu arasında da anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Nelson (2014), öz denetimin romantik kıskançlığa etkisini üniversite öğrencileri üzerinde araştırmıştır. Öz denetimin duruma bağlı olarak değişiklik göstermediği sonucu elde edilmiştir. Cinsiyetler arasında aldatma türleri de açısından farklılık olmadığı bulunmuştur. Bir diğer bulgu da erkeklerin kadınlara göre daha yüksek öz denetim sergiledikleridir. Kronik kıskançlık ve sürekli öz denetimin ilişkili

bulunmuştur. Araştırmanın son bulgusu ise kıskançlık yaşantılarının öz denetim üzerinde etkisi olmadığı yönündedir.

Zandbergen (2014), romantik kıskançlıkta toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel farklılıklarla ilgili araştırma yapmıştır. 145 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışma sonucuna göre duygusal aldatmanın toplumsal cinsiyet rollerin kültürden daha fazla belirleyici bir faktör olduğu saptanmıştır. Bir diğer bulgu ise cinsel aldatmanın, kültürün toplumsal cinsiyet rollerine göre daha çok belirleyici olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra araştırma sonucunda elde edilen diğer bulgular ise aldatılmaya dair kıskançlıkla birlikte ortaya çıkan yapıların benlik saygısı, sosyal medya etkileri, zaman ve bağlılık beklentileri olduğu elde edilmiştir.

Blomquist (2014), genç yetişkinler ile yapmış olduğu çalışmada genç yetişkinlerin yakın ilişkilerindeki kıskançlık değişkenleri arasındaki ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre hem kızlarda hem de erkeklerde kıskançlığın aynı şekilde deneyimlendiği sonucuna ulaşılmıştır. Ancak dostluklardaki kıskançlık ile romantik kıskançlıklarda belirgin bir şekilde farklı niteliklere sahip olduğu saptanmıştır.

Tunç (2015)'un çalışması üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu gruba, romantik ilişkiler, istismar, ilişki doyumu, kıskançlık ve affetmek değişkenleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu çalışma sonucuna göre kıskançlık ve affetmenin alt boyutları arasındaki kendini affetme ve başkasını affetme düzeyleriyle istismar değişkenleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır.

Arslan (2015)'in yapmış olduğu çalışma, kıskançlıktaki farklı bireysel ve ilişkisel farklılıkların işlevine bakmıştır. Bununla birlikte kıskançlık ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkisini araştırmıştır. Romantik kıskançlıkta, hem yaşa hem cinsiyete göre farklılaştığı görülmektedir. Bireyin şuanda var olan ilişki durumuna, süresine, paylaşımların kalitesine göre farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. Saplantılı ve korkulu bağlanma gösteren kişilerde hem duygusal hem de iletişimsel ifadelerinin, güvenli ve kayıtsız bağlananlara göre daha fazla olduğu görülmektedir.

Yerlikaya (2015), kıskançlık değişkeni ve cinsiyet farklılıkları, bu fark üzerinde etkisi olabilecek cinsel yönelimleri, cinsiyet rolleri, ilişki durumları ve deneyimleri, aldatma ve aldatılma deneyimi gibi değişkenleri de incelemişlerdir. Araştırmasının sonucunda, kadınların duygusal sadakatsizlikten, erkeklerin ise sadakatsizliğin her çeşidinden de

eşit oranda rahatsızlık duydukları sonucu elde edilmiştir. Bir diğer bulgu da homoseksüel erkekler, heteroseksüel erkeklere göre daha çok duygusal sadakatsizlikten rahatsızlık duydukları görülmüştür.

1.2. Bağlanma

Bağlanma, bireyin yaşamında değerli gördüğü kişilere karşı geliştirmiş olduğu kuvvetli duygusal bağ olarak tanımlanmaktadır (Çapan, 2009). Yeni doğan bebeklerin, gelişimlerini ve yaşamlarını sürdürebilmek için ihtiyaç duydukları duygusal bağa ve bu bağa karşı eğilim göstermeleri bağlanma sistemini açıklamaktadır.

Bağlanma sürecinin bir ya da daha fazla kişi(lere)ye karşı geliştirilmiş olması ve bunun yanı sıra yaşanan farklı bir durum olduğunda bağlanma gerçekleşen ya da gerçekleşmeyen kişiye gösterilen tepkilerin birbirinden farklı olması bağlanma kuramında beklenmektedir (Kapucı, 2014: 26).

Bağlanma süreci, bebeğin kendisine bakım veren kişiye karşı yakınlık kurmasına ve bu yakınlığında dışarıdan gelen olası tehlikelere karşı bebeği korunmasına imkân vermektedir. Bakım veren ile bebeğin aralarında kurdukları bu yakınlığın korunması esas amaçlarındandır. Ancak bu sayede bebeğin gelişebileceği güvenli bir alan hazırlanmış olur (Morsünbül, 2005: 42).

1.2.1. Bağlanma Kuramı

John Bowlby (1973)'nin psikanalitik kavramların temeline dayanarak duygusal ve kişilik gelişim süreçlerini ele aldığı kuramsal yaklaşımını “bağlanma kuramı” olarak tanımlanmaktadır. Bu kuramın yapısı kişilerin bireysel olarak önemsedikleri gibi diğerlerine karşı güçlü bir bağın oluşmasına ve duygusal bu bağın yapılanmasındaki eğilimini isimlendirmeye olanak sağlamaktadır. Bowlby, kuramının temelinde bebekler ile anneleri arasında oluşan güçlü bağların nasıl kurulup geliştiğini ve bu bağın yokluğunda yaşanan duygusal stresi oluşturan etmenleri araştırmıştır.

Bowlby (1969), bağlanma süreçleriyle ilgili yaptığı ilk çalışmaları Tavistock kliniğinde gerçekleştirmiştir. İlk çalışmaları bu klinikte sevdiği ve tanıdığı kişilerden ayrılmak durumunda kalan küçük yaş çocukların, bu sürecin kişilik gelişimlerinde nasıl bir etkiye sebep olduğunu incelemesi üzerine başlamıştır. Bu araştırma grubuna Ainsworth'un de dâhil olması, bağlanma sürecindeki çalışmalara hem deneysel

araştırma yöntemlerini kullanmayı hem de çocuk gelişim süreçlerini takip etme sürecini de beraberinde getirmiştir (Akt. Kart, 2002).

Bowlby'nin kuramsal yaklaşımının temeli, nesne ilişkileri, etiyoloji ve psikodinamik yaklaşımlarını kapsamaktadır. Bebeklik ve çocukluk evresini bu dönemin özelliklerine odaklanarak ele alınan bir kişilik gelişim kuramıdır (Bretherton, 2000).

Bowlby, geleneksel bir psikanaliz içinde ve nesne ilişkileri ekolünde yetişmiş, bu yaklaşımın içinde gördüğü eksiklikleri yeniden yorumlamaya yönelmiştir. Anne yoksunluğuna yönelik ilgisi, Bowlby'yi bağlanmaya yönelik araştırmalar yapmasına temel oluşturmuştur. Hırsızlığa yönelmiş çocukları incelediği çalışmasında, erken anne-çocuk ilişkisinden ayrılmış olan çocukların suçlu bulunmalarında güçlü bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Bu araştırma sonrasında anne yoksunluğuna yönelik daha ayrıntılı araştırmaya yönelmiştir. Bowlby, çocukların bulunduğu bakımevleri üzerindeki incelemesinde, bakım verenlerinden (tanıdık) uzunca bir zaman ya da ayrı kalmış çocukları gözlemlemiştir. Bu çocukların ayrılıklarda verdikleri tepkiler arasındaki benzerlik göstermesi ve değişmez bir sırayla aynı duygusal tepkileri sergilemiş olmaları bu iki yönüyle dikkat çekici gelmiştir. Bu değişmez sıralamada önce ağlama tepkisinde bulunur, sonra etkin bir araştırmaya girer, başkalarının onları sakinleştirme çabalarına karşı direnç gösteren bir protesto sergiler ve bunu da üzüntü içeren bir umutsuzluk takip eder. Bunun sonrasında da duygusal bir kopma yaşanmaktadır. Bir diğer yönüyle de bu ayrılıkların kısa yaşanmasında bile uzun bir süre etkisinin hala devam ediyor olmasıdır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanmanın gerçekleşmesi halinde, çocuğun fiziksel ihtiyaçlarının karşılanacağını bilmesi, hayatı keşfeden çocuğun geri dönebileceği bir üssünün olması, güvenli bir dünya algısını geliştirebilmesi gibi üç temel noktada işlevini karşılamaktadır. Bu durumda bağlanma süreci aslen, çocuğun hayatını kolaylaştırıyor olmasının da ötesinde bir durumdur (Tüzün ve Sayar, 2006). Çocuklar ve ebeveynleri arasında ne kadar güçlü ve sağlam bir ilişki varsa tehlikelere karşı korunması da bir o kadar güçlü olmasını sağlamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999).

Bu kuramın temelindeki görüş, bir bebeğin doğumuyla birlikte başlayan ve süreçte devam eden özenli ve titiz bir bakıma ihtiyacı olduğu yönündedir. Bir bakıma bebek doğduğu andan itibaren güdüsel bir şekilde ihtiyaçlarını sahip oldukları bağlanma

sistemini kullanarak karşılamaktadır. İhtiyaçlarının karşılanması ve de tehlikelere karşı hayatta kalma olasılığını arttırmak amacıyla bebek bağlanma davranışlarını kullanmaktadır. Bunun yanı sıra duygusal bir bağ kurmanın diğer bir işlevi arasında yer almaktadır (Bowlby, 1973).

Bowlby'e göre, bağlanma sürecindeki bebeğin duygusal beklentilerinin karşılanması, fiziksel ve genel ihtiyaçlarının karşılanması olumlu bir şekilde ilerler ise bebek, bakımını veren kişi ile geliştirmiş olduğu ilişkinin neticesinde birey kendisini sevmeye, onaylanmaya değer görecektir. Bu da bebeğin kendisinin önemli olduğunu hissetmesi ile birlikte hem diğer kişileri hem de dünyayı güvenilir bir yer olarak algılamasına yardımcı olacaktır (Çalışır, 2009).

Belirlenen bu ihtiyaçlar yeterince karşılanmaz ise çocuğun benlik algısına bağlı patoloji geliştirmesi ihtimali olduğu düşünülmektedir. Bowlby, bilişsel süreçleri içeren bu süreci "içsel çalışan modeller" olarak isimlendirmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bağlanma sistemindeki ilk hedef; bakım veren ile bebek arasında geliştirilecek yakınlığın korunmasıdır. Kurulan bu yakınlık sayesinde bebeğin güven içinde gelişim gösterebileceği bir alan oluşturmaktadır. Yakınlığın işlevi, tehlike anında korunacağını bildiği ve çevresini keşfetmek için kullanabileceği bir üstün olmasıdır (Bowlby, 1973).

Bir bebeğin dünyaya gelmesiyle birlikte bir diğerinin bakımına, ilgisine ve sevgisine hayatta kalabilmek için muhtaçtır. İlk anneye olmakla birlikte bebeğin ihtiyaçlarını karşılayan kişilere karşı bağlanmanın gerçekleşmesi kaçınılmazdır. Hayatının ilk yıllarında geliştirilen bu bağ, kişinin önemli bir yapısını oluşturmakla birlikte tüm hayatını belirleyici bir etmen olmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bağlanma sürecinde; bebeğin temel ihtiyaçlarının karşılanması ve hayatta kalabilmesi için bakım verene (anneye) muhtaç olduğu gibi bakım verenlerin (anne/ diğerleri) çocuğun bu ihtiyaçlarını karşılarken bir görev olarak algılamaktan ziyade mutluluk ve doyum elde ettikleri iki taraflı birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılayan bir ilişki gelişmektedir. Karşılıklı yaşadıkları bu etkileşimin neticesinde, aralarında hissedilen bağ gün geçtikçe daha da güçlenmektedir. Bu bağın kurulmasında bebeklerin göstermiş oldukları bazı davranışlarında etkisi bulunmaktadır (Kantarıcı, 2009).

Bebekler bu etkileşimi özümseyerek hem kendileri ile ilgili hem de diğerleri ile ilgili Bowlby'nin kuramının temeli olan içsel çalışan modelleri geliştirmektedir. Bu model de yer alan birbirleri ile etkileşimde olan kendilik ve diğeri modeli olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Kendilik modelinde, kişinin kendisini ne ölçüde değerli gördüğü ve diğerlerinin onu ne kadar sevmeye değer gördüklerine dair algılarını içermektedir. Diğeri modelinde ise, kişinin ihtiyacı olduğunda ne kadar diğerlerinden yardım isteyebileceği ve bu kişileri ne ölçüde güvenli bulduklarına dair değerlendirmelerini kapsamaktadır (Bowlby, 1973).

Bakım verenle sıklıkla tekrarlayan etkileşim süreçleri çocuğun içsel modellerinin gelişmesine neden olmaktadır. Bu durumda bakım verenin göstermiş olduğu tepkiler ve yakınlık ihtiyacına karşı göstermiş olduğu her türlü tepki çocukta bilişsel temsil olarak kodlanmaktadır. Bu anlamda çocuğun içsel çalışan modelleri bakım verenin tepkileriyle bağlantılıdır. Çocuk ihtiyaç duyduğunda bakım verenden olumlu bir tepki ya da destek gördüğünde bakım verenini güvenilir, ulaşılabilir ve destekleyici bulmaktadır. Ancak çocuğun ihtiyaçları karşısında duyarsız, çelişkili tepkiler verdiği ise reddedici, kendisini ise desteklenmeye ve sevmeye değer olmadığına dair bilişsel temsiller geliştirmektedir (Morsünbül ve Çok, 2011).

Bowlby (1973)'e göre çocuk ile bakım veren(ler) arasındaki ilk yaşam deneyimleri 'içsel çalışan modeller' vasıtasıyla ileri dönemdeki yaşantılara yansımaktadır. Bu bilişsel modellerin, kişinin yaşam boyu ilişkilerindeki belirleyici rolü bulunmaktadır. Çocukluk dönemine ait bu şemalar, kişinin yaşamını yapılandırmaktadır. Bu yapı, kişinin kendisine ve diğerlerine karşı algılarını, tutumlarını, ilişkilerini ve inançlarını şekillendirmektedir.

Ainsworth ve arkadaşları (1978)'nin laboratuvar ortamında yürütülmüş olan çalışmaları güvenli ve güvensiz bağlanma stilleri arasındaki farklılıkları belirleyebilmek adına yapılmıştır. Araştırma sonucunda bebek ile bakım veren(ler) arasında gelişmiş üç temel bağlanma türü olduğu görülmüştür. Çocukluk döneminde meydana gelen bağlanma stilleri şu şekildedir (Akt. Ata, 2010: 14):

1. Güvenli Bağlanma: Bu bağlanma stilinde çocuklar, anneleri yanlarındayken etrafı keşfetme içine girmektedir. Bir anlamda hem yakınlığı korumak hem de dış dünyayı keşfetmeyi gerçekleştirmesi bakım vereni güvence olarak görme eğiliminde

olmaktadır. Bu bebeklerin anneleri ortadan kaybolduğunda az düzeyde bir huzursuzluk yaşasa bile anne geri döndüğü zaman stresi azalmakta ve rahatlama yaşamaktadır. Anne yanında olduğu sürece de keşfetme davranışını devam ettirmektedir (Kapucı, 2014: 28).

2. Kaygılı/Kararsız Bağlanma: Bu bağlanma stili geliştirmiş olan bebeğin isteklerine ve davranışlarına ilişkin anneleri çelişkili tepkiler sergilemektedir. Anne kimi zaman tepkisiz kimi zamanda ulaşılamaz davranışlarda bulunmaktadır. Karşılaştığı bu davranışlar sonucunda bebek hem kaygılı hem de kızgın davranışlar sergilemektedir. Çevre ile olan etkileşimleri azalmıştır. Anneden ayrılmak istememesine rağmen, anne döndükten sonra da kaygısı yatışmamaktadır. Bu kaygısı o kadar büyüktür ki keşif süreçlerini bile durdurmaktadır (Ata, 2010: 14-15).

3. Kaygılı/ Kaçınmacı Bağlanma: Bu bağlanma stilindeki bebekler anneleri yanlarındayken bağımsız hareket etmekte ve sanki onlar yokmuş gibi davranmaktadır. Anne yanından ayrıldığında ise tepkisel bir tavır sergilemektedir. Az stres ve kaygı tepkisi vererek sakin kalmakta ve anneleri odaya döndüklerinde ise yakınlık göstermemektedir ve temas etmesine de izin vermemektedir (Sümer, 2006: 28). Ainsworth bu bağlanma stiline sahip olan bebeklerin davranış örüntülerinin sağlıklı olmadığını belirtmektedir. Özellikle bu bebekler ile anneleri arasındaki ilişki biraz daha ayrıntılı incelendiğinde, bu annelerin çocukların ihtiyaçlarına karşı duyarsız, müdahaleci, reddedici ve onları kabullenmeyen bir tutum sergiledikleri görülmüştür (Ata, 2010: 15).

Bağlanma sürecinin sağlıklı oluşması ya da oluşmamasından daha çok paylaşılan ilişki kalitesindeki farklılıklar, kişilerarası bireysel farklılıkların doğmasına neden olduğu düşünülmektedir. Diğer ilişki şekilleriyle karıştırılmaması için bağlanma kuramcıları, bağlanma ilişkisine dair ayırt edici özellikler belirlemişlerdir. Kişinin bağlanma figürüyle yakın ilişkide kalma arzusu nesne figürüne düşkünlüğü göstermektedir. Bu bağlanma bağının olduğunu gösteren ilk öncelikli ibaresidir. Hastalık, tehdit veya tehlike ile karşılaştığı durumlarda bağlanma figürüne karşı birey güvenli bir alan olduğunu hissederek, korunmayı sağlayacak bir destek olarak görmektedir. Bağlanma figürünün güven ve rahatlık hissettirmesi, güvenlik üssü olarak gördüğü ve bu sayede keşfe yönelmesini sağlayan bir diğer özelliğidir (Fraley ve Shaver, 2000).

Çocukluktan ergenlik dönemine kadar içsel çalışan modeller devamlı olarak pekiştirilmektedir. İçsel çalışan modeller, ergenliğin sonlarında sürekliliğini korumaya başlar ve değişim yönünde daha çok dirençli bir hale dönüşmektedir. Hem ergenler hem de erişkinlerin oluşturmuş oldukları bu içsel çalışan modelleri özellikle onlar için önemli olan ilişkilerinde de devreye sokmaktadır (Bowlby, 1973).

Akademi alanında yapılan çalışmalarda kişilik çözümlenmesi, bakım veren-bebek arasındaki bağlanma ve yetişkin bağlanmasının yer alması etkisiyle birlikte gelişim psikolojisi de artık bağlanma sürecini yaşam boyu devam eden bir süreç olarak ele almaya başlamıştır (Kart, 2002).

Bu çalışma yetişkinlerdeki kıskançlık düzeyi ile bağlanma davranışı arasındaki ilişkiyi araştırmaktadır. Bu bölümde Bowlby'nin, bağlanma kuramındaki gelişimsel süreci ve önemi ele alınmıştır. Bundan sonraki kısımda ise araştırmada yetişkinlerle çalışıldığı için ele almış olduğu yetişkinlikteki bağlanma süreci ve önemi aktarılacaktır.

1.2.2. Yetişkinlikte Bağlanma Stilleri

Bowlby, bağlanma sürecini insanın yaşamı boyunca devam eden ve insan davranışlarını bir araya getiren önemli bir parça olduğunu söylemektedir. Ancak bağlanma kuramı araştırmacıları, daha çok bebeklik dönemindeki bakım vereniyle çocuk arasındaki ilişkiye uzunca bir süre odaklanmıştır. Araştırmacılar, çocukluk yaşantısındaki 'içsel çalışan model'lerin yaşam boyunca çok değişmediğine ve neredeyse aynı şekilde kaldığına dair fikir sundukları gibi farklı görüş bildirenlerde olmuştur (Çalışır, 2009).

Hazan, Shaver ve Bradshaw (1998), bağlanmanın bebeklik dönemindeki süreç ile yetişkinlik dönemindeki sürecin arasındaki farklılıklar olduğunu söylemektedir. Çocuğun bağlanmayı geliştirdiği kişi, daha çok ihtiyaçlarını karşılayan bakım verenine karşı gelişmektedir. Yetişkinlikte ise akranlarına ve daha çokta cinselliği paylaşabileceği eşlerine bağlandıkları görüşünü ortaya koymaktadır.

Yetişkinlerdeki bağlanma davranışı, ilişkilerindeki davranışlarla bakımın gerçekleşmesi ve cinsel birleşmenin devam etmesi olarak görülmektedir. Romantik ilişkilerde yetişkinler, cinsel çekim ve ilişkinin yaşanması sonucunda yakınlığı daha güçlü kıldığını öne sürmektedir (Akt. Hazan ve Shaver 1994). Ainsworth ve

arkadaşlarının geliştirmiş oldukları bağlanma stilleri modelinden yola çıkılarak, yetişkin ilişkilerindeki bağlanma sürecinin romantik ilişkide de etkili olduğu görüşünü ortaya koymuşlardır. Yani bir anlamda Hazan ve Shaver (1994), romantik ilişki içinde olan yetişkinlerin bağlanma davranışı ve yakınlık arayışlarını ilişkilerindeki bağlanma süreciyle açıklanabileceği belirtilmiştir.

Bu modelde çocukluk döneminde görülen bağlanma stillerinin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerde de etkin olacağı düşüncesini savunmuşlardır. Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkinlerin, romantik ilişkilerinde zorluk çekmeyeceklerini ancak diğer stillerde ise ilişki içerisinde zorlanacak alanları olduğunu ifade etmedir. Kaçınmacı bağlanma geliştirenlerin romantik ilişkilerinde şüpheli bir tutum sergileyerek ilişkiye başlamakta zorluk çekerken; kaygılı bağlanma geliştirenlerin ise romantik ilişkilerinde partnerlerinin sevgilerinden emin olamayacaklarını savunmaktadır (Akt. Burger, 2006: 226). Yetişkinlik dönemine ait kaygılı-kaçınan bağlanma, güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma olarak tanımlanmış ve açıklanmıştır.

Hazan ve Shaver (1994)'ın tanımlamalarına göre, güvenli bağlanma stili geliştirmiş kişilerin daha çok kendilerini güvende hissedebilmek için yakınlık kurabilecekleri ve temas edeceklerini bildikleri ve emin oldukları ilişkilerde rahatlama yaşamaktadır. İlişkide en belirleyici olan şey güvenlik duygusunu hissetmesidir. Bu güvenlik duygusunu sağlayabilmesi için yetişkinlerden daha çok araçları bulunmaktadır. Güvenli bağlanma sürecini destekleyen bu anlamda yakınlık arayışı, bakım verme, koruma ve cinsel olarak yakınlık hissetmeleri de arayışları da görülmektedir. Bunun etkisiyle kişi, kendine güvenli, yakın ilişkiler kurabilen ve girişken davranışlar sergileyen özellikler göstermektedir. Kaygılı/kararsız yetişkinlerde ise güvensizlik yaşayan, terk edilmek ve reddedilme kaygısı yaşayan kişilerdir.

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma sürecini inceleyen araştırmalar sonucunda; geliştirilen kaygılı/kararsız bağlanma stili ile romantik partnerin verdiği olumlu ya da olumsuz tepkilere karşı takılma yaşamaları arasında ilişki bulunmuştur. Bu tepkileri; ilişkinin sürmesine rağmen aşırı kıskançlık, kolayca âşık olmak, özsaygı düşüklüğü, yalnızlığa açık olmak ve kaygı yaşanması olarak sıralanabilir. Bununla birlikte eşlerinin kendilerine bağlanması sürecine karşıda isteksizlik göstermektedirler. Kaygılı/kaçınan kişilerin ise stresli ve sıkıntılı durumlarda hissedilen güvenliği

koruyabilmek için sosyal temastan kaçındığı görülmektedir. Araştırmalara göre eşler birbirlerine karşı açılmaktan kaçınırken bir yandan da bu durumla karşı karşıya kalmaktan rahatsızlık duymaktadır. Ani kararlar aldıkları gözlenebilmektedir. Kendi yaşlıları tarafından düşmanca algılanabilmektedir. İş yaşamlarını genellikle toplumsal etkileşimden uzaklaşmak için kullanmaktadır. Yaşadıkları gerilimi azaltmak için madde ve alkol kullanmaya eğilim gösterebilmektedir. Duygusal bağ kurulmamış cinsel ilişkilere girme eğilimi de gözlenmektedir (Hazan ve Shaver, 1994).

Yapılan bu araştırmada bağlanma kuramının etkinliği önemli olmakla birlikte, bu ilişki içindeki duygusal zekânın da ilişkileri belirlemede aracı bir rolü olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle yetişkin bağlanma stillerine yönelik yapılan araştırmaların sonrasında duygusal zekâyâ yönelik literatür bilgisi aktarılacaktır.

1.2.2.1. Yetişkin Bağlanma Stilleri İle İlgili Araştırmalar

Sharpsteen ve Kirkpatrick (1997)'nin yapmış olduğu araştırmada bağlanma stilleri ile kıskançlık arasındaki ilişki incelemiştir. Güvenli bağlanma geliştirenlerin kaygılı/kararsız bağlanma geliştirenlere göre daha fazla kıskanç oldukları görülmüştür.

Meyers (1998) araştırmasında, bağlanma stillerini yetişkinlik boyutunda ele almıştır. Kişisel yetkinlik, benlik saygısı ve psikolojik huzursuzluk ile bağlanma stilleri açısından ilişkilerini incelemiştir. Bağlanma stillerindeki güvenli bağlanmanın, kaçınan ve kaygılı bağlananlar göre daha yüksek bir oranda kişisel yetkinlik gösterdikleri ve de daha az psikolojik huzursuzluk sergiledikleri görülmüştür. Bir diğer bulgu ise güvenli bağlanan kişilerin kaygılı ve kaçınan bağlananlara oranla daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu sonucu elde edilmiştir.

Man ve Hamid (1998)'in araştırmaları da bağlanma stillerinin hem benlik saygısı değişkenine göre hem de yalnızlık ve farklı faktörler açısından ele alınmıştır. Yapılan araştırma sonucuna göre, en yalnız hisseden kişilerin korkulu bağlanma stiline sahip kişiler oldukları bulunmuştur. Saplantılı bağlananların kaçınan bağlanma stiline sahip olanlara göre düşük benlik saygısına sahip oldukları sonucu elde edilmiştir. Bir diğer bulgu ise güvenli bağlananlara göre kaçınan, korkulu ve saplantılı bağlananların daha düşük benlik saygısına sahip oldukları bulunmuştur.

Karakurt (2001)'un yapmış olduğu çalışmada bağlanma ve kıskançlık arasındaki ilişki araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre kıskançlığın alt boyutları olan duygusal kıskançlık ve bilişsel kıskançlık ile bağlanma stilleri arasında etkileyciliği üzerine olumlu bir sonuç elde edilmemiştir. Ancak davranışsal kıskançlık ve bağlanma stillerinin birbirlerini etkilediği bulunmuştur.

Wei, Vogel ve Ku (2006)'nın yapmış oldukları çalışma, üniversite düzeyindeki öğrencilerle yapılmıştır. Bağlanma stilleri ve kişiler arası ilişkilerinde yaşadıkları sorunlara karşı hangi duygusal tepkileri gösterdikleri araştırılmıştır. Elde edilen bulgular çerçevesinde kaygılı bağlanmaya sahip olan öğrencilerin duygu durumlarının olumsuz olduğu görülmüştür. Bununla birlikte duygusal ketlenmelerin, kaçınan bağlanma stiline gelişmesine neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Marazziti vd. (2010)'nin çalışmasında bağlanma stillerinin kıskançlığın alt boyutlarıyla ilişkiye bakılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, sadece kaygılı bağlanma gösteren kişilerin kıskançlığı kapsayan tüm alt boyutlarıyla karşıladığı sonucu elde edilmiştir. Bu anlamda kaygılı bağlanan kişilerin bilişsel, duygusal ve tepkisel kıskançlık gösterdikleri söylenebilmektedir. Kaybetme korkusu boyutu, özgüven boyutu ve şüphe boyutlarıyla kaçınan bağlanma stili arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Kıskançlığın alt boyutları olan kişilerarası hassasiyet, obsesyon ve kaybetme korkusu saplantılı bağlanma stiline sahip olanların güvenli bağlananlara oranla daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Büyüksahin (2001)'in yaptığı araştırmasında, bağlanma stilleri ile yakın ilişki kurabilme durumlarına göre benlik saygısı değişkeni ve de stresle baş etme değişkeni arasındaki korelasyonu incelenmiştir. Çalışma sonuçları; erkeklerin kadınlara oranla daha fazla güvenli bağlandıkları yönündedir. Yakın ilişkide olan kişilerin stres faktörü ile başa çıkmada daha iyimser bir tarza sahip oldukları görülmüştür. Bir diğ er bulgu ise yakın ilişkide olamayan kişilerin, ilişkide olanlara göre kendilerini daha fazla yalnızlık hissetmeleridir.

Çapkın (2012)'in yetişkinler üzerinde yapmış olduğu çalışmasında kıskançlık düzeyleri ve diğ er değişkenler ile arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Kişilik özellikleri, benlik saygısı, bağlanma stilleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkileri irdelenmiştir.

Yapılan çalışma sonucunda kaygılı bağlanma boyutu ile bilişsel kıskançlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Arslan (2015)'nin araştırmasında hem bireyler arasındaki farklılıkları hem de ilişkisel farklılıkları üzerindeki rolünü, romantik ilişkilerdeki kıskançlık ve bağlanma şekillerinin arasındaki ilişkileri araştırılmıştır. Patolojik belirtiler ve kıskançlık arasındaki ilişki de bir diğer araştırma konusudur. Araştırma en az 6 aylık ilişki deneyimleri olan kişilerden oluşmaktadır. 18-65 yaş grubundaki 366 yetişkin üzerinde uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, kıskançlığın cinsiyete, ilişki durumuna, yaşa ve ilişkideki paylaşımların niteliğine göre farklılaşma gösterdiği bulunmuştur. Bağlanma şekillerinin kıskançlıkta yaşanan tehdit algısına göre değişmediği görülmüştür. Duygusal ve iletişimsel kıskançlık yaşayan kişilerin hem saplantılı hem de korkulu bağlanma geliştirenlerin güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanma geliştirenlere göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Önemli faktörlerin kontrol edilmesi ile psikopatoloji belirtilerini romantik kıskançlığı yordadığı görülmektedir.

1.3. Duygusal Zekâ

Zekânın öğeleri ne kadar kişinin zihinsel algılamaları olarak değerlendirilseler de, birbirinden farklı boyutları da bulunmaktadır. Bu boyutların her biri, kişinin sahip oldukları değer bütünlükleri ve algılama farklılıkları neticesinde, bireyin hem zihinsel hem de ruhsal gelişimini sağlamakta ya da gerilemesine neden olmaktadır. Duygusal zekâyı en genel olarak kişinin kendisini ve diğerlerinin duygularını anlayabilmesi hem de bu diğerinden ayırabilme ve duygularını yönetebilme becerisindeki potansiyel ve kapasitesi olarak da tanımlayabiliriz. Bunların bağlamında duyguların organize edilmesi, kavramdır (Yaşlıoğlu, 2013: 193).

Bridge (2003)'e de aynı şekilde açıklamaktadır. Yani bu duygu ve yeteneklerini kabul etmektedir. Bu yeteneklerin yenilerine hatta daha iyilerine de açık olmaktadır. Kişinin kendi işine odaklanabilmesi, hedefe odaklanabilmesi ve kendisi dışındaki kişilerinde duygularını anlayarak ihtiyaçlarını da fark ettikleri bir iletişim kurma yoludur. kurmaktadır. Greenleaf (2003) ise duyguları keşfederek bu duyguların duygusal büyüme aracılığı ile geliştirme yeteneği olarak tanımlamaktadır. Baltaş (2006), kendisindeki güçlü ve zayıf yanlarını duyguları aracılığı ile anlayabilmek, yaşanan yoğun stresli durumlardaki stresle başa çıkabilmesi ve insanların sahip olmayı

arzuladıkları kişi olmak, diğerlerinin neye ihtiyaç duyduklarını anlayabilmeleri için gerekli yetkinlikler olarak ifade edilmektedir.

Bu özelliklere sahip olan bir bireyin, duygularının farkında olması ve en önemlisi de bu özelliği akıllı bir şekilde kullanılması yaşam kalitesinin artmasına yardımcı olacaktır. Aynı zamanda ilişkilerinde profesyonel bir ilişkiler ağı oluşturmasında da önemli bir rol oynamaktadır (Üzel ve Hangül, 2012).

Duygusal zekâ, zaman içinde seviyesinde değişim göstermektedir. Bu gelişimi etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Bunlar genetik aktarımlar, cinsiyet değişkeni, ana baba tutumları ve çevre gibi faktörlerdir. Bu duygusal zekâ seviyesini, kişinin iletişim ve problem çözme kabiliyeti ve stresi yönetebilmesi olumlu veya olumsuz yönde etkilemektedir (Özdemir ve Dilekmen, 2014).

Duygusal zekânın seviyesinin yükselmesi ve olduğundan çok daha iyi bir yere gelebilmesi için kişide bulunması gereken on unsur sıralanmıştır (Tarhan ve ark., 2014: 124):

- Kendini tanıma (Farkındalık)
- Başkalarını tanıma (Empati kurabilme)
- İletişim kabiliyetleri, hayır diyebilme yetisi
- Motivasyon ve gelecek planlaması yapabilme
- Problem çözme kabiliyetleri
- Stres, öfke ve zaman yönetimi
- Hoşgörü ve bağışlayıcı olma
- Sözüne sadık kalma/sebatkarlık
- İşbirliği ve yardımseverlik
- Uzlaşmacılık

Salovey ve Mayer'ın kuramında ise kişilerin duygularını tanıması, anlaşılması, düzenlenmesi ve duyguların kullanılması için duygusal zekâyâ ait dört esas temel durumundan bahsetmektedir. Yani bir anlamda duyguların akılcı kullanılması da denilebilmektedir. Duygusal zekânın kişilerarası ilişkide başarılı ilişkiler geliştirmekte, diğer durumlara uyum sağlayabilmekte, kişinin sağduyusunun çevresi ile sağlıklı iletişimini geliştirmektedir. Birey kendisini, bir diğerini ve çevresinde olanları anlamakla ilişkilidir (Üncü, 2007).

Bu duygusal farkındalıkları olan kişilerin empatik yaklaşım ve etkili iletişim dilini kullanması aracılığıyla diğerlerini daha iyi anlamasına yardımcı olacaktır. Bu açıdan ele aldığımızda hem çevresel ilişkilerinde uyumlu ve mutlu olmalarının duygusal zekâ ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Goleman, 1999).

Duygusal zekânın özellikleri arasında öz kontrol, iyi oluş, duygusallık ve sosyallik boyutları olmak üzere dört farklı boyutu bulunmaktadır. Bunlar şu şekilde açıklanmaktadır; öz kontrol boyutu; bireyin kendi duygularını kontrol edebilmesi ve stresle başa çıkma yeteneğidir. İyi oluş boyutunda ise bireyin yaşamdan keyif alarak karşılaştıkları sorunları çözebilmek için yeterli motivasyona sahip olabilmesidir. İletişim kurarken, kendisinin ve de karşısındaki kişinin duygularını anlayıp bunları karşı tarafa aktarabilmesi ise duygusal boyutudur. Kişinin hem kendisi için hem de diğerlerinin haklarını gözetmesi, bu konudaki bireysel düşünce yapısının farklılığının farkındalığı ise sosyal boyutudur (Özdemir, 2015).

1.3.1. Duygusal Zekâ Kavramının Tarihsel Gelişimi

Edward Thorndike tarafından zekâyâ ilgili ilk araştırmalar gerçekleştirilmiş ve duygusal zekâ kavramı da ilk kez buradan temelini almıştır. 1920'lerde; bir diğerini anlayabilmek, ilişkileri yönetebilmek ve insan ilişkilerinde akılcı davranabilmeyi sosyal zekâ olarak açıklanmaktadır (Stapleton, 2005: 3).

Gardner, kişiler arası ilişkilerdeki zekânın dört farklı boyutunun olduğunu şu şekilde açıklamaktadır (Goleman, 1999: 164);

- **Kişisel olarak bağlantı kurmak:** Bir diğeri ile iletişim kurabilme ve empati yapabilmek,

- **Münazara yöntemi ile çözüm bulmak:** Olası çatışmaları öngörmek, engellemek ve çatışma çözümünü yapabilmek,
- **Grupları koordine edebilmek:** Belirli grup ve toplulukları harekete geçirebilecek organizasyonları yapabilmek,
- **Sosyal analiz yapabilmek:** Kişilerin düşünce, duygu, niyet ve problemlerini fark edebilme yeteneği olarak ifade etmektedir.

Daniel Goleman'ın, 1996'da çıkarmış olduğu "Duygusal Zekâ (EQ) Neden IQ'dan Daha Önemlidir?" isimli eserinde ilk kez EQ ve IO arasındaki farkın insan yaşamında farklı alanlarda etkinliği olduğuna dair atıfta bulunmuştur. EQ'nun sosyal yaşam üzerindeki gösterilen başarılarına katkısı olduğundan bahsetmiştir (Goleman, 1996: 62).

Kişilerin duygusal yeteneklerinin, bilişsel yeteneklerine göre daha çok yüksek performans sergilemelerine yardımcı olmaktadır. Sosyal çevresiyle sağlıklı bir iletişim kurabilen, gruplara uyum sağlayabilen ve duygularında olgunluk gösteren kişilerin daha yüksek başarılar elde ettiği görülmektedir. Bir anlamda sadece sistematik bir bilgi işleme süreci yeterli olmamaktadır. Olumlu, sinerjik, uzlaşmacı ve uyumlu ilişkiler geliştirebilmesi, empatik bir yaklaşım sergileyebilmesi, kendi beden dilini kontrol edebilmesi ve diğerininkini gözlemlene duyarlılığında olması, diğerlerinin de farkında olup onların duygularını da önemseyip, değerlendirilebilmesi, kararlı ve stresle mücadele edebiliyor olmaları yüksek duygusal zekâyâ sahip olan kişilerin kişisel özellikleri olarak sıralanmaktadır (Baltaş, 2006).

Kişiler ileri ki yaş dönemlerinde ilişkilerini daha sağlıklı, uyumlu, etkin dengeli bir şekilde yönetilebilmektedir. Bu durum duygusal zekâ becerilerinin, zaman içinde öğrenilebilir ve gelişebilir olduğundan kaynaklandığı görülmektedir (Gürsoy, 2005: 59).

Alan çalışmalarında bu görüşün etkisiyle duygusal zekânın gelişmesi için gerekliliklerine odaklanmasına sebep olmuştur. Kişinin çevresi ile geliştirdiği iletişim, deneyimler ve bu deneyimlerden aldıkları geribildirimler sayesinde gelişimlerini devam ettirmektedir. Bu gelişim ömür boyu da sürmektedir (Ersanlı, 2003).

Toplumsal düzende hem kişilerin eğitim hayatlarında başarılarının artmasına, hem de ilişkilerinin kalitesinin artmasına neden olabileceği yordamaktadır (Goleman, 1996: 62).

1.3.2. Duygusal Zekânın Önemi

Genel olarak toplum yapısı incelendiğinde; kişilerin sosyal süreçlerdeki uyum, iletişim sorunları yaşadıkları, huzursuz, çelişkili davranışlarda buldukları, olayları ve diğerlerini anlamlandırma ve değerlendirme problemleri yaşadıkları görülmektedir. Özellikle akademi anlamında başarılı olmalarına rağmen bu sorunlarla karşı karşıya da kaldıkları izlenmektedir. Elde edilen bu gözlemler, insan davranış bilimleriyle ilgilenen araştırmacıların odaklandıkları bir çalışma alanını da doğurmuştur. Araştırmacılar, insan beyni ve zekâ alanında çalışmalar yaparak beynin bilgi işleme süreçlerindeki bilgilerin yeniden yorumlanması ve değerlendirilmesi üzerinde durmalarına sebep olmuştur (Yılmaz, 2003: 22).

Duyguların temel alınarak muhakeme edilebilmesi, problem çözme yetisi gösterebilmesi ya da duyguların akılcıca yönetilebilmesi duygusal zekâ olarak ifade edilmektedir (Özdemir, 2015).

Yapılan araştırmalarda; kişilerin hayatta karşılaştıkları sorunlara karşı gerekli mücadeleyi gösterebilmesi, dürtü ve duygu kontrollerini yapabilmesi için duygusal zekâlarının yüksek olması gerektiği ön görülmektedir (Aysel, 2006: 85).

1.3.3. Duygusal Zekâ Modelleri

Zekâ ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi ve duygusal zekânın işleyişini insan yapısı baz alınarak incelenmiş araştırmalar bulunmaktadır. Yapılan çalışmalar duygusal zekânın bireysel süreçler üzerindeki etkisini incelerken, diğer bir yandan da kişiye yaşamsal katkılarının neler olacağı üzerinde çalışılmıştır (Aysel, 2006).

.Mayer ve Salovey'in yaklaşımlarına göre, kişinin hem kendi hislerini hem de diğerinin hissettiklerini anlayabilmesidir. Bu anlamlandırdıkları ile arasında ayırım yapılan yaptıkları bilgileri düşünce içeriklerindeki organizasyonu sağlayabilmesi ve aynı zamanda gerçekleştirilen davranışların referans gösterilmesini duygusal zekâ kavramı olarak tanımlamaktadır (Özdemir, 2015).

Uzun yıllar bu konuda araştırmalar yapılmış ve bu çalışmalar ışığında ölçekler geliştirmiştir. İlk kez duygusal zekâ kavramını ortaya çıkararak ve duygusal zekâ modellerinin de temelini bu görüşler üzerinden yapılandırılmıştır (Aysel, 2006: 56).

Duygusal zekâ modellerinden bir diğeri ise Goleman'ın “duygusal zekâ modeli”dir. Goleman daha çok kişinin kendi duygularını doğru tanımlayarak, içsel kaynakları aracılığıyla, kendini bir diğeriyle iletişim sağlayabilmek için motive eden ve bu süreçteki duygularını yönetebilmeyi duygusal zekâ olarak ele almıştır (zdemir, 2015).

Bu model de öz bilinç, empatik olma, içsel motivasyonu sağlama, duygularını doğru bir şekilde yönetebilme ve sosyal beceriler olmak üzere duygusal zekânın alt boyutları incelenmiştir (Kılıç, 2013: 15).

Bu alt boyutlar kişisel yeterlilikler ve sosyal yeterlilikler olmak üzere iki boyuta ayrılmaktadır. Goleman sonraki zamanlarda motivasyon kavramını da sosyal bilinç olarak, duygusal zeka modelini dört boyut olarak daraltmıştır. Belirtilen bu dört boyutun, kendi içinde 21 alt boyutu bulunmaktadır (zdemir, 2015).

Sawaf'ta, duygusal zekânın duyguları öğrenmek, duygusal derinlik, zindelik ve simya olmak üzere dört boyuttan oluştuğunu söylemektedir (Kavcar, 2011: 46). Cooper-Sawaf Modeli'nin dört boyutunu da şu şekilde açıklamak mümkündür (Acar, 2001: 29):

- **Duyguları öğrenmek;** duygusal sezgi, geri dönüt, dürüstlük ve enerji
- **Psikolojik dayanıklılık;** bireysel mevcudiyet, esneklik ve yenileme, olumlu memnuniyetsizlik, güven emberi
- **Duyuların derinliği;** yetki olmadan etki, adanmışlık dürüstlüğü yaşamak, zgn potansiyel ve amaç
- **Duygusal sezgi;** fırsatı sezinlemek, sezgisel gidişat, geleceği oluşturmak, düşüncelerin zamanla değiştiğini fark etmek.

Duygusal zekâ için geliştirilen diğeri modelde, Bar-On'un beş boyuttan oluşan modelidir.

Kişinin genel olarak hissetmiş olduğu ruh hali, kişilerarası ilişki kalıpları, stres yönetimi, diğerleri ile olan uyumluluk hali tamamen bireyin kendisine dair özelliklerini içermektedir (Kılıç, 2013: 21).

Bar-On'un duygusal zekâ kuramının alt boyutları şu şekildedir (Özdemir, 2015):

Genel ruh hali boyutu; mutluluk ve iyimserlik,

Kişiler arası ilişkiler alt boyutu; sosyal ilişkiler kurma, sosyal sorumluluk ve empati,

İçe dönüklük alt boyutu; duygusal farkındalık, öz saygı, kendini gerçekleştirme, kendine güveni, duygusal farkındalık ve bağımsızlık,

Uyumluluk alt boyutu; esneklik, problem çözme, gerçeklik,

Stres yönetimi boyutu; strese karşı nabız kontrolü ve strese tolerans.

1.3.4. Duygusal Zekâ Üzerine Yapılan Çalışmalar

Erginsoy (2002), kişilerarası ilişki stilleri ile duygusal zekâ değişkenlerinin aralarındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmasını üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda duygusal zekâ düzeyini çocuğun içinde bulunduğu sınıf ve cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı görülmektedir. Ancak yaş düzeylerinin duygusal zekâ üzerinde bir farklılığı olmadığı görülmüştür. Kişilerarası ilişki boyutları ile duygusal zekâ arasında olumlu bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Parker ve arkadaşları (2004)'nin yaptıkları araştırmada ise akademide okuyan çocukların duygusal zekâ düzeyi üzerine inceleme yapmışlardır. Evren ve örneklem grubu olarak Ontario Üniversitesindeki 372 öğrenci ele alınmıştır. Bu gruba lise dönemini tamamlamış, üniversiteye geçen öğrencilerin akademik başarısı ve duygusal zekâları arasındaki ilişki incelenmiştir. Duygusal zekâsı ortalamadan yüksek olanlar ile düşük olanları karşılaştırılmış ve her iki değişken arasında da yüksek bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Balcı (2004), araştırmasında önce annelerin duygularını güçlendirmeye yönelik bir eğitim vermiştir. Eğitim alan bu annelerin, eğitim sonundaki duygusal zekâ düzeyleri üzerindeki etkisini araştırmıştır. Özellikle bu araştırma da 60 aylık çocuklara sahip 20

anne üzerinde inceleme yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda duygularını güçlendirmek üzerine eğitim verilen bu grubun duygusal zekâ düzeylerinde artış gösterdiği ve bu eğitimlerinde etkili olduğunu göstermiştir.

Austin ve arkadaşları (2005) tarafından gerçekleştirilmiş olan araştırma duygusal zeka ile iletişim ve empati ölçekleri ders içeriği hakkında duygularını ölçmeye yönelik yapılmıştır. Bu çalışma tıp fakültesinde okuyan öğrencilere uygulanmıştır. Duygusal zekâsı yüksek olarak tespit edilmiş öğrencilerin iletişim alanında daha çok başarı gösterdikleri görülmüştür. Kadınların ise duygusal zekâlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Görünmez (2006) araştırmasında bağlanma stilleri ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmayı Kara Harp Okulu'ndaki öğrenci grupları üzerinde gerçekleştirmiştir. Duygusal zekânın becerileri ile güvensiz bağlanma stiline negatif bir ilişkisi olduğu saptanmıştır. Duygusal zekânın iki alt boyutu olan duygulardan faydalanma ve düzenleme ile güvenli bağlanma stilini yordadığı görülmektedir.

Dicle (2006)'nin çalışması duygusal zekânın, sosyal becerilerle olan ilişkisini incelemektedir. Bu araştırma üniversiteye giden öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuca göre de her iki değişkenin arasında anlamlı yönde ilişki olduğu bulunmuştur.

Wing ve arkadaşları (2006)'nın yürütmüş oldukları çalışma da 175 yetişkin üzerinden yaşamış oldukları duygusal deneyimlerini yazmaları istemiyle inceleme yapılmıştır. Olumlu yaşam deneyimleri yazmanın, hem yaşam doyumu açısından hem de duygusal zekâ üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Bu deneyimleri yazmanın ya da belirli bir sıraya göre yazmanın duygusal zekâ üzerinde herhangi bir ilişkisi olmadığı saptanmıştır.

Deniz ve Yılmaz (2006)'ın çalışmalarında, stresle başa çıkma stilleri ve duygusal zekâ değişkenleri ele alınmıştır. Her iki değişken arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bu çalışma, 428 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Elden edilen bulgulara göre; stresle başa çıkma alt boyutlarından soruna yönelme ile kişiler arası ilişkiler arasında anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Aynı şekilde uyumluluk boyutu ve stres stilleri arasında da anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Genel ruh durumu alt boyutu ile stresle başa çıkma stillerinden sosyal destek arama arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Aydın (2010)'ın gerçekleştirmiş olduğu çalışmada psikolojik sağlamlık ile umut düzeyi ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Bu çalışmadaki örneklem grubu üniversite öğrencileridir. Elde edilen bulguya göre umut ve duygusal zekânın psikolojik sağlamlılığı yordamaktadır.

Tosun (2013)'un araştırmasında ise duygusal zekâ düzeyleri ve dil öğrenme yetenekleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Çalışma grubunu vakıf üniversitesinde okuyan öğrencilerden seçmiştir. Cinsiyet değişkeni ile duygusal zekâ arasında ve kişilerarası ilişkiler içinde farklılık bulunmamıştır. Bunun yanı sıra duygusal zekâ, yazma, okuma, dinleme becerileri arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1.4. Benlik Saygısı

Benlik kavramı William James (1963) ile ortaya çıkmış olup bu dönemi takip eden yüzyıl boyunca da psikoloji alanında en fazla tartışılan konulardan biridir. James, bireyin bedeni, arkadaşları, kişisel özellikleri, ailesi gibi sahip olduğu her şeyin toplamından benliğin meydana geldiğini ifade etmektedir. Bir anlamda da en kapsamlı olarak bireyin kendisi için neye sahip olduğuna dair sorulan sorulara verilen cevapların hepsinin toplamı olarak tanımlanabilir (Kağıtçıbaşı, 2012: 112).

Genel olarak kişinin kendisini nasıl algıladığı göreceli bir değerlendirme süreci içinde gerçekleşmektedir. Bu durum kendilik değerlendirilmesi yapılarak elde edilen evrensel bir ölçüm olarak yapılmaktadır (Burger, 2006: 699).

Kişinin, benlik saygısı geliştirmesi ve kendisini beğenmesi için illâ ki üstün niteliklere sahip olması gerekmemektedir. Aslında bu durum, kişinin kendi özelliklerini yüksek ya da aşağıda görmesi ile ilgili değildir. Daha çok kendini değerli, sevilmeye değer, beğenilmeye değer, olumlu bulma yani kendinden memnun olma hali olarak görülmektedir (Yörükoğlu, 2004).

Benlik saygısı için yapılan bir diğer tanımlamada, kişinin kendini bütünüyle değerlendirme sistemi ve bunun sonucunda hissettiği benlik değeri olmasıdır. Aslında bu değerlendirmeler ve anlamlandırma süreçleri bir anlamda varsayımsal bir yapıyı oluşturmaktadır (Flouri, 2006:111).

Benlik saygısı kavramı için yapılan tanımlamalara bakıldığında, bilişsel ve duygusal değerlendirme olarak iki ana başlık altına toplanmaktadır. Tanımlanması açısından belirli değişkenlerle de açıklanabilir ve derinleştirilebilmektedir. Diğerleri tarafından kabul görme, kendini olduğu gibi kabul etme, yeterlilik, erken yaşam deneyimleri, genetik aktarım, sosyokültürel etkenlerin etkililiği ve gerçeklik algısı olarak da detaylandırılabilir (Budak, 2009).

Benlik kavramının aracılığıyla ortaya çıkan kişinin kendisine olan beğeni durumunda benlik saygısı olarak değerlendirilebilir. Bir kişinin olumlu ve yüksek bir benlik algısı geliştirebilmesi için içinde bulunduğu aile ortamı da önemlidir. Aile yaşantısı içinde yetişkinlerin hem birbirleriyle hem de çocukla sağlıklı iletişim kurabiliyor olması önemlidir. Özgüvenli, esnek, güven verici ve hoşgörülü bir tutuma sahip ebeveynler olması gerekmektedir. Aşırı baskıcı, otoriter bir tutum sergilemeleri çocuğun iç denetimleri ve benlik saygısı gelişimi açısından olumsuz etkilenmektedir. Bu durum bir anlamıyla da gelişimi ortadan kaldırmakta ya da azaltmaktadır (Örgün, 2000).

Benlik saygısı kavramı birçok araştırmaya konu olmuştur. Bu araştırmalarda; Mead, James ve Cooley benlik saygısı kavramını ‘düşük benlik saygısı’ ve ‘yüksek benlik saygısı’ olmak üzere yeni boyutları ele almışlardır. Bu kavram, iki boyutuyla ilk kez tanımlayan irdeleyen araştırmacılarıdır. Yüksek ve düşük benlik saygısı, kişinin algısındaki ‘gerçek benlik’ ile ‘ideal benlik’ arasındaki farkın oluşumunu ve derecesini belirlemektedir. İdeal ve gerçek benlik algısındaki farklılıklar kişinin benlik saygısının düşmesine sebep olacaktır. Bu durumun da etkisi kişi kendisini değersiz, yetersiz ve başarısız görmesine neden olmaktadır (Çankaya, 2007).

Eğer ki bir kişi kendisine yüksek benlik saygısına sahip olduğuna dair bir düşüncesi var ise kendi kapasitelerinden beklentileri de yüksek olduğu görülmektedir. Kişi kendisi ile ilgili bu yargısında elde ettikleri başarılar üzerine vermektedir. Bunun yanı sıra benlik saygısı, kişinin çevresi ile etkileşimi sonucunda iyi ya da kötü yönde etkilenebilmektedir (Dilek ve Aksoy, 2013: 96).

Kıskançlığı etkileyen faktörlerden birisinin de benlik saygısı olduğu söylenmektedir. Özellikle bunu benlik saygısı düşük olanların, yüksek olanlara göre kuşkuculuk eğilimlerinin daha fazla olması ile ilişkilendirilmektedir (Flouri, 2006). Benlik

saygısının başkalarının saygısı, yeterlik, kendilik kimlik olmak üzere üç bileşeni vardır. Bunlar şu şekilde açıklanmaktadır (Uzel, 2015: 19-20):

Başkalarının Saygısı: Düşük benlik saygısı olanların kendilerine olan güvenleri çok azdır. Yüksek olanların ise azimli, psikolojik dayanıklılıkları yüksek, iyimser özellikleri bulunmaktadır. Bu kişiler kendilerini saygıya değer, değerli ve önemli olarak algılamaktadır. Oysaki düşük olanlar daha kolay umutsuzluğa kapılmakta ve olumsuz ruhsal belirtiler gösterme riskine sahiptirler (Taşgit, 2012: 16).

Yeterlik: Rosenberg tarafından ele alınan benlik saygısı; kişinin kendisini olumlu ya da olumsuz olarak yorumlayan tutumu olarak tanımlanmaktadır. Yüksek-düşük olarak tanımlanan benlik saygısı iki boyutta incelenmektedir. Düşük benlik saygısı olan kişiler, kendilerinden memnuniyet duymayan bir anlamda kendi benliklerini reddeden kişiler olduğu görülmektedir. Yüksek olanlar ise hem kendilerini değerli hem de saygı değer olarak görmektedir (Güloğlu ve Kararımak, 2010: 76).

Kendilik Kimlik: Kişiyi diğerlerinden ayıran özelliklerinden oluşmaktadır. Kişinin kendisini sosyal yaşam içinde nasıl konumlandığı ve tanımladığını içermektedir (Uzel, 2015: 19-20).

Benlik saygısı yüksek kişiler, özellikle toplum tarafından olumlu bir intiba yaratmak, onlar hakkında pozitif düşüncelerde olmalarını, hayranlık duymalarını ve saygınlıklarını güçlü görmek eğilimindedirler. İyi şeyler yaptıklarında da övülmek istemektedirler. Benlik saygısı düşük olan kişiler daha çok kendilerini koruma eğilimi gösterirler. Özellikle toplum içinde küçük düşmekten ya da aşağılanmak endişesi yaşadıklarından toplumda ön plana çıkmaktan çekinmektedir. Kendilerini koruyucu yaklaşımları toplum önünde olumlu yönde ön plana çıkma isteğinden geri durmalarına sebep olmaktadır (Burger, 2006).

Miller'e göre, kişinin sağlıklı bir benlik yapılanmasının gerçekleşebilmesi için önemli ve etkin olanın duyguların yaşanması gerekliliğidir. Çocuğun olumlu ve sağlıklı bir benlik yapılanması geliştirilebilmesi için bakım verenleri ve çevresindeki kişilerin esnek, kabul edici, ilgili olması gerekmektedir. Bu bağlamda çocuğa destek sağlanmadığında, benlik oluşumunda hissetmesi gereken duygular hissedilemeyeceği gibi içselleştirme sürecinin gerçekleşmesinde de zorlanacağı söylenmektedir (Aydoğan, 2010). Bu çalışma, bu süreci değerlendirmek üzere benlik saygısı,

bağlanma stilleri, duygusal zekâ ve kıskançlık arasındaki ilişkileri değerlendirmektedir.

1.4.1. Benlik Saygısı İle İlgili Araştırmalar

Karakurt (2001) bağlanma boyutları ile romantik kıskançlığın temel sürecindeki alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma grubu, en az bir aylık ilişkisi olan 306 üniversite öğrencisinden seçilmiştir. Elde edilen bulgulara göre kıskançlıkla başa çıkma açısından ilişkiyi en az koruma eğilimleri gösterenlerin kayıtsız bağlanma geliştirenlerin olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanma geliştirenlerin, kıskançlık duygusu ile baş etmede ilişkilerini koruma eğilimlerine daha yatkın oldukları bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma geliştirenlerin, güvenli bağlanma geliştirenlere göre davranışsal kıskançlık oranların daha çok etkilediği sonucu elde edilmiştir. Duygusal ve bilişsel kıskançlık boyutunda bağlanma arasında anlamlı bir ilişkisi olmadığı görülmüştür. Ancak davranışsal kıskançlığın bağlanma stillerini anlamlı düzeyde etkilediği sonucunu elde edilmiştir.

Torun (2012)'un çalışması sosyal kimliğin kişideki kıskançlığına ve de başkasının üzüntüsüne sevinme değişkenleri üzerine yapılmıştır. İhtiyaç sahipleri kişilerin, maddi olanakları olan kişileri hangi boyutta kıskandıklarını incelemiştir. Bunun yanı sıra maddi durumları iyi olan kişilerin kötü şeyler yaşamalarına ne kadar sevinme eğiliminde oldukları incelenmiştir. Ölçek olarak hem kıskançlığı hem de başkasının üzüntülerine sevinenleri değerlendirmek üzere ölçek uygulamaları yapılmıştır. Örneklem grubu olarak Keçiören Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı'ndan maddi yardım alan 180 kişi ele alınmıştır. Bulgularına göre; maddi ihtiyacı olan insanların, maddi olanakları güçlü olan kişiye göre daha çok kıskanma eğiliminde buldukları sonucu elde edilmiştir. Bir başkasının üzüntüsüne karşı sevinme durumu ise daha çok yoksul kişinin, maddi olanakları yüksek olan kişiye karşı geliştirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Maddi olanakları yüksek olan kişiye karşı yoksul kişilerin, başlarına gelen kötü olaylara sevinmesi iş ve eğitim hayatlarıyla ilgili olmuştur.

Zeytinoğlu (2013) 'nun, evli bireylerin benlik saygıları, kıskançlık düzeyleri, evlilikte yaşadıkları çatışmalar ve evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmada anlamlı düzeyde bir ilişkinin olup olmadığına bakılmıştır. Aynı zamanda bu değişkenlerin yaş, cinsiyet, evlilik süresi, evlenme biçimi, eğitim düzeyi ve çocuk

sayısı açısından ilişkisine bakılmıştır. Araştırma neticesinde, yaşın ve eğitim düzeyinin kıskançlık düzeyi ile ilişkili olduğu bulunmuş; kıskançlık düzeyi ile diğer değişkenler arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır.

Gürdere (2015) bu çalışmasında duygusal zekâ düzeyinin stresle başa çıkma tarzları, kaygı ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. 300 üniversite öğrencisi ile çalışılmıştır. Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri uygulanmıştır. Duygusal zekâ ve etkili stresle başa çıkma tarzlarının kaygı ve depresyon belirtilerini anlamlı olarak olumsuz yönde etkilemiştir. Etkisiz stresle başa çıkma tarzlarının ise kaygı ve depresyon belirtilerini anlamlı olarak olumlu yönde etkilemiştir.

Delikoyun (2017)'un yapmış olduğu çalışmasında duygusal zekâ ile benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmayı Gaziantep Üniversitesinde gerçekleştirmiş, 123'ü kadın ve 76'sı erkek olmak üzere 199 üniversite öğrencisi üzerinde uygulamıştır. Demografik bilgi özelliklerine ve de anne babanın eğitim durumlarına bakılmıştır. Anket, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Bar-On Duygusal Zekâ ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda benlik saygılarının yeterli, duygusal zekâlarında ortalama düzeyde bulunmuş olup, duygusal zekâ ile benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sadece duygusal zekânın alt boyutu olan kişisel farkındalık ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur.

Kubar (2017)'de bağlanma stili ile benlik saygısının duygusal yeme arasındaki ilişkiye lise öğrenciler üzerinde araştırmıştır. Yapılan çalışma sonucunda da her iki değişken arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Kadınların duygusal yeme düzeyi erkeklere göre daha yüksek çıkmıştır. Erkeklerin güvenli bağlanma stiline kadınlarla oranla daha yüksek olduğu da elde edilmiştir.

1.5. Beliren Yetişkinlik

Bireyin, döllenme sürecinden başlayıp ölüm sürecine göre devam eden fiziksel, sosyal, duygusal ve bilişsel gelişim süreçlerini inceleyen gelişim psikolojisidir. Yaşam dönemlerin evrelerini fiziksel ve biyolojik değişimlerinden yola çıkarak ele alınmaktadır. Bu süreçleri döllenme süreci (doğum öncesi), bebeklik dönemi,

çocukluk dönemi, ergenlik dönemi, yetişkinlik dönemi ve yaşlılık dönemi olmak üzere gelişim süreçleri takip edilmektedir. Kültürlere göre bu süreçlerin farklı süreçlerde yaşanmasına karşın, bu dönemler bir yanı ile de evrensel olarak kabul edilmektedir. Son yıllarda, bu temel gelişimsel döneme yeni bir dönem olan “beliren yetişkinlik” (emerging adulthood) dönemi öneri olarak getirilmiştir (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

Bu kavramın yabancı kelimedenden çevrildiği için tam olarak anlamını karşılamaması problem olması ile birlikte ‘emerging’ kavramının Türkçe karşılığı tam karşılıyor olmasa bile “beliren” olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yüzden gelişim dönemi olarak “beliren yetişkinlik” olarak yer almaktadır. Türkiye’de yapılan çalışmalar içerisinde de bu terimin kullanılması tercih edilmektedir (Atak ve Çok, 2010).

Ergenlerle yapılan çalışmalarda temel olarak 10 ila 18 yaş aralığındaki kişileri ele almaktadır. Beliren yetişkinlik döneminde 18- 25 arasındaki yaşları aralığını almaktadır. Bu yaş grubundaki kişiler, ergenlik dönemini bitirdikleri için mutluluk duymaktadır ve ergen diye tanımlanmaktan hoşlanmadıklarını da ifade etmektedirler (Arnett, 2000).

Özellikle yetişkinlik döneminden yaşlılığa kadar uzanan yetişkinlik dönemi yaşamın en uzun dönemidir (18-65 yaş). Yaşamın içindeki yetişkinliğe atfedilen bütün roller ancak otuzlu yaşların başlarında edinilmektedir. Bu yüzden 30’lu yaş dönemindeki kişileri de erken yetişkin olarak adlandırmak daha uygun olduğu söylenmektedir (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

Yetişkinliğe geçiş kavramı da bu dönemi tanımlamak için uygun değildir. Çünkü geçiş kelimesi genellikle bireyin sosyal rollerinde uzun süreli değişiklikler doğuran olayları ifade etmek için kullanılır. Araştırmacılar, yetişkinliğe geçiş sürecinin farklı yaşanmasında ekonomik, demografik ve kültürel olmak üzere üç farklı etmenin önemli olduğunu öne sürmektedirler (Arnett, 2000).

Endüstri toplumu olmasından bağımsız olarak, toplulukçu ya da bireycilik boyutu sosyalizasyon süreçleri vasıtası ile yetişkinliğe geçişin kriterlerini etkilemektedir. Toplulukçu kültürler de, çocuğun ilişkisel benliğinin geliştirilmesini içerdiği söylenmektedir. Aile ve çocuk arasındaki maddi ve manevi açıdan karşılıklı bağımlılık bulunmaktadır. Çocuğun değerlerini ve yaşam şeklini seçmesi ise göreceli olarak az oranda desteklenmektedir. Burada çocuğun bireysel gelişim süreçlerinden daha çok

sosyal ölçütler kabul edilmektedir. Bireyci kültürlerde ise kişinin kendisini ifade etmeye, bireyliğini ve bağımsızlıklarını ön plana çıkarmaktadır. Özellikle çocuk yetiştirme de bağımsız bir yaklaşım ve özgür bir benlik geliştirilebilmesi için gerekli imkânlar sağlanmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2012).

Arnett (2000)'e göre beliren yetişkinlik döneminin diğer gelişimsel dönemlerden farklı olarak evrensel olmadığını savunmaktadır. Aynı şekilde bu dönemin varlığının ve içeriğinin kültür yapısından etkileneceğini de ifade etmektedir. Bu anlamda bireyci kültürlerin içinde bağımsız roller sergilemesine olanak sağladığı için beliren yetişkinlik döneminin görülmesi daha yüksektir.

1.5.1. Beliren Yetişkinlik Döneminin Temel Özellikleri

Beliren yetişkinlik dönemini ergenlik ve yetişkinlik döneminden ayıran beş temel özellik bulunmaktadır. Bunlar; kimlik arayışı, istikrarsızlık, kendine odaklanma, arada kalmışlık ve sonsuz olanaklara sahip olma düşüncesidir. Bu özellikler bu dönemde çok daha belirgin ve yoğun şekilde görülmektedir ve sadece belirgin yetişkinlik dönemine özgü özellikler değildir (Arnett, 2000).

Kimlik Arayışı: Bu yetişkinlik dönemi, kişinin ne olduğunu ve yetişkinlikte iş ve aşk bağlamında nasıl bir yaşam istediğini keşfetmeye yönelik bir dönemdir. Beliren yetişkinler, bu dönemde birçok iş ve ilişki deneyimi yaşayarak kendilerine gelecek için en uygun olan seçeneği bulmaya çalışmaktadır. Beliren yetişkinler bu süreçte kişiliklerine uygun bir eğitim alarak kendilerini gerçekleştirebilecekleri, haz alabilecekleri ve doyum sağlayabilecekleri bir iş bulmaya çalışmaktadır (Arnett, 2000).

Son 50 yılda bu alanda yapılan çalışmalar, kimlik gelişimi görevinin ergenlikten 20'li yaşların ortalarına kadar devam ettiğini göstermektedir. Kimlik keşfi sürecinde birey, kim olduğunu ve hayatta neler yapmak istediğini araştırmaktadır. Beliren yetişkinler, yetişkin rollerine adım atmadan önce değişik alanlarda kimlik arayışlarını sürdürmektedirler. Ergenlikte flört ilişkileri genellikle kısa süreli olmakta ve daha çok arkadaşlık ve romantik ilişki bazında yaşanmaktadır (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

İstikrarsızlık: Diğer gelişimsel dönemler ile karşılaştırıldığında, beliren yetişkinlerin yaşamlarının oldukça değişken olduğu görülmektedir. Yaşamın çok farklı alanlarında

keşif yapan bireyler için bu dönemin değişken, kararsız ve istikrarsız bir dönem olması olağan olarak karşılanmalıdır. Beliren yetişkinler, hayatın birçok alanında planlar yapmakta ve önlerinde çeşitli seçeneklerin olduğuna inanırlar. Birçok beliren yetişkinlikte kişiler mesleki kariyerleri hakkında sürekli fikir değiştirmekte ve yeni planlar yapmaktadır (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

Kendine Odaklanma: Arnett (2004)'e göre bu dönemdeki kendisine odaklanma sürecinin bencillik olarak değil, kişilerin bu süreci yaşaması gereken normal ve geçici bir süreç olarak görülmesi gerekmektedir. Beliren yetişkinler bu süreçte, kendilerini daha iyi tanımayı ve kendi ayakları üzerinde durabilmeyi öğrenmektedir. Ayrıca, kendilerine odaklanma sayesinde kimlik keşfini gerçekleştirip yetişkinlik için gerekli olan becerileri kazanmaya başlamaktadır. Aynı zamanda beliren yetişkinler, ergenlik döneminde ailelerine bağlı oldukları için yaşayamadıkları ve yetişkinlik döneminde ise başkalarına karşı olan sorumlulukları nedeniyle yaşayamayacakları bu özgürlüğün tadını çıkarmaktadır (Akt. Arnett, 2010).

Arada Kalmışlık: Bu dönemin diğer bir özelliği de bireylerin kendilerini yetişkin görme konusundaki karmaşık duygu ve düşünceleridir. Beliren yetişkinlik dönemdeki bireylerin çoğu kendilerini ne bir ergen ne de bir yetişkin olarak görmekte, yetişkinliğe uzanan yolda bir yerlerde olduklarını düşünmektedir. Bir anlamda kişi kendisini hem yetişkin olarak görmekte ancak bir yerden de kendi sorumluluklarını almak ve özgürlüğünü kazanmak süreci ile ancak gerçekleşecek uzun bir süreçtir (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

Sonsuz Olanaklar: Beliren yetişkinlik dönemindeki kişilerin geleceklere hakkında 'büyük umutlar ve yüksek beklentilere' içinde oldukları bir dönem özelliği gösterilmektedir (Arnett, 2001). Bir anlamda bu dönemdeki beliren yetişkinlerin geleceklere olumlu olarak değerlendirmekte ve çıkan tüm fırsatları da en iyi şekilde değerlendirileceklerine inanmaktadır.

Ülkemizin son yıllarında sosyal, ekonomik ve kültürel koşullar özellikleri de şehir yaşantısında olan ve yüksek bir eğitim düzeylerine ulaşan kişiler arasında beliren yetişkinlik döneminin benzer yaş aralıklarında oldukları görülmektedir. Elbette bu dönemde Türkiye'de gözlemlenen temel özellikleri ile diğer batı ülkelerinde görülen dönem özelliklerinden daha farklı olabilir. Türkiye de bu anlamda yapılan çalışmalar

beliren yetişkinlik döneminin kültürel ve ekonomik koşulların kısıtlılığı içinde gerçekleşmekte ve bu dönemin içinde aileye bağlılığın göreceli olarak daha fazla korunmaktadır. Bu sonuçlar elde edilmiş olsa bile bu araştırmalar kısıtlıdır ve yetişkinlerin yaşam dönemlerinin temel özelliklerinin incelendikleri yeni çalışmalar yapılmasına ihtiyaç vardır (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

Arnett (2007)'e göre beliren yetişkinlik ve genç yetişkinlik dönemi içinde 18-40 yaş arasındaki yaşam dönemini tanımlamaktadır. Görüldüğü gibi bu dönem oldukça uzun bir yaş aralığını kapsamaktadır. Bu yaş aralığına bakıldığında 18 yaşındaki bir birey ile 35 yaşındaki bir bireyi karşılaştırmak ve aynı gelişim döneminde olduklarını söylemek oldukça zordur (Akt. Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

İsminden de anlaşılacağı üzere, genç yetişkinlik tanımı bireylerin yetişkinliğe eriştiğini öngörmektedir (Arnett, 2000). Bu noktada yetişkinlik rollerini henüz üstlenmemiş bireyler için yetişkin tanımının yapılması doğru olmayacaktır (Doğan ve Cebecioğlu, 2011).

1.6. Araştırmanın Amacı ve Soruları

Bu araştırmanın amacı, bağlanma ile kıskançlık arasındaki ilişki araştırılmaktadır. Bağlanma, bireyin kişilik yapısında önemli bir etken olarak literatürde çeşitli araştırmalarda yer almaktadır. Dolayısıyla yetişkinlik döneminde kişilik yapısı, bireyin davranışları, düşünceleri, algıları ve olayları yorumlama biçimleri gibi birçok hususa da etki edecektir. Araştırmada bağlanma, kaçınarak ve kaygılı bağlanma olarak ele alınmıştır. Bu perspektifte, bağlanma biçimine göre kıskançlık düzeyinin farklılaşp farklılaşmadığının irdelenmesi bu araştırmanın amacını teşkil etmektedir. Araştırmanın diğer değişkenleri olan “Benlik Saygısı” ve “Duygusal Zekâ” değişkenlerinin bağlanma kıskançlık ilişkisinde etkilerinin belirlenmesi de araştırmanın amaçları içerisinde yer almaktadır.

Araştırmanın amacı doğrultusunda, araştırmanın problemi;

“Beliren yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde kıskançlık düzeyi ve bağlanma davranışı arasındaki ilişkide duygusal zekâ ve benlik düzeyinin rolü nedir?”

Araştırmanın alt problemleri ise aşağıda sıralanmaktadır:

- 1- Beliren yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde bağlanma davranışı ile kıskançlık arasında ilişki var mıdır?
- 2- Beliren yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde bağlanma davranışı ile kıskançlık arasındaki ilişkide duygusal zekânın rolü nedir?
- 3- Beliren yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde bağlanma davranışı ile kıskançlık arasındaki ilişkide benlik saygısının rolü nedir?

1.8. Araştırmanın Önemi

Bu araştırma, psikoloji disiplini açısından farklı değişkenlerden oluşan model örüntüsünün ortaya koyacağı sonuçlar bağlamında önem taşımaktadır. Bağlanma, birçok araştırmanın ilgi odağı olmakla birlikte kişilik gelişimine etkisi doğrultusunda ele alınmakta ve bağlanma biçimlerinin bireyin yaşam seyrindeki etkileri ilgi görmektedir. Bu araştırmada, bağlanmanın kıskançlığa etkisinin yanı sıra benlik saygısı ve duygusal zekânın da bu ilişkiye dâhil edilmesiyle birlikte daha geniş bir perspektif oluşmuş ve tekil ilişkinin irdelenmesi yerine çoklu etkenlerin bağlanmanın etkisindeki rolünü değerlendirme imkânı doğmuştur. Bu sebeple, psikoloji disiplini için anılan bu çeşitlilik itibariyle farklı bir bakış açısı ve kaynak niteliği taşıması itibariyle önem arz etmektedir.

Ayrıca, kıskançlık duygusal bir tepki olmakla birlikte benlik ve duygusal zekâ kavramlarının bu tepkide rol sahibi olmaları beklenir. Araştırmada duygusal zekânın da bağlanma-kıskançlık etkileşimine dâhil edilmesi ile birlikte kişinin Duygusal Farkındalık, Duygu Yönetimi, Öz Motivasyon, Empati ve Diğerlerinin Duygularını Yönetme alt boyutları düzeylerine bağlı olarak kıskançlık davranışını nasıl şekillendirdiği noktasında bilgi vermektedir. Araştırmacının yaptığı literatür taraması sınırlılığında bu yönde herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu itibarla literatüre katkı yapacağı düşünülmekte ve bu yönü itibariyle de önem arz edeceği düşünülmektedir.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmada, farklı yaş gruplarında kıskançlık düzeyi ile bağlanma davranışı, duygusal zekâ ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada niceliksel yöntemlerin yanı sıra ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. “*İlişkisel tarama modelleri, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir*” (Büyüköztürk, 2010).

2.1. Örneklem

Bu araştırmanın evreni İstanbul İli olarak belirlenmiştir ve bu evrenden alınan araştırma grubu, kartopu örnekleme yöntemi ile oluşturulmuştur. Bu örneklemede, öncelikli olarak evren içerisinde herhangi bir birim ile temas kurulur. Ardından, temas kurulan kişinin aracılığıyla ikinci bir birime ulaşılır. Buradan da üçüncü birime ulaşılarak bir kartopunun yuvarlandıkça büyümesi temsiline benzer olarak örneklem genişletilir (Büyüköztürk, 2010).

Örneklem grubu, 2015 yılı içinde kartopu yöntemi ile seçilmiş ve İstanbul ilinin Bakırköy, Beşiktaş, Bahçelievler, Büyükçekmece, Üsküdar ve Kadıköy semtlerinde ikamet eden 25-50 yaş arası kişilerden oluşmaktadır. Örneklem 100 kadın ve 132 erkek olmak üzere 232 kişiden oluşmaktadır. Kişiler ölçekleri kendileri doldurup, teslim etmiştir. Araştırmada cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyleri değişkenleri ele alınmıştır. Araştırmada veri toplamak amacı ile Demografik Bilgi Formu, Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği (ÇBKÖ), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE), Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ve Duygusal Zekâ Ölçeği (DZÖ) kullanılmıştır.

Örnekleme ilişkin demografik özellikler değerlendirildiğinde, katılımcıların %56,9'unun erkek ve %43,1'inin de kadınlardan oluştuğu görülmektedir. Bununla

birlikte, %46,6'sı 25-34 yaş aralığında ve %53,4'ü de 35-50 yaş aralığındaki kimselerden oluşmaktadır.

Katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde ise yoğunluğun lisans mezunlarında olduğu (%48,7) görülmektedir. Bununla birlikte lise mezunu oranı %17,2 ve lisansüstü mezunu oranı da %34,1 olarak bulgulanmıştır (Tablo 2. 1).

Tablo 2. 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Erkek	132	56,9
	Kadın	100	43,1
	Toplam	232	100,0
Yaş	25-34	108	46,6
	35-50	124	53,4
	Toplam	232	100,0
Eğitim	Lise	40	17,2
	Lisans	113	48,7
	Lisans Üstü	79	34,1
	Toplam	232	100,0

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla, Demografik Bilgi Formu, Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Anketi ve Duygusal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen bu formda katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin sorular bulunmaktadır. Katılımcılardan yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi ile ilgili soruları yanıtlamaları beklenmektedir.

2.2.2. Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği

Pfeiffer and Wong (1987) tarafından geliştirilmiş ve Karakurt (2001) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmış olan ölçeğin amacı kıskançlık durumunda

ortaya çıkan, bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin ölçülmesi şeklindedir. Ölçek 7 basamaklı Likert yapıda geliştirilmiştir. Ölçekten hem toplam puan, hem de her bir alt ölçeğe ait puan elde edilebilmektedir. Toplam puanda ve her bir alt ölçekte puanın artması toplam kıskançlığın ya da alt ölçeğin ölçtüğü kıskançlık puanının arttığı anlamına gelmektedir. Orijinal ölçek için yapılan faktör analizi çalışması sonucunda üç faktör belirlenmiştir. İlk faktör (bilişsel kıskançlık) varyansın % 33.1'ini, ikincisi (davranışsal kıskançlık) 13.6'sını ve üçüncüsü (duygusal kıskançlık) 11.7' sini karşılamaktadır. Her bir faktörde 8 madde bulunmaktadır. Yapılan güvenilirlik çalışmasında alt ölçeklerin güvenilirliği $\alpha = .80 - \alpha = .90$ aralığında tespit edilmiştir.

Yapılan faktör analizi neticesinde ölçeğin orijinali ile tutarlı bir biçimde –bilişsel, duygusal ve davranışsal kıskançlık alt ölçekleri– üç faktör elde edilmiştir. Bu faktörlerden birincisi olan bilişsel kıskançlığın varyansın %23'ünü açıkladığı, ikinci faktör olan davranışsal kıskançlık %21'ini ve üçüncü faktör olan duygusal kıskançlık ise %18'ini açıkladığı bildirilmiştir. Araştırmacının pilot çalışmasında alfa değerleri bilişsel kıskançlık için .91, davranışsal kıskançlık için .86 ve duygusal kıskançlık için .86 olarak bulunmuştur. Orijinal çalışmasında ise alfa değerleri duygusal kıskançlık için .81, davranışsal kıskançlık için .80 ve bilişsel kıskançlık için .84 bulunmuştur. Bu çalışmada da iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Bu değerler duygusal kıskançlık için .86, davranışsal kıskançlık için .87 ve bilişsel kıskançlık için .96 olarak bulunmuştur.

2.2.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri (YIYE) Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Sümer (2006) tarafından yapılan ölçek, 36 maddeden oluşmaktadır. Bağlanmayı Kaçınma (attachment avoidance) ve kaygı (attachment anxiety) olmak üzere iki boyutlu olarak ele alan ölçekte kaçınarak bağlanma faktör skorun hesaplamasında tek sayılı maddelerin ortalamaları alınırken kaygılı bağlanma faktörüne ilişkin skor hesaplanmasında ise çift sayılı maddelerin ortalamaları dikkate alınmaktadır. Bunun yanı sıra ölçekte, 3, 15, 19, 22, 25, 27, 29, 31, 33 ve 35 nolu maddelerin ters kodlandığı bildirilmiş, araştırmada bu maddeler ters kodlanarak işleme alınmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları, sırasıyla 0.872 ve 0.906 olarak bulunmuştur. Kaygı alt boyutundan alınan yüksek puan yüksek kaygı düzeyine,

kaçınma alt boyutundan alınan yüksek puan yüksek kaçınma düzeyine işaret etmektedir.

2.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri

Rosenberg (1965) tarafından oluşturulan ve on maddeden oluşan 7'li likert yapıdaki Benlik Saygısı Envanteri, Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Araştırmacı, ölçeğin iç tutarlılık katsayısını $\alpha=.90$ olarak bildirmektedir. Ölçeğin orijinali 12 alt boyuttan oluşmakta ve ilk on madde benlik saygısı alt testi olarak bildirilmektedir. Guttman ölçüm şekline göre yapılandırılmış olan ölçekte olumlu ve olumsuz maddeler art arda sıralanmıştır. Ölçek puanlamasında belirlenen yanıt anahtarına göre yanıtların aldığı puanlar üzerinden hareket edilmekte bir kişi ölçekten 0 ile 6 aralığında bir puan alabilmektedir. Alınan puan tanımlanan aralıklara göre değerlendirilmektedir. Buna göre 0-1 puan yüksek benlik saygısı, 2-4 puan orta benlik saygısı ve 5-6 puan düşük benlik saygısı olarak ifade edilmektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı $\alpha=.75$ olarak analiz edilmiştir.

2.2.5. Duygusal Zekâ Ölçeği

Duygusal Zekâ ölçeği, duygusal farkındalık, duygu yönetimi, öz motivasyon, empati ve başkalarının duygularını yönetme şeklinde beş alt boyuttan oluşan ve 6'lı likert yapıda bir ölçektir. Ölçeğin değerlendirilmesinde Bar-On (2000) tarafından oluşturulan prosedürler ve metodlar kullanılmıştır. 30 maddeden oluşturulan bu ölçeğin iç tutarlılığı ve geçerliliği Cronbach alfa ($r=.83$) kullanılarak ölçülmüştür. Bu araştırma kapsamında yapılan istatistik sonucunda Cronbach-alfa değeri .89 olarak elde edilmiştir. Ölçek madde puanlarının toplamı üzerinden puanlandırılmıştır. Her madde, 1-kesinlikle katılmıyorum ve 6- kesinlikle katılıyorum aralığında puan almakta ve puanların toplamı ile de faktör ve toplam puan hesaplanabilmektedir. Standart sapmanın düşürülmesi için faktör puanları oluşturulmuştur. Bu puanların hepsinin toplamı, genel duygusal zekâ puanını vermektedir. 1-2-4-17-19 ve 25'inci sorular duygusal farkındalığı, 3-7-8-10-18- ve 30'uncu sorular kendi duygularını yönetmeyi, 5-6-13-14-16 ve 22'inci sorular öz motivasyonu; 9-11-20-21-23 ve 28'inci sorular empatiyi ve 12-15-24-26-27 ve 29'uncu sorular ise diğerlerinin duyguların yönetme becerisini ölçmektedir.

2.3. İşlem

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına göre sağlanmıştır. Veri toplama araçları bölümünde söz edilen ölçeklere bir adet yönerge eklenerek ölçekler oluşturulmuştur. Daha sonra ölçek dijital forma dönüştürülüp, örneklem belirleme şekline uygun olarak internet üzerinden ilk birime ulaştırılmış ve bu şekilde diğer katılımcılara ulaşarak kartopu örnekleme modeline uygun olarak veriler toplanmıştır.

Araştırmada katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen veriler, çözümlenebilirliği için bilgisayara yüklenmiştir. Veri çözümlemesi yapılırken demografik sorular frekanslar ve yüzdeleri kapsayacak şekilde tablo halinde sunulmuştur. İstatistiksel analiz bilgisayarda SPSS-16.0 paket programı ile yapılmıştır.

Elde edilen veriler, normallik testine tabi tutulmuş ve verilerin normal dağılım sergiledikleri, basıklık (kurtosis) ve eğiklik (skewness) değerlerinin normal dağılıma ilişkin aralıklarda olduğu görülmüştür.

Basıklık ve eğiklik katsayıları normal dağılım sergileyen değişkenler için 0 olarak görülür. Dağılımın normalden sapması halinde basıklık ve eğiklik değerleri de 0'dan sapacaktır. Ancak bu sapmanın normal dağılımdan anlamlı bir biçimde farklılaşmadığının söylenebilmesi için basıklık ve eğiklik değerlerinin -1,5 ile +1,5 aralığında kalması beklenir (İslamoğlu, 2009).

Verilerin normalliğinin tespiti ile birlikte parametrik testlerin kullanımına karar verilmiş; betimleyici istatistiklerden frekans (f) ve yüzde (%) kullanılmış, ikili gruplar için varyansların farklılaşmasının test edilmesine t-testi ve iki den fazla gruplar için de One-Way ANOVA'ya başvurulmuştur. Bununla birlikte, değişkenler arası ilişkinin belirlenmesinde korelasyon analizi kullanılmış, ilişkili değişkenler arasındaki ilişkinin boyutlarının belirlenmesinde ise çoklu regresyon yöntemi tercih edilmiştir.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde örneklem grubuna ait istatistiksel analizlere yer verilmekte, bulgular tablolar yardımı ile açıklanmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen verilerle ilgili tanımlayıcı bulgular ve istatistiksel analiz sonuçları aşağıdaki gibidir: çalışmaya 132 erkek, 100 kadın toplam 232 kişi katılmıştır.

3.1. Çok Boyutlu Kıskançlığa İlişkin Bulgular

Ölçeğe ilişkin olarak yapılan faktör analizi ile üç faktörlü yapı elde edilmiş ve bu faktörler aşağıdaki şekliyle verilmiştir.

Tablo 3. 1. Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği Faktör Yapısı

	Bilişsel	Duygusal	Davranışsal	α
X'e geçmişteki ve bugünkü romantik ilişkileri hakkında sorular sorarım	,720			
Sadece yanında kim olduğunu görmek için X'e sürpriz ziyaretler yaparım	,507			
X'in karşı cinsten birisiyle gizlice görüştüğünden şüphe ediyorum	,518			,929
Karşı cinsten birinin X'in peşinden koşuyor olmasından kaygı duyuyorum	,654			
X'in başka birisinden etkilenmiş olmasından şüpheleniyorum	,863			
X'in benim arkamdan karşı cinsten bir başkasıyla fiziksel yakınlık kurmuş olmasından kuşkulaniyorum	,886			
Karşı cinsten bazı insanların X'e romantik ilgi duyuyor olduğunu düşünüyorum.	,719			
X'in gizlice karşı cinsten birisiyle romantik yakınlık kurmakta olduğunu düşünüyorum	,923			
Karşı cinsten birisinin X'i ayarttığından endişe ediyorum	,873			

X'in karşı cinsle aşırı tutkun olduğunu düşünüyorum	,801	
X size karşı cinsten bir başkasının ne kadar iyi görüldüğü hakkında yorum yapıyorsa	,646	
X karşı cinsten birisiyle konuşmak için aşırı ilgi ve heyecan gösterirse	,856	,876
X karşı cinsten birisine sıcak bir tavırla gülümserse	,624	
X karşı cinsten birisiyle flört ederse	,869	
Karşı cinsten birisi X'le çıkarsa	,856	
X karşı cinsten birisini kucaklar ve öperse.	,763	
X karşı cinsten birisiyle çok yakın çalışırsa	,701	
X'in çekmecelerini, el çantasını ve ceplerini kontrol ederim		,744
X'i hiç beklemediği zamanlarda orada olup olmadığını anlamak için ararım.		,637
Eğer X karşı cinsten birisine ilgi gösterirse onun hakkında kötü şeyler söylerim		,475
X'e telefon konuşmaları hakkında sorgularım		,822
X'e nerede olduğu konusunda sorular sorarım		,605
X'i ne zaman karşı cinsten birisiyle konuşurken görsem araya girerim.		,773
		,791

Tablo 3.1'in verileri doğrultusunda çok boyutlu kıskançlığın alt faktörleri olarak bilişsel duygusal ve davranışsal kıskançlık boyutları elde edilmiştir. Bilişsel kıskançlığa ilişkin iç tutarlılık kat sayısı $\alpha=,929$ olarak analiz edilmiştir ve tek başına bilişsel kıskançlık faktörü ölçek varyansının %28,45'ini karşılamaktadır. Duygusal kıskançlık faktörü için analiz edilen iç tutarlılık kat sayısı $\alpha=,876$ olarak belirlenmiş ve bu ilk iki faktör toplan varyansın %48,730'unu karşılamaktadır. Üçüncü faktör olan davranışsal kıskançlık için $\alpha=,791$ olarak analiz edilmiş ve bu üç faktör toplamda varyansın %63,17'sini karşılamaktadırlar.

Araştırmada, kıskançlık alt boyutlarının demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı analiz edilmiştir. Bu doğrultuda, cinsiyetin kıskançlık alt boyutları için fark unsuru olup olmadığı bir diğer ifadeyle kıskançlığın cinsiyet ile istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki sergileyip sergilemediği analiz edilmiş, elde edilen analiz sonuçları Tablo 3.2 ile verilmiştir.

Tablo 3. 2. Kıskançlık Alt Boyutlarının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Duygusal Kıskançlık	Erkek	132	5,6948	1,04454	-,455	,650
	Kadın	100	5,7571	1,02121		
Bilişsel Kıskançlık	Erkek	132	2,4842	1,46343	-,502	,616
	Kadın	100	2,5818	1,47240		
Davranışsal Kıskançlık	Erkek	132	2,3364	1,19804	-,297	,767
	Kadın	100	2,3840	1,22884		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Kıskançlık cinsiyet ilişkisi değerlendirildiğinde kıskançlığın alt boyutları ile cinsiyet arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmektedir, sırasıyla, $t = -,455, -,502, -,297, p > ,05$. Diğer bir ifadeyle kadın ve erkeklerde kıskançlık algısı her üç boyut için de aynı şekilde gelişmektedir (Tablo 3.2).

Benzer şekilde kıskançlık ile yaş ve eğitim durumu ilişkisi analiz edilmiştir.

Tablo 3. 3. Kıskançlık Alt Boyutlarının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Duygusal Kıskançlık	25-34	108	5,7116	1,07403	-,138	,891
	35-50	124	5,7304	,99979		
Bilişsel Kıskançlık	25-34	108	2,5539	1,41156	,267	,789
	35-50	124	2,5022	1,51516		
Davranışsal Kıskançlık	25-34	108	2,4778	1,31443	1,424	,156
	35-50	124	2,2516	1,10369		

* $p < 0,05$: Anlamli fark vardır.

Katılımcıların yaşlarına göre kıskançlığın farklılık gösterip göstermediği analiz edildiğinde duygusal, alt boyut için de yaşa bağlı olarak istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir, sırasıyla, $t = -,138, ,267, 1,424, p > ,05$.

Tablo 3. 4. Kıskançlık Alt Boyutlarının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	F	p
Duygusal Kıskançlık	Lise	40	5,7500	,66437	,076	,927
	Lisans	113	5,7370	1,11486		
	Lisan üstü	79	5,6854	1,07305		
Bilişsel Kıskançlık	Lise	40	2,7864	1,05988	1,584	,207
	Lisans	113	2,5849	1,69144		
	Lisan üstü	79	2,3107	1,26451		
Davranışsal Kıskançlık	Lise	40	2,8850	1,27532	5,139	,007*
	Lisans	113	2,1858	1,15069		
	Lisan üstü	79	2,3342	1,19517		

* $p < 0,05$: Anlamli fark vardır.

Diğer bir demografik değişken olan eğitim durumu ile kıskançlık boyutları arasındaki ilişki irdelenmiş, elde edilen analiz bulguları Tablo 3. 4 ile verilmiştir. Analiz sonucunda elde edilen veriler doğrultusunda eğitim düzeyi ile kıskançlık boyutları arasında; duygusal ve bilişsel kıskançlık bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür, sırasıyla, $F(2, 229) = ,076, 1,584, p > ,05$. Öte yandan davranışsal kıskançlık için eğitim düzeyine bağlı olarak farklılık olduğu bulunmuştur, $f(2, 229) = 5,139, p < ,05$. Bu farklılık, çoklu karşılaştırmalar testi ile irdelenmiş ve lise mezunları ile lisans ve yüksek lisans mezunları arasında davranışsal kıskançlığa ilişkin farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu farklılık için grup ortalamaları değerlendirildiğinde ise lise mezunlarının davranışsal kıskançlık ortalamalarının lisans ve yüksek lisans mezunlarına nazaran daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 3. 4).

3.2. Bağlanmaya İlişkin Bulgular

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan bağlanma, kaçınarak bağlanma ve kaygılı bağlanma şeklinde iki boyutlu olarak ele alınmıştır. Bağlanmanın bu iki boyutu ile demografik değişkenler arasındaki ilişki irdelenmiş, elde edilen analiz bulguları aşağıdaki tablolar aracılığıyla verilmiştir.

Tablo 3. 5. Bağlanma Alt Boyutlarının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Kaçınarak Bağlanma	Erkek	132	3,2534	1,06952	,497	,619
	Kadın	100	3,1844	1,01276		
Kaygılı Bağlanma	Erkek	132	3,6237	1,20145	-,874	,383
	Kadın	100	3,7622	1,18655		

* $p < 0,05$: Anlamli fark vardır.

Bağlanma cinsiyet ilişkisi analiz sonuçları incelendiğinde kaçınarak bağlanma ve kaygılı bağlanma değişkenleri için cinsiyetin bir fark unsuru olmadığı, diğer bir ifadeyle kaçınarak bağlanma düzeyi ile cinsiyet arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir, sırasıyla, $t = ,497, -,874, p > ,05$ (Tablo 3.5).

Bir diğer demografik değişken olan yaş ile bağlanma biçimleri ilişkisi irdelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3. 6 ile verilmiştir.

Tablo 3. 6. Bağlanma Alt Boyutlarının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Kaçınarak Bağlanma	25-34	108	3,0144	,95586	-2,895	,004*
	35-50	124	3,4059	1,08594		
Kaygılı Bağlanma	25-34	108	3,6229	1,10906	-,719	,473
	35-50	124	3,7361	1,26626		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Tablo 3. 6 verilerinden hareketle, kaygılı bağlanma değişkeninin yaş değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür, $t = -,719$, $p > ,05$. Ancak kaçınarak bağlanma ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir, $t = -2,895$, $p < ,004$. İlişkinin grup ortalamalarına göre değerlendirilmesi neticesinde ise 35-50 yaş grubunun 25-34 yaş grubuna göre kaçınarak bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3. 7. Bağlanma Alt Boyutlarının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	F	p
Kaçınarak Bağlanma	Lise	40	2,9125	,92269	3,197	,043*
	Lisans	113	3,3771	1,11809		
	Lisan üstü	79	3,1617	,95814		
Kaygılı Bağlanma	Lise	40	3,6694	1,02478	,207	,813
	Lisans	113	3,7325	1,28684		
	Lisan üstü	79	3,6203	1,14663		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Araştırmada ele alınan bir diğer değişken olan eğitim durumu ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişki analiz edilmiştir. Analiz neticesinde kaygılı bağlanmanın eğitim düzeyi ile istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki sergilemediği görülmektedir, $F(2, 229) = ,207$, $p > ,05$. Öte yandan kaçınarak bağlanmanın eğitim düzeyi ile anlamlı bir ilişki sergilediği görülmüştür, $F(2, 229) = 3,197$, $p < ,05$. Kaçınarak bağlanmaya ilişkin mevcut ilişki çoklu karşılaştırmalar testi ile analiz edildiğinde ise lise ve lisans mezunları arasında kaçınarak bağlanma düzeyinin farklılaştığı ve bu farkın lisans mezunları lehinde olduğu; bir diğer ifadeyle lisans mezunlarının kaçınarak bağlanma düzeylerinin lise mezunlarına nazaran anlamlı bir biçimde yüksek olduğu söylenebilmektedir (Tablo 3. 7).

3.3. Duygusal Zekâya İlişkin Bulgular

Araştırmanın aracı değişkeni olarak alınan duygusal zekâ 5 alt boyutta ele alınmış ve her bir boyut için demografik değişkenlerle olan ilişki irdelenmiştir. Elde edilen bulgular, Tablo 3.8’de incelenmiştir.

Tablo 3. 8. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Duygusal Farkındalık	Erkek	132	24,6667	3,22601	1,475	,142
	Kadın	100	24,0700	2,80424		
Duygu Yönetimi	Erkek	132	20,8182	4,69988	2,735	,007*
	Kadın	100	19,2400	3,84582		
Öz Motivasyon	Erkek	132	24,6212	2,40715	-,148	,882
	Kadın	100	24,6700	2,58220		
Empati	Erkek	132	24,6212	2,40715	-,148	,882
	Kadın	100	24,6700	2,58220		
Diğerlerinin Duygularını Yönetme	Erkek	132	23,7045	3,73295	-,706	,481
	Kadın	100	24,0400	3,37824		

* p < 0,05 : Anlamlı fark vardır.

Tablo 3. 8 verileri incelendiğinde duygusal zekânın duygusal farkındalık, öz motivasyon, empati ve diğerlerinin duygularını yönetme alt boyutları ile cinsiyet arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmektedir, sırasıyla, $t = 1,475, -,148, -,148, -,706, p > ,05$. Ancak, duygu yönetiminin cinsiyete bağlı olarak farklılaştığı görülmüştür, $t = 2,735, p < ,05$. Bu farklılık grup ortalamaları doğrultusunda incelendiğinde; erkeklerin duygu yönetim ortalamalarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3. 9. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Duygusal Farkındalık	25-34	108	24,1204	2,60021	-1,370	,172
	35-50	124	24,6613	3,39987		
Duygu Yönetimi	25-34	108	19,5833	3,54971	-1,837	,068
	35-50	124	20,6210	5,01152		
Öz Motivasyon	25-34	108	24,7407	2,40082	,564	,573
	35-50	124	24,5565	2,55127		
Empati	25-34	108	24,7407	2,40082	,564	,573
	35-50	124	24,5565	2,55127		
Diğerlerinin Duygularını Yönetme	25-34	108	24,1944	3,26539	1,373	,171
	35-50	124	23,5484	3,82196		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Katılımcıların duygusal zekâ alt boyutlarına ilişkin ortalamalarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı analiz edilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3. 9 ile verilmiştir. Duygusal zekâ alt boyutlarının yaşa göre istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki sergilemedikleri görülmektedir, sırasıyla, $t = -1,370, -1,837, ,564, ,564, 1,373, p > ,05$.

Tablo 3. 10. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	F	p
Duygusal Farkındalık	Lise	40	22,8500	3,23086	6,594	,002*
	Lisans	113	24,7611	3,13470		
	Lisans Üstü	79	24,6962	2,62314		
Duygu Yönetimi	Lise	40	19,8750	4,81551	,267	,766
	Lisans	113	20,3540	4,97838		
	Lisans Üstü	79	19,9620	3,22030		
Öz Motivasyon	Lise	40	23,7500	2,31771	3,390	,035*
	Lisans	113	24,9204	2,24460		
	Lisans Üstü	79	24,6962	2,78436		
Empati	Lise	40	23,7500	2,31771	3,390	,035*
	Lisans	113	24,9204	2,24460		
	Lisans Üstü	79	24,6962	2,78436		
Diğerlerinin Duygularını Yönetme	Lise	40	22,6750	3,93138	2,773	,065
	Lisans	113	23,9823	3,53296		
	Lisans Üstü	79	24,2532	3,37968		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Bir diğer demografik değişken olan eğitim durumuna göre duygusal zekâ alt boyutlarının farklılaşıp farklılaşmadığı irdelenmiş ve elde edilen analiz sonuçları aşağıda Tablo 3. 10 ile verilmiştir. Tablo verileri doğrultusunda duygusal zeka alt boyutlarından duygusal farkındalık, empati ve öz motivasyon değişkenlerinin eğitim düzeyine göre farklılaştığı görülmüştür, sırasıyla, $F(2, 229) = 6,594, 3,390, 3,390$, $p < ,05$. Öte yandan duygu yönetimi ve diğerlerinin duygularını yönetme boyutlarının

eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği bulunmuştur, sırasıyla, $F(2, 229) = ,267, 2,773, p > ,05$.

Duygusal farkındalık değişkeni için çoklu karşılaştırma testi neticesinde lise mezunları ile lisans ve lisansüstü mezunları arasında bir ilişkinin var olduğu ve lise mezunlarının duygusal farkındalık düzeylerinin lisans ve lisansüstü mezunlara nazaran daha düşük bir ortalamada olduğu görülmektedir. z motivasyon değişkeni için çoklu karşılaştırma testi neticesinde lise mezunları ile lisans ve lisansüstü mezunları arasında bir ilişkinin var olduğu ve lise mezunlarının duygusal farkındalık düzeylerinin lisans ve lisansüstü mezunlara nazaran daha düşük bir ortalamada olduğu görülmektedir. Diğer taraftan empati değişkeni için de benzer şekilde çoklu karşılaştırma tablosu irdelendiğinde aynı şekilde lise mezunları ile lisans ve lisans üstü mezunlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin varlığı ve bu ilişkide lise mezunlarının empati düzeylerinin diğer iki gruba göre daha düşük olduğu görülmektedir (Tablo 3. 10).

3.4. Benlik Saygısına İlişkin Bulgular

Araştırmada ele alınan değişkenlerden bir diğerisi olan benlik saygısı değişkeninin demografik değişkenlere bağlı olarak ne şekilde olduğu analiz edilmiş ve elde edilen analiz sonuçlarına aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 3. 11. Benlik Saygısının Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Benlik Saygısı	Erkek	132	1,0586	,88728	,261	,794
	Kadın	100	1,0280	,87662		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Benlik saygısı-cinsiyet arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan t-testi neticesinde değişkenler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olmadığı grlmştir, $t = ,261, p > ,05$.

Tablo 3. 12. Benlik Saygısının Katılımcıların Yaşları Açısından Karşılaştırılması (T Testi)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	t	p
Benlik Saygısı	25-34	108	1,0459	,88146	,009	,993
	35-50	124	1,0449	,88403		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Benzer şekilde benlik saygısı ile yaş arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan t-testi neticesinde değişkenler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür, $t = ,009$, $p > ,05$.

Tablo 3. 13. Benlik Saygısının Katılımcıların Eğitim Durumları Açısından Karşılaştırılması (ANOVA)

Alt boyutlar	Gruplar	N	Ort.	SS	F	p
Benlik Saygısı	Lise	40	1,2383	,88365	1,774	,172
	Lisans	113	1,0636	,96186		
	Lisans Üstü	79	,9216	,73776		

* $p < 0,05$: Anlamlı fark vardır.

Yine benlik saygısı ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan ANOVA neticesinde değişkenler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmüştür, $F(2, 229) = 1,774$, $p > ,05$. Benlik saygısına ilişkin yapılan analizler neticesinde, benlik saygısının araştırmanın demografik değişkenlerine bağlı olarak farklılaşmadığının söylenmesi mümkün olmaktadır.

3.5. Kıskançlık Bağlanma İlişkisinde Benlik Saygısı ve Duygusal Zekânın Rolü

Araştırmada yer alan bağlanma, duygusal zekâ değişkenlerinin alt boyutlarını oluşturan bağımsız değişkenler ve benlik saygısı bağımsız değişkeninin kıskançlık bağımlı değişkenini ne düzeyde yordadıklarını analiz etmek için çoklu regresyon yöntemi planlanmıştır. Bu doğrultuda yapılan korelasyon analizi neticesinde;

Duygusal kıskançlık ile kaçınarak bağlanma arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişkinin varlığı, duygusal kıskançlık ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişkinin varlığı, duygusal kıskançlık ile duygusal zekâ alt boyutu olan duygu yönetimi arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Davranışsal kıskançlık ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bilişsel kıskançlıkla bağlanma arasında ise herhangi bir ilişkinin varlığı tespit edilememiştir.

Elde edilen bu korelasyon ilişkilerine bağlı olarak yapılan regresyon analizlerinde sağlıklı sonuçlar elde edilebilmesi için uç değerlerin varlığının saptanması yönünden Mahalanobis Uzaklık değerleri kontrol edilmiş ve uç değer varlığı olup olmadığı değerlendirilmiştir. Veri setinde uç değere rastlanmadığından bütün değerler analize dâhil edilerek devam edilmiştir. Öte yandan, analize tabi tutulan bağımsız değişkenler için varyans büyütme faktörü (VIF=Variance Inflation Factor) ve tolerans değerleri kontrol edilerek analizden sağlıklı sonuçlar elde edilebilmesi adına gerekli kabullerin varlığının sağlandığı görülmüştür. Hair ve ark. (2006)'na göre, VIF değerinin 5,3'ten büyük olması, tolerans değerinin ,19'dan küçük olması durumlarının gerçekleşmesi halinde çoklu bağlantı probleminin varlığına karar verilebilecektir (Akt. Çağla-Garipağaoğlu ve Güloğlu, 2014). Bu kriterlere bağlı olarak yapılan veri analizi neticesinde VIF ve tolerans değerlerinin uygun seviyelerde olduğu, değişkenlerin regresyon analizine tabi tutulabileceği görülmüştür.

Tablo 3. 14. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki (Korelasyon)

	Kaçınarak Bağlanma	Kaygılı Bağlanma	Duygu Yönetimi	Öz Motivasyon	Empati	Diğerlerinin Duyularını Yönetme	Benlik Saygısı
Duygusal Kıskançlık	,332**	,361**	-,180**	-,067	,061	,023	,110
Bilişsel Kıskançlık	,168*	,072	-,053	-,020	,101	,150*	,122
Davranışsal Kıskançlık	,100	,214**	-,198**	-,077	,087	,100	,153*
Duygusal Farkındalık	-,011	-,276**	,637**	,647**	,287**	,378**	-,391**

** . p<0.01 seviyesinde ilişki

* . p<0.05 seviyesinde

Tablo 3. 15. Kaçınarak Bağlanma, Duygusal Zekâ ve Benlik Saygısının Duygusal Kıskançlığı Yordamasına İlişkin Bulgular (Regresyon)

Duygusal Kıskançlık		β	R^2	F	Tolerans	VIF
Model 1	Kaçınarak Bağlanma	,332	,110	28.424*	1	1
Model 2	Kaçınarak Bağlanma	,237	,180	25.196*	0,887	1.127
	Kaygılı Bağlanma	,282				
Model 3	Kaçınarak Bağlanma	,239	,181	14.875*	0,782	1,279
	Kaygılı Bağlanma	,267				
	Duygu Yönetimi	,031				

* p< ,01

Tablo 3. 14 ile verilen korelasyon ilişkilerinden hareketle duygusal kıskançlık ile korelasyon sergileyen kaçınarak bağlanma, kaygılı bağlanma ve duygusal zeka alt boyutu duygu yönetimi değişkenlerinin duygusal kıskançlığı ne şekilde yordadığına ilişkin analiz sonuçları Tablo 3. 15 ile verilmektedir. Tablo verilerinden hareketle kaçınarak bağlanma tek başına duygusal kıskançlığı %11 oranında yordarken kaygılı bağlanma ile birlikte %18 oranında yordamaktadırlar. Öte yandan duygu yönetiminin modele dâhil edilmesi ile birlikte her üç değişken birlikte duygusal kıskançlığı %18,1 düzeyinde yordamakta ve modelde duygu yönetiminin katkısının %0,1 olduğu görülmektedir. Elde edilen analiz sonucundan hareketle kaçınarak bağlanma ve kaygılı bağlanma davranışlarının duygusal kıskançlığı pozitif yönlü olarak etkiledikleri ve her ikisinin paralel yönlü bir davranış sergiledikleri söylenebilmektedir. Beraberinde, duygu yönetiminin de duygusal kıskançlığı benzer şekilde ancak binde bir oranında etkilediği de yine analiz sonuçlarından görülmektedir.

Tablo 3. 16. Kaygılı Bağlanma, Duygusal Zekâ ve Benlik Saygısının Bilişsel Kıskançlığı Yordamasına İlişkin Bulgular (Regresyon)

Bilişsel Kıskançlık		β	R^2	F	Tolerans	VIF
Model 1	Kaçınarak Bağlanma	,332	,110	28.424*	1	1
Model 2	Kaçınarak Bağlanma	,237				
	Diğerlerinin		,180	25.196*	0,887	1.127
	Duygularını Yönetme	,282				

* $p < ,01$

Tablo 3. 16 ile kaçınarak bağlanma ve diğerlerinin duygularını yönetme değişkenlerinin bilişsel kıskançlığı ne şekilde yordadığına ilişkin analiz bulguları verilmiştir. Tablo verileri doğrultusunda kaygılı bağlanma bilişsel kıskançlığı %2,8 oranında yordamakta ve modele başkalarının duygularını yönetme değişkeni de dâhil olduğunda her iki değişken birlikte bilişsel kıskançlığı %4,8 düzeyinde

yordamaktadırlar. Bu sonuçlardan hareketle diğerlerinin duygularını yönetme değişkeninin modele %2 oranında katkı sağladığı söylenebilmektedir.

Tablo 3. 17. Kaygılı Bağlanma, Öz Motivasyon ve Benlik Saygısının Davranışsal Kıskançlığı Yordamasına İlişkin Bulgular (Regresyon)

Davranışsal Kıskançlık		B	R ²	F	Tolerans	VIF
Model 1	Kaygılı Bağlanma	,214	,042	11.075*	1	1
Model 2	Kaygılı Bağlanma	,217				
	Öz Motivasyon	,007	,038	5.518*	0,851	1.176
Model 3	Kaygılı Bağlanma	,189				
	Öz Motivasyon	,020	,037	3.986*	0,818	1,222
	Benlik Saygısı	,072				

* p< ,01

Davranışsal kıskançlık bağlanma ilişkisinde kaygılı bağlanma tek başına davranışsal kıskançlığı %4,2 düzeyinde yordamakla birlikte öz motivasyonun modelde negatif yönlü bir etki sergilediği görülmektedir.

Her iki değişken birlikte davranışsal kıskançlığı %3,8 düzeyinde yordamakta ve benlik saygısının modele dâhil edilmesi durumunda bu oran %3,7'ye düşmektedir. Dolayısıyla davranışsal kıskançlığın açıklanmasında kaygılı bağlanmaya bağlı olarak değerlendirme yapılması yerinde olacaktır.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Beliren yetişkinlik ve yetişkinlikte kıskançlık düzeyi ile bağlanma davranışı, duygusal zekâ ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla yapılan bu araştırmanın sonucunda; bu bölümde elde edilen bulguların tartışma ve yorumları yapılmıştır. Literatürde konuya ilişkin yapılmış diğer araştırmaların bulguları ile paralellik gösteren ya da ters düşen yönlerine yer verilmiştir.

Araştırmada ele alınan bağımsız ve aracı değişkenlerin bağımlı değişken olan duygusal, bilişsel ve davranışsal kıskançlık boyutlarını yordayıp yordamadığına odaklanılmıştır. Süreçte, her bir değişkenin demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği analiz edilmiş, daha sonra da değişkenler arası ilişkiler değerlendirilmiştir.

Kıskançlığın cinsiyete göre değerlendirildiği analiz neticesinde, cinsiyetin kıskançlık noktasında fark unsuru olmadığı analiz edilmiştir. Literatürde bu yönde yapılan araştırmalarda cinsiyetin fark unsuru olduğuna ilişkin bulgu ileri süren araştırmacılar, bu farklılığı genel itibariyle evrimsel teori temelli olarak açıklamışlar; kadınların daha duygusal olmaları nedeniyle kıskançlık düzeylerinin daha yüksek olduğuna değinmişlerdir. Yaşanan bu kıskançlık türünün de cinsel kıskançlık olduğu bildirilmektedir (Buss, Larsen, Westen ve Semmelroth, 1992).

Yine Arjantin ve İspanya’da İspanya ve Arjantin’de rakip özelliklerine bağlı kıskançlık davranışını inceleyen bir çalışmada her iki cinsiyetin de sosyal özelliklerinin kıskançlıkla ilişkili olduğu ve bu özelliklere bağlı olarak cinsiyet noktasında kıskançlığın farklılaştığı bildirilmiştir.

Kadınların, rakiplerinin fiziksel özellikleri kıskançlık tetikleyicisi olarak ifade edilirken erkeklerde sosyal gücün kıskançlık unsuru olarak kendini gösterdiği ifade edilmektedir (Buunk, Salano, Zurriaga ve Gonzales, 2011).

Kadınların erkeklere göre daha fazla kıskançlık düzeyine sahip olduğunu ortaya koyan bir diğer araştırma da Çapkın (2012)'in çalışmasıdır. Bu çalışmaya göre de, dışadönüklük bilişsel kıskançlığı yordamaktadır. Bununla birlikte literatürde bu çalışmayla paralel, yani cinsiyetin kıskançlıkta farklılık unsuru olmadığına yönelik sonuçlar içeren araştırmalar da bulunmaktadır (Curun ve Çapkın, 2014).

Yine benzer biçimde Demirtaş (2004), kıskançlıkta cinsiyetin belirleyiciliği olmadığını ifade eden bulgulara ulaşmıştır. Buunk (1981)'in çalışması bu duruma örnek verilebilmektedir. Örneklemimizde cinsiyet değişkeni ile kıskançlık arasında ilişki bulunmaması da bu yöndeki bulgularla yorumlanabilmektedir.

Araştırmada, katılımcıların medeni durumu değişkeni değerlendirilmemekle birlikte yaş alt sınırının 25 üstü olması ve romantik ilişki çağının genelde bunun altındaki dönemlerde yaşanıyor olmasında kaynaklı olarak araştırmamızda cinsiyet değişkeninin kıskançlık için bir farklılık unsuru olmadığı yorumunu yapmak mümkün olacaktır.

Toplumun sosyal yapısını medya ve sosyal medya aracılığı ile de gözlemlemek mümkündür. Kıskançlık olgusu medya kuruluşları (Tv, Gazete, Dergi, Sosyal Medya hesapları) içinde de sıklıkla yer almaktadır. Kıskançlık ve buna bağlı işlenen cinayet, yaralama, darp etme haberleri basına yansımaktadır. Üstelik bu durum hem kadınlar hem de erkekler için sıklıkla karşılaşılan bir durumdur. Araştırma sonucundaki bulgumuz ise tam tersini söylemektedir. Araştırmaya dâhil edilen kişilerin eğitim grubunun yüksek olması bulgu neticesini de sınırlandırmaktadır.

Evrimsel yaklaşım açısından özellikle yöntem bakımından, sadece cinsiyet değişkenine göre değerlendirilmesi yönünden eleştirmekte ve sonuçların yorumlanmasını etkileyecek diğer değişkenlerin ise göz ardı edildiğine dair büyük eleştiri almaktadır (Demirtaş, 2004). Bu eleştirel bakış açısından irdeleyecek olursak, evrimsel teoriye göre kıskançlık değişkenini sadece cinsiyet faktörü açısından değerlendiriyor olmakta yeterli gözükmemektedir.

Diğer bir değişken olan yaş için yapılan analizler neticesinde kıskançlık ile yaş ilişkisi olmadığı görülmüştür. Literatürde, yaşın kıskançlık için fark unsuru olduğunu ve yaş arttıkça kıskançlığın da arttığını ifade eden çalışmalar bulunmaktadır (Mathes, Phillips, Skowran ve Dick, 1981; Bringle ve Williams 1979). Sullivan (1953), bunun

aksi yönde bir bulgu bildirmekte ve yaşı n gelişmesiyle birlikte bireyin olgunlaşmasına bağı lı olarak kıskançlık düzeyinin azaldığını savunmaktadır (Akt. Demirtaş ve Dönmez, 2006).

Yine Mathes (1992)'de gelişen yaşla birlikte ilişkiye yönelik deneyimin arttığını, tarafların güven yapılarının geliştiğini ve bu nedenlerden ötürü kıskançlığın da düştüğünü belirtmektedir. Çapkın (2012)'in araştırmasında da yaş ile kıskançlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Bringle ve Williams (1979) yaş – kıskançlık ilişkisinin olumlu olduğunu ifade ederken; Pines ve Friedman (1998) bunun tam tersini ortaya koymaktadır. Yaş ve kıskançlık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koyan çalışmalar; bireylerde yaşla beraber değişen öngörü, dışadönüklük ve duygu kontrol düzeyi gibi durumları sebep olarak göstermektedir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulguda beliren yetişkinlik ve yetişkinlik dönemi arasında kıskançlığın yaşantılanmasında bir farklılık olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Bu bulguyla, literatür verileri ve söylemlerinde aynı doğrultuda olmadığını görmekteyiz. Elbette araştırma grubunun eğitim seviyesinin yüksek olması bu sonuçları etkilediği gibi diğ er bir yandan da bugün ki toplumun gelişim süreçlerini de değerlendirmek gerekir.

Çocuklar ancak üç yaşlarına geldikleri zaman yüksek bir duygu düzenlemesi yapmakta ve duygularını maskeleymeye başlamaktadır. Bu yüzden erken çocukluk yaşantısında, çocukların duygularını sağlıklı yapılandırabilmesi için yetişkinlerin sağlıklı duygu düzenlemelerini gözlemleyebilecekleri ortamlar hazırlanmaları önemli bir unsurdur (Akt. Karataş, 2016).

Bu bilgi perspektifi açısından baktığımızda; toplumun normları içinde de değişimlerin olduğunu yadsıyamayız. 80'li, 90'lı yıllarda ülkemizde, erken yaş çocuklarının flört denemeleri daha kısıtlı ve toplumda daha az kabul edilebilir iken, bugün ki toplum normlarında erken yaş dönemlerinde flört ilişkisinin kabul edilebilirliğinin artmış olması daha çok flört deneyimlemelerinin olması daha kolay duygu yönetimi yapabiliyor olmalarına yardımcı olmaktadır.

Günümüzün teknoloji çağı olması ve bilgiye kolay ulaşıyor olması, gelişim süreçlerindeki duygu düzenlemeleri yapılabilmesi adına öğretici çok fazla bilgi ve uyaran bulunmaktadır. Bu durumda erken yaş dönemlerinde duygu düzenlemelerinin daha kolay yapılıyor olması, bir anlamda yetişkin bilişsel olgunluğuna erken erişmesine de sebep olmaktadır. Araştırmada kıskançlığı yordayabilmenin önüne bir anlamda duyguların maskelenmesi ve duygu yönetiminin kazanımı da girmektedir.

Eğitim ile kıskançlık ilişkisinde eğitim çevresi ve eğitim sosyalleşme ilişkisi perspektifinde yaklaşan çalışmaların varlığı görülmektedir. Eğitimin beraberinde sosyalleşme çevresin genişletmesi ve olaylara bakış açısını da farklılaştırması kişilerin dışa açıklıklarını etkileyici bir durum olarak değerlendirilmektedir. Dışa açıklık düzeyi yüksek olan kimselerde ise geleneksel ve alışlagelmiş davranışların reddedildiği ve esnek bir ilişki tavrı sergileyebildikleri ifade edilmektedir (Sommer ve ark. 2002).

Geleneksel ilişki örüntülerini reddeden kimseler ilişkilerinde kendiliklerini de başkalarına yansıtabilmekte ve beklentilerini kendilerinden farklı özelliklerde de oluşturabilmektedirler. Bu durum partnerleri açısından kıskançlık unsuru olabildiği gibi kendileri için de kıskançlığa temel oluşturma açısından etkili olabilmektedir (Murray, Griffin and Holmes ,1996). Araştırmamızda eğitim değişkeninin kıskançlık boyutları açısından fark unsuru olmadığı görülmüş, literatürle ters yönlü bir bulguya ulaşılmıştır.

Değişkenler arası ilişkilere yönelik olarak duygusal kıskançlığın tüm bağlanma boyutları ile ilişkili olması, bilişsel kıskançlığın hiçbir değişkenle ilişki sergilememesi ve davranışsal kıskançlığın da yalnızca kaygılı bağlanma ile ilişki sergilemesi anlamlı bir bulgu olarak değerlendirilmektedir.

Nitekim kıskançlığın duygu temelli bir davranış olması dikkate alındığında duygusal kıskançlığın bu şekilde sonuçlara ulaşması araştırma açısından da önemli görülmektedir.

Literatürde kıskançlığı duygu temelli olarak değerlendiren araştırmacılar (White, 1981; Pfeiffer ve Wong, 1989) ilişkinin temelinde var olan duygu kavramından hareketle kıskançlığın da duygusal boyutuyla var olması gerektiğini savunmaktadırlar.

Çapkın (2012), araştırmasında kıskançlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi analiz etmiştir. Bu çalışmada da kıskançlığın bilişsel boyutu, bağlanma stillerinin kaygı boyutu ile yordanmaktadır.

Karakurt (2001)'un çalışması da bu sonucu destekler niteliktedir. Bunların yanında birçok araştırmada davranışsal kıskançlığın bilişsel ve duygusal kıskançlığa göre daha kolay kontrol altına alınabildiği ortaya konulmuştur (Pines, 2003; Taylor vd., 2007; Karakurt, 2001). Davranışsal kıskançlığın kontrol edilebilirliği de bir anlamda kişilerin duygu denetimi yapabiliyor olmalarına bağlıdır.

Her toplumda görülen toplumsal ilişkilerde ve sosyal yapılarda meydana gelen farklılaşmanın 'toplumsal değişme' olarak ele alınmaktadır (Çelik, 2010). Bu açıdan bakılacak olursa; bu değişim toplumun her alanında gerçekleşme bile ekonomik yapısı, modernleşmenin etkisi, bilim ve teknolojinin gelişimi, küreselleşmenin etkisi, kültürün farklılaşması, nüfusun yapısında ve niteliğindeki eğitim seviyeleri, çalışan nüfusun artması, cinsiyet dağılımları vb. durumlarda değişmeler toplumsal değişmeden bağımsız değildir. Bu anlamda toplumumuzun belirli normlarındaki değişme ve gelişmeler bireylerin gelişimlerini de etkilemiş olabileceğini söyleyebiliriz. Hem ilişkilere dair merak edilen bilgilere daha kolay ulaşılabilir ve konuşulabilir olması hem de eğitimin artmış olması bireylerin gelişimini de etkilediği de söylenebilmektedir. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen Duygusal zekâ alt boyutları ile eğitim durumu ilişkisi incelendiğinde duygusal farkındalık, empati ve öz motivasyon değişkenlerinin eğitim düzeyine göre farklılaştığının görülmesi de bu bilgiyi destekler niteliktedir. Diğer bir yanda da bu durum yapılan araştırma eğitim seviyesi yüksek bireylerle gerçekleştiği için sonucu genelleymemekteyiz. Bu durum bir anlamda araştırmanın sınırlılığını yansıtmaktadır.

Kıskançlık boyutları ile eğitim durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında duygusal ve bilişsel kıskançlık bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olmadığı, davranışsal kıskançlık için eğitim düzeyi arasında farklılık olduğu bulunmuştur. Lise mezunlarının lisans ve yüksek lisans mezunlarına göre davranışsal kıskançlıklarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Sayar (2002), kıskançlık duygusunu iç ve dış dinamiklerini olan karmaşık bir örüntü olarak tanımlamaktadır. İç dinamiklerinde kişinin içsel yaşantıladığı duygusal örüntülerin gözlenemediğini ancak dışsal dinamiklerin gözlenebilir olduğunu belirtmektedir.

Bu anlamda araştırmanın bulgusunda eşlik eden davranışsal boyutta kıskançlığın olması bu görüşü desteklemektedir.

Kıskançlık duygusunun, zihinde başlayan bir süreç olması ve ilişkideki gerçeklik algısının bozulması, tehdit algısıyla birlikte tetiklenen ve sapkın davranışlara götüren bir duygu olduğu söylenmektedir (Demirtaş, 2004). Bilişsel süreçlerle başlayan bu bilgi doğrultusunda, araştırma sonuçlarında ‘bilişsel kıskançlık boyutu’nda bir anlamlılık beklenmiştir. Ancak bu anlamlılık elde edilmemiştir. Bir yer de zihinde başlayan bu sürecin sapkın davranışlara götürmesi ise ‘davranışsal kıskançlık’ boyutunda elde edilen veriyi de desteklemektedir.

Freud, kıskançlığı diğer duygular gibi normal bir duygu olarak görmekte ve bu duyguyu yaşamadığını söyleyen kişilerin bu duygularını bilinçaltına ittiklerini söylemektedir. Bir anlamda harekete geçiren dürtüler, korkular, travmatik hatıralar gibi bilinçdışına itilmiş öğelerin etkin olduğunu söylemektedir (Pines, 1998). Bir yerde de yaşanan bu kıskançlığın temelini insan hayatının ilk yıllarında anneye duyulan rekabete ilişkin odipal çatışmanın yaşanmasının tekrarı olarak görmektedir (Deustsch, 2006).

Bu literatür bilgileri açısından ele aldığımızda da, eğitim düzeyleri artan bireyler bilişsel ve duygusal kıskançlıklarını maskeleymiş olsalar da yaşanan bilinçaltına itilmiş duygu ve dürtüler davranışsal boyutta kendisini gösterdiği görülmektedir. Bir yerde insanoğlu, çocukluk yıllarının başında bilişsel olarak yerleştirmiş olduğu anıları ve bağlanma süreçlerindeki ilişki yetişkinlik dönemindeki ilişkilere benzer bir şekilde kendisini göstermesi kaçınılmazdır. Araştırma sonucumuzda da davranışsal kıskançlığın eğitim düzeyine göre farklılaştığı verisini de desteklemektedir.

Araştırma grubumuzdaki örneklem grubu ölçek verilerini doldururken; eğitim seviyelerinin yüksek olması nedeniyle, soruların cevaplarında manipülasyon yapmış olduklarını da düşündürmektedir.

Batholomew ve Horowitz (1991), güvenli bağlanan yetişkinlerin benlik saygısının, saplantılı, kaygılı ya da korkulu bağlanan yetişkinlerden daha yüksek olduğu ve bu iki değişken arasındaki ilişkinin varlığına dikkat çekmektedir.

Griffin ve Bartholomew (1994) ise sınırlı sayıda demografik değişkenden hareketle yaptıkları araştırmada, bağlanmanın benlik saygısına pozitif etki ettiğini ve olumlu bağlanma sergileyenlerde yüksek benlik saygısı ve pozitif davranışların varlığını dile getirmektedirler.

Benlik saygısı ve kıskançlık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, literatürde yapılan bazı araştırmalarda da ortaya konulmuştur. Bunun yanında kıskançlık ve benlik saygısı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koyan araştırmalar da vardır (White, 1981). Ayrıca, benlik saygısı çok sayıda olumlu psikolojik sonuçlar ile önemli anlamlı ilişkilere sahip olsa da (Güler ř., 2006; Brown, 1998); bu çalışmada olduğu gibi diğer birçok araştırmada da benlik saygısının kıskançlık konusunda küçük bir etkiye sahip olduğu ifade edilmiştir (Baumeister vd., 2003; Curun, 2012). Yine, Çapkın (2012)'in araştırması da benlik saygısı ve kıskançlık arasında önemli bir ilişki olmadığı konusunda bu araştırma ile paralellik göstermektedir.

Araştırmada, kıskançlık ve bağlanma ilişkisinde; kaçınarak bağlanma duygusal kıskançlığı %6,8 oranında yordarken duygu yönetimi ile birlikte %8,9 oranında yordamaktadırlar. Burada negatif yönlü bir etki söz konusu olmakla birlikte benlik saygısının da analize dâhil edilmesiyle birlikte her üç değişkenin duygusal kıskançlığı %9,2 oranında yordadıkları görölmektedir. Modelde, duygu yönetiminin modele katkısı negatif ve %2,1 oranında olduğu ve benlik saygısının bu ikili modele %0,3 oranında katkı sağladığı ve bu katkının pozitif yönlü olduğu görölmektedir.

Literatürde bu yönde yapılan çalışmalarda düşük benlik saygısı ve yetersizlik algısının kıskançlığı tetiklemek şeklinde bir ilişkinin varlığına işaret edilebilirken (White 1991; Bunk, 1982), bunun aksi yönde yani benlik saygısı ve kıskançlık arasında bir ilişkinin bulunmadığı yönünde sonuç sergileyen çalışmaların varlığı da söz konusudur (Bringle ve Buunk 1985, Hansen 1982; Demirtaş ve Dönmez, 2006).

Literatürde var olan bu farklılıklar örneklem özelliklerine bağlı olarak farklılaştığı görölmüş ve bu araştırmada da örnekleme bağlı olarak benlik saygısı ile kıskançlık arasında genel literatürle (araştırmanın ilgili başlıkları altında ifade edildiği şekliyle) paralel bir bulguya ulaşılmıştır. Bu noktada, gerek araştırmada elde edilen bulgulara dayalı olarak ve gerekse kıskançlık ve benlik saygısı değişkenlerinin yapısal mahiyetlerine bağlı olarak bu iki kavram ve değişkenin ilişkili olması beklenir. Öte

yandan, bağlanma ile de paralellik sergileyen bu değişkenlerin bağlanma kıskançlık ilişkisinde aracı rolünün literatüre bağlı olarak beklenen düzeyde ortaya çıktığı da söylenebilmektedir.

Kaçınarak bağlanma davranışının duygusal kıskançlığı pozitif yönlü olarak ilişkisi ve her ikisinin paralel yönlü bir davranış sergiledikleri söylenebilmektedir. Beraberinde, duygusal farkındalığın duygusal kıskançlığı negatif yönlü ilişkisi yani duygusal farkındalığın artması halinde duygusal kıskançlığın azaldığı görülmektedir. Bu ilişkide benlik saygısının modele küçük ama pozitif yönlü (%0,3) bir katkı sağladığı ve yine benlik saygısının artması halinde duygusal kıskançlığın da arttığı söylenebilmektedir. Bu doğrultuda, Kart (2002), Sümer ve Güngör (1999) kaçınarak bağlanma sergileyen bireylerde partner karşısında kendini değersiz ve yetersiz olarak algıladıkları belirtilmiş ve bu durumun kıskançlığı etkilediği değerlendirilmiştir.

Büyükşahin (2006) de kıskançlık düzeyi ile saplantılı bağlanma düzeyi arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Öte yandan partneri kaybetme kaygısı ile davranışların ve duyguların kıskançlık odaklı şekillenebildiğini belirtmişlerdir. Bu çalışmaya paralel olarak araştırmada elde edilen bulgunun literatürde destek bulunduğu söylenebilmektedir.

Kaygılı bağlanma duygusal kıskançlığı %8,1 oranında yordamakta ve modele duygu yönetimi dâhil olduğunda ise her iki değişken birlikte duygusal kıskançlığı %8,9 düzeyinde yordamaktadırlar. Benlik saygısının bu modelde etkisinin bulunmadığı ve kaygılı bağlanmanın duygusal kıskançlıkla pozitif yönlü ve paralel bir ilişki sergilediği görülürken duygu yönetimi duygusal kıskançlık ilişkisi negatif yönlü ve %0,8 oranında duygu yönetiminin etkisi söz konusudur. Bu bulgulardan hareketle literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde; kıskançlığın rekabetçi tutumla birlikte ortaya çıktığı ve bu iki duygunun birbiriyle etkileşim halinde olduğu bildirilmektedir (Demirtaş, 2004; Bers ve Rodin, 1984).

Yine kıskançlık, rekabet ve sosyal ilişkilerin birbiriyle ilişkilerin değerlendirildiği bir çalışmada kıskançlık ve beraberinde rekabetçi yaklaşımın geliştiği bildirilmektedir (Morbid ve ark, 2005).

Araştırmada, bireyin rakip olarak gördüğü kişilerle olan ilişkilerinde olumsuz bir tavır takındığı ve partnerini bu kimselerden kıskandığı ifade edilmektedir. Bir başka

araştırma bulguları da rekabet duygusunun ortama yabancılaşma ve yalnızlaşma etkisinden bahsedilmektedir (Kılınç ve Sevim, 2005).

Araştırmanın giriş kısmında kaygılı bağlanmanın rekabet temelli yapısı ve davranış biçimleri etraflıca ele alınmıştır. Bu noktada, kaygılı bağlanma rekabet duygusunu da bünyesinde barındırmakta ve böylelikle duygusal kıskançlığın gelişmesine yol açmaktadır. Yeter (2016), araştırmasında güvenli bağlanma ile kıskançlık düzeyi arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Buna göre, kıskançlık düzeyi arttıkça güvenli bağlanma düzeyi azalmaktadır. Bunun yanında Yeter (2016)'e göre kaygılı bağlanma ve yeterlilik arasında da negatif bir anlamlı ilişki bulunmaktadır. Kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça, yeterlilik düzeyi azalmaktadır. Kafetsios ve Sideridis (2006), kaygılı bağlanma düzeyi yüksek kişilerin korku içinde yaşadıkları ve yalnız kalma eğilimi gösterdiklerini ifade etmektedir.

Dolayısıyla, kaygılı bağlanma ile duygusal kıskançlık arasındaki doğrusal ilişkide duygusal zekânın negatif yönlü etkisi, mantıksal yaklaşım ve kendini diğerlerinden daha pasif görmemenin etkisinde açıklanabilecektir. Duygusal kıskançlık bağlanma ilişkisinde duygusal zekâ ve benlik saygısının rollerinin incelendiği analiz neticesinde kaygılı bağlanmanın duygusal kıskançlığı %2,8 düzeyinde yordadığı ve benlik saygısının bu modelde %0,3 düzeyinde katkıya sahip olduğu söylenebilmektedir.

Bağlanma stillerinden bahsedecek olursak; araştırma sonucumuzda bağlanma düzeyleri ile kıskançlık arasındaki etkisi görülmektedir. Bu anlamda bağlanma sürecinin sağlıklı oluşması ya da oluşmaması ileri ki yaş dönemlerindeki ilişki kalitesini de etkilediğini görmekteyiz. İlişkilerde yaşanan problemlere odaklanırken, bağlanma süreçleri ve geliştirdikleri bağlanma düzeylerine de odaklanılması ilişkiler adına sağlıklı çözüm yolları geliştirmesi için önemli bir bilgidir. Ebeveynlere ya da ebeveyn adayları bu konuda bilgilendiriyor olmakta duygusal anlamda sağlıklı nesiller yetişmesi için önemlidir.

Bağlanma kıskançlık ilişkisinde bağlanma biçiminin etkisi literatür bulguları ile desteklenmekte ve benlik saygısının kısmi, duygusal zekanın da pozitif yönde düzenleyici etkisi belirlenmiştir.

Çalışmanın sınırlılıkları ele alındığında; araştırmanın verileri İstanbul'da yaşayan kişilere kartopu yöntemi ile uygulanan, 25-50 yaş grubuna ait 232 kişi (100 kadın 132 erkek) ile sınırlıdır.

Araştırmamızda kıskançlık değişkenini araştırmak için; Pfeiffer ve Wong (1987) tarafından geliştirilmiş ve Karakurt (2001) tarafından uyarlanması yapıldığı, Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışmanın kıskançlığa dair elde edilen bulgular ölçek ile sınırlıdır.

Çalışmamızın bir diğer sınırlılığı da araştırmanın eğitim seviyesi yüksek bir gruba yapılmış olmasıdır. Bu araştırmanın düşük eğitim gruplarını da içine alarak daha geniş kapsamlı bir hale getirmesini sağlayacaktır. Bunun yanı sıra araştırmanın bütün eğitim seviyeleri ile ve daha geniş bir kitleye yapılabilir olması araştırmanın genellenebilirlik özelliğini de arttıracaktır.

Bu araştırmanın neticesinde verilecek öneriler;

1. Araştırma sonucu bulgularının genellenebilirliğini arttırabilmek için daha örneklem sayısının daha yüksek olması değerlendirme süreci için daha güçlü veriler vereceği düşünülmektedir.
2. Araştırmanın örneklem modelini “tabakalı örneklem” belirleniyor olması elde edilen verilerin evrenin temsil edilmesi adına daha anlamlı olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle diğer araştırmacılara bu metodun kullanılması önerilmektedir.
3. Yapılan araştırmanın birçok değişkeni olması araştırmanın birden fazla ölçek kullanımına yönlendirmiştir. Her bir değişken için uygulanan ölçeklerin çok uzun olması veri toplama aşamasını zorlaştırmıştır. Bu yüzden araştırma için belirlenecek formların daha kısa olması katılımcıya ulaşmayı ve sağlıklı veriler elde etmeyi kolaylaştıracaktır.
4. Kıskançlığın alt boyutlarından sadece bir kısmının araştırmaya dahil edilmesi hem araştırmayı spesifik bir hale getireceği hem de geniş bir kitleye ulaşılarak genelleştirmesine olanak sağlayacaktır.
 - a. Literatürde yapılan araştırmalar kıskançlığın zihinsel süreçlerde başladığına vurgu yapılmaktadır. Bu bağlamda kıskançlığın alt

boyutlarından olan “bilişsel kıskançlık” üzerine odaklanılarak yapılacak bir çalışma diğer araştırmacılara önerilebilir.

5. Literatür taramaları daha çok “Romantik Kıskançlığı” ele almış olduğu görülmüş ve salt kıskançlık araştırmalarına çok rastlanmamıştır. Bu konu ile ilgili daha geniş bir şekilde araştırmalar yapılması diğer araştırmacılara önerilmektedir.
6. Bu çalışma bulguları doğrultusunda akademik çalışmalara, bağlanma-kıskançlık-psikolojik sağlamlık ve kişilik özelliklerinin etkileşiminin belirlenecek çeşitli değişkenler doğrultusunda araştırılması önerilmektedir.
7. Kıskançlık kavramı bir anlamda kültürel özellikleri de içine aldığından bu araştırmaya kültür değişkenini de kapsayan araştırmalar yapılması araştırmacılara önerilmektedir.
8. Kültür değişkeni, kıskançlıkla ele alındığında farklı illerden, daha büyük bir örneklemin seçilmesi daha kapsamlı bir araştırma yapılabilmesi için araştırmacılara önerilmektedir.

SONUÇ

Araştırmada farklı yaş gruplarında kıskançlık düzeyi ile bağlanma davranışı, duygusal zekâ ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada uygulanan Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Anketi ve Duygusal Zekâ Ölçeği'nin güvenilirliği test edilmiş ve oldukça güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırma verilerinin normal dağılım sergilediklerinin tespiti ile birlikte parametrik testlerin kullanımına karar verilmiştir.

Araştırmada, kıskançlık ölçeğine ilişkin olarak yapılan faktör analizi sonuçlarından ölçeğin alt boyutları bilişsel, duygusal ve davranışsal kıskançlık olarak elde edilmiş ve bu alt boyutların demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı analiz edilmiştir. Kıskançlık alt boyutlarıyla cinsiyet ve yaş arasındaki ilişkilere bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmüştür. Yani kadın ve erkeklerde ve çeşitli yaş gruplarında kıskançlık algısının aynı şekilde geliştiği sonucuna varılmıştır.

Kıskançlık boyutları ile eğitim durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında duygusal ve bilişsel kıskançlık bağlamında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olmadığı, davranışsal kıskançlık için eğitim düzeyi arasında farklılık olduğu bulunmuştur. Lise mezunlarının lisans ve yüksek lisans mezunlarına göre davranışsal kıskançlıklarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmada bağlanma alt boyutları ile cinsiyet arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür. Bağlanma alt boyutları ile yaş arasındaki ilişkiye bakıldığında; kaygılı bağlanma ile yaş arasında ilişki olmadığı ve kaçınarak bağlanma ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Bağlanma ile eğitim durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında; eğitim durumunun kaygılı bağlanma ile ilişkisinin olmadığı ancak kaçınarak bağlanma ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmüştür. Lisans mezunlarının kaçınarak bağlanma düzeylerinin lise mezunlarına göre anlamlı bir biçimde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Duygusal zekâ değişkeni duygusal farkındalık, duygu yönetimi, öz motivasyon, empati ve diğerlerinin duygularını yönetme olmak üzere 5 boyutta ele alınmış ve demografik değişkenlerle olan ilişkileri incelenmiştir. Duygu yönetiminin cinsiyete

göre farklılık gösterdiği ve erkeklerin duygu yönetimlerinin kadınlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Duygusal zekâ değişkeninin diğer alt boyutları ile cinsiyet arasında ilişki bulunmamıştır. Duygusal zekâ alt boyutlarının yaşa göre istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki sergilemedikleri görülmüştür.

Duygusal zekâ alt boyutları ile eğitim durumu ilişkisi incelendiğinde duygusal farkındalık, empati ve öz motivasyon değişkenlerinin eğitim düzeyine göre farklılaştığı görülürken duygu yönetimi ve diğerlerinin duygularını yönetme boyutlarının eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Analiz sonuçlarından lise mezunlarının duygusal farkındalık, öz motivasyon ve empati düzeylerinin lisans ve lisansüstü mezunlara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde duygusal zeka ve bağlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (Peck, 2003; Kafetsios, 2003). Literatür bağlanma stilleri kapsamında ele alındığında güvenli bağlanan bireylerin daha uyumlu kişiler oldukları ve sosyal bağlamda sorun yaşamadıkları görülmektedir (Kobak ve Sceery, 1988). Kayıtsız bağlanan bireyler, pozitif benlik saygısına sahiptirler ve diğer insanlara yönelik güvensizlik taşımaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Peck (2003)'e göre de güvenli bağlanan bireyler duygularını düzenleme bağlamında yüksek düzeyde yeteneklidir.

Benlik saygısı ile demografik değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde benlik saygısının cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Kıskançlık bağlanma ilişkisinde benlik saygısı ve duygusal zekânın rolü incelendiğinde; duygusal kıskançlık ile kaçınarak bağlanma ve kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki, duygusal zekâ alt boyutu olan duygu yönetimi arasında ise negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bilişsel kıskançlıkla bağlanma arasında herhangi bir ilişki görülmezken, davranışsal kıskançlık ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarından duygusal kıskançlık ile ilişki gösteren kaçınarak bağlanma, kaygılı bağlanma ve duygusal zeka alt boyutu duygu yönetiminin duygusal kıskançlığa etkisi incelendiğinde kaçınarak bağlanmanın kaygılı bağlanma ve duygu yönetimine oranla daha etkili olduğu görülmüştür.

Bilişsel kıskançlığa, kaçınarak bağlanma ve diğerlerinin duygularını yönetme değişkenlerinin etkisi incelendiğinde kaçınarak bağlanmanın daha etkili görülmüştür.

Davranışsal kıskançlık bağlanma ilişkisi incelendiğinde; kaygılı bağlanma tek başına davranışsal kıskançlığı pozitif yönde etkilerken, öz motivasyon ve benlik saygısı ile birlikte negatif yönlü bir etki sağladığı görülmüştür.



KAYNAKLAR

- Acar, F.T. (2001). Duygusal zekâ yeteneğinin göreve ve insana yönelik liderlik davranışı ile ilişkisi: banka şube müdürleri üzerine bir alan araştırması. Doktora tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Akça, M.Ş.(2014). Üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlık ve empatik eğilim arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Alpay, A. (2009). Yakın ilişkilerde bağışlama: bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Arslan, S. (2015). Adult attachment, stage of threat, and romantic jealousy in relation to psychopathological symptoms: importance of personal characteristics and quality of relationship. Yüksek lisans tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Ata, S. (2010). Okul öncesi öğretmenlerinin bağlanma stilleri, duygusal zekâ düzeyleri ve empatik eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans tezi. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Muğla.
- Attridge, M. (2013). Jealousy and relationship closeness: exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. 3, 1-16.
- Austin, E; R, Evans; Goldwater &Potte, V. (2005). A preliminary study of emotional intelligence, empathy and exam performance in first year medical students. *Personality and Individual Differences*, 39, 1395-1405.
- Aydın, A. (2001). Gelişim ve öğrenme psikolojisi (3. Baskı). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Aydın, B. (2010). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Aydoğan, S. (2010). İlköğretim II. kademe öğrencilerinin umut ve benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Aysel, L. (2006). Liderlik ve duygusal zekâ. Yüksek lisans tezi. Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.

- Balcı, S. (2004). Duyguları güçlendirme eğitim programının annelerin duygusal zekâ düzeylerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 22, 35-41.
- Baltaş, Z. (2006). Duygusal Zekâ. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44.
- Ben-ze'ev, A (1990). Jealousy and envy. *Canadian Journal of Philosophy*, 20 (4), 487-516.
- Blévis, M.& Heal, O. (2009). Jealousy: True stories of love's favorite decoy. Other PressLlc.
- Blomquist, K.P. (2014). Jealousy in close relationships among emerging adults. Doktoral Dissertation, Duke University, Dissertation Abstracts International, 194.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2. Separation, Anxiety and Anger. New York: Basic Books.
- Bretherton I. (2000). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. In Attachment Theory: Social, Developmental and Clinical Perspectives (Eds. S Goldberg, R Muir, J Kerr). Hillsdale, NJ, The Analytic Press. 45-84.
- Bridge, B. (2003). Duyguların eğitimi. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Bringle, R. G., & Williams, L. J. (1979). Parental—Offspring similarity on jealousy and related personality dimensions. *Motivation and Emotion*, 3(3), 265-286.
- Brown, J. D. (1998). The self. McGraw-Hill series in social psychology. New York, NY, US: McGraw - Hill.
- Budak, G. (2009). Kişilerin sahip oldukları; kontrol odağı, benlik saygısı ve öğrenilmiş güçlülük seviyelerinin, problem çözme stillerine etkileri. Yüksek lisans tezi. Kara Harp Okulu, Savunma Bilimleri Enstitüsü.
- Burger, J. M. (2006). Kişilik: psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri (İ.D Sarıoğlu, Çev.). İstanbul: Kaktüs Yayınları. (Orijinal çalışma basım 2004).

- Buunk, A. P. & Dijkstra, P. (2004). Gender differences in rival characteristics that evoke jealousy in response to emotional versus sexual infidelity. *Personal Relationships*, 11, 395-408.
- Buunk, A. P., Castro Solano, A., Zurriaga, R., & González, P. (2011). Gender differences in the jealousy-evoking effect of rival characteristics: A study in Spain and Argentina. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(3), 323-339.
- Buunk, B. (1981). Jealousy in sexually open marriages. *Journal of Family and Economic Issues*, 4(3), 357-372.
- Buunk, B. & Bringle, R. G. (1987). Jealousy in Love relationships. in d. perlman and s. duck (der.), intimate relationships: development. Dynamics and Deterioration P. 123-147. Beverly Hills, CA: Sage.
- Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective: Tests from the Netherlands, Germany, and the United States. *Psychological Science*, 7(6), 359-363.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). Sosyal bilimler için veri analizi elkitabı (istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum) Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Büyükşahin, A. (2001). Yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Büyükşahin, A. (2006). Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Cevher, F. ve Buluş, M. (2007). Benlik kavramı ve benlik saygısı: önemi ve geliştirilmesi. *Akademik Dizayn*, 1 (2).
- Curun, F. (2012). Kişilerarası Çekicilik ve Yakın İlişkiler. H. Coşkun (Ed). Sosyal Psikoloji. İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1: 240-255.
- Çankaya, B. (2007). Lise I. lise II. öğrencilerinin algılanan benlik saygısının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Çapan, E. B. (2009). Öğretmen adaylarının kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2: 127–142.
- Çapkın, M. (2012). Romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Çelik, R. (2010). Türk Sosyologları'nın bir toplumsal değişim projesi olarak Avrupa Birliği'ne yaklaşımı. Yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Çimen, S. E. (2007). Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Dandurand, C. & Lafontaine, M. F. (2013). Intimacy and couple satisfaction: The moderating role of romantic attachment. *International Journal of Psychological Studies*, 5(1), 74.
- Delikoyun, D. (2017). Üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ ve benlik saygısı arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Hasan Kalyoncuoğlu Üniversitesi, Gaziantep.
- Demirtaş, H. A. (2004). Yakın İlişkilerde Kıskançlık (Bireysel, İlişkisel ve Durumsal Değişkenler) Yayımlanmamış Doktora Tezi. *Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Demirtaş, H. A. (2004). Yakın ilişkilerde kıskançlık (bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler). Doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Demirtaş, H. A. Ve Dönmez, A. (2006). Yakın ilişkilerde kıskançlık: Bireysel, ilişkisel ve de durumsal değişkenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(3): 181-191.
- Deniz, M, E ve Yılmaz, E. (2006). Duygusal zekâ ve stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 25, 17-26.
- Deutsch, C. (2006). Relative mate value, irrational beliefs, and romantic jealousy. Master's thesis. Lakehead University, Canada.
- Dicle, A. N. (2006). Üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin duygusal zeka düzeyleri ve bazı kişisel özelliklerine göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. On dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

- Dilek, H. ve Aksoy, A. B. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ile anne-babalarının benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*,14(3), 95-109.
- Dokur, M. & Profeta, Y. (2006). Aile ve Çift Terapisi. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Elphinston, R. A., Feeney, J. A., Noller, P., Connor, J. P., & Fitzgerald, J. (2013). Romantic jealousy and relationship satisfaction: The costs of rumination. *Western Journal of Communication*, 77(3), 293-304.
- Erginsoy, D. (2002). Duygusal zekâ ve kişiler arası ilişkiler tarzları arasındaki ilişkiler incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Ersanlı, E. (2003). Üniversite öğretim elemanlarının duygusal zekâ düzeyleri. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Flouri, E. (2006). Parental interest in children's education. children's self-esteem and locus of control and later educational attainment: 26 years follow – UP , of the 1970 British Cohort. *British Journal of Education Psychology*, 76, 111-155.
- Fraley, C.R. & Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*.
- Gehl, B. K. (2010). Personality antecedents of the experience and expression of romantic jealousy. Doctoral dissertation, The University of Iowa.
- German, R. E. (2012). The influence of depression on romantic jealousy: A transactional model approach. Doctoral dissertation, American University.
- Goleman, D. (1996). Duygusal Zekâ. (B.S. Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goleman, D. (1999). Duygusal zekâ: neden IQ'dan daha önemlidir (12.Basım). (B.S. Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Görünmez, M. (2006). Bağlanma stilleri ve duygusal zekâ yetenekleri. Yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Bursa.
- Greenleaf, R. K. (2003). Motion and emotion. *Principal Leadership*, 3(9),14-20.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment.

- Guerrero, L. K. (1998). Attachment-style differences in the experience and expression of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 5, 273-291.
- Guerrero, L. K. Et al.(1995). Coping with the green-eyed monster: Conceptualizing and measuring Communicative responses to romantic jealousy. *Western Journal of Communication*, 59, 270-304.
- Guerrero, L. K., Andersen, P. A., Peter, F., Spitzberg, B. H. & Eloy, S. V. (1995). Coping with the green-eyed monster: Conceptualizing and measuring.
- Güler Ş., R. (2006). Bireylerin Proaktif Kişilik Yapısı ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Gürdere, C. (2015). Üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ düzeyi ile stresle başa çıkma tarzları, kaygı ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Gürsoy, A. (2005). Liderlikte duygusal zekâ (liderlik özellikleri ile duygusal zekâlı liderlere ulaşılması) türk silahlı kuvvetlerinde örnek bir uygulama. Yüksek lisans tezi. Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Hazan, C., Shaver, P. R. (1994). Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationships. *Psychology Inquiry*. 5. 1-22
- Houser, A.G. (2009). Evli bireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantik kıskançlık ve duygusal zekâ düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Işınsu, M. (2007). İkili ilişki biçimi ve süresiyle bağlanma stilleri arasındaki bağlantılar. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- İnce, M. (2009). Erken dönem çocukluk deneyimlerinin hangi yönleri romantik kıskançlığı öngörür? Ebeveyn davranışı, kardeş kıskançlığı ve yetişkin bağlanma stillerinin yetişkin romantik kıskançlığına etkileri üzerine bir araştırma. Yüksek lisans tezi. İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Kafetsios, K. (2003). Attachment and emotional intelligence abilities across the life course, *Personality and Individual Differences*, 1-17.

- Kafetsios, K. ve Sideridis, G. D. (2006). Attachment, social support and well being in young and older adults. *Journal of Health Psychology, 11*(6), 863-875.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2012). Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel Psikoloji. (3. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kantarcı, D. (2009). Evli bireylerin bağlanma stillerine göre adatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kapucı, O. (2014). Evli çiftlerin evlilik kalitesi ve bağlanma stillerinin demografik özellikler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karahan, T. F. ve Sardoğan, M. E. (2004). Psikolojik danışma ve psikoterapide kuramlar. Samsun: Deniz Kültür Yayınları.
- Karakurt, G. (2001). The impact of adult attachment styles on romantic jealousy. Doctoral dissertation. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kavcar, B.(2011). Duygusal zekâ ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkileri: bir devlet üniversitesi örneği. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kılıç, K. (2013). Duygusal zekânın gemi adamlarının iş performansına etkisi. Yüksek lisans tezi. İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kobak, R. R., Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others, *Child Development, 59*, 135-146.
- Kubar, M. (2017). Lise örneğinde bağlanma stili ve benlik saygısının duygusal yeme ile ilişkisi. Yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Lester, D., Deluca, G., Hellinghausen, W. & Scribner, D. (1985). Jealousy and irrationality in love. *Psychological Reports, 56*(1), 210-210.
- Madran, H. A. D. (2008). Duygusal ve cinsel kıskançlık açısından temel cinsiyet farklılıkları: evrimsel yaklaşım ve süregelen tartışmalar. *Türk Psikiyatri Dergisi, 19* (3): 300-309.
- Man, K.N. & Hamid, P.N. (1998). The relationship between attachment prototypes, self-esteem, loneliness and causal attributions in chinese trainee teachers. *Personality And Individual Differences, 24*, 357-371.
- Mathes, E. W. (1992). *Jealousy: The psychological data*. University Press of Amer.

- Mathes, E. W., Phillips, J. T., Skowron, J. M., & Dick III, W. E. (1981, May). *Behavioral correlates of jealousy*. Paper presented at the meeting of the Midwestern Psychological Association, Detroit.
- Melamed, T. (1991). Individual differences in romantic jealousy: The moderating effect of relationship characteristics. *European Journal of Social Psychology*, 21(5), 455-461.
- Meyers, S. (1998). Personality correlates of adult attachment style. *The Journal Of Social Psychology*, 138(3). 407-419, Mıt Pres, Cambridge.
- Morsünbül, Ü. (2005). Ergenlikte kimlik statülerinin bağlanma stilleri, cinsiyet ve eğitim düzeyi açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3): 553-570.
- Mroz, K. L. (2010). Romantic jealousy as a social comparison process. Master thesis, California State University.
- Murphy, S. M., Vallacher, R. R., Shackelford, T. K., Bjorklund, D. F. & Yunger, J. L. (2006). Relationship experience as a predictor of romantic jealousy. *Personality and Individual Differences*, 40(4), 761-769.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 70(1), 79.
- Nelson, L. A. (2014). The effect of romantic jealousy on self-control: an examination of trait constructs and sex differences based on survey and experimental data. Doctoral Dissertation, The East Tennessee State University.
- Öner, B. (2001). Factors predicting future time orientation for romantic relationships, with the opposite sex. *Journal of Psychology*, 135 (4), 430-439.
- Özdemir, M. (2015). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâları ile yaşam doyumlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Özdemir, M. ve Dilekmen, M. (2014). Eğitim fakültesi ilköğretim bölümünde okuyan öğrencilerin duygusal zekâ düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yıldız Uluslararası Eğitim Araştırmaları ve Sosyal Bilimler Konferansında Sunulan Bildiri. Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.

- Parker, J.D.A., Summerfeldt, M.J., Hogan, M., Majeski, S.A. (2004). Emotional intelligence and akademik success: Examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36, 163-172.
- Peck, S. D. (2003). Measuring sensivity moment: A microanalytic look at the transmission of attachment, *Attacment & Human Development*, 5, 38-63.
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(2), 181-196.
- Pines, A. (1992). Romantic jealousy: five perspectives and an integrative approach. *Psychotherapy*, 29 (4), 675-683.
- Pines, A. M. (1998). Romantic jealousy: Causes, symptoms, cures. New York: Routledge.
- Pines, A. M. (2003). Aşk ve Kıskançlık. Çev. Canan Yonsel. İstanbul; Okuyan Us Yayın.
- Pines, A. M., & Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. *The Journal of social psychology*, 138(1), 54-71.
- Powell, C. A. J. (2010). Superiority of rival, gender, chronic jealousy, and narcissism as predictors of partner-focused versus rival-focused romantic jealousy and aggression. Doctoral Dissertation, University of Kentucky.
- Shackelford, T. K., Buss, D. M. (1997) Cuestoin fidelity. *Pers Soc Psychol Bull*, 23, 1034-1045.
- Sharpsteen, D. A., & Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (3), 627-640.
- Somer, O., Korkmaz, M., Tatar, A. (2002). Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin Geliştirilmesi – I: Ölçek ve Alt Ölçeklerin Oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 21-33.
- Stapleton, M. S. (2005). Assessing emotional intelligence in children and adolescents: reliability and validity of the emotional quotient inventory: youth version. ProQuest LLC.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21 (57): 1-22.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71 - 109.

- Tarhan, N., Gümüşel, O. ve Sayım, A. (2014). Pozitif psikoloji: çoklu zekâ uygulamaları. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taşgıt, M. S. (2012). Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.
- Taylor, S. E. ,Peplau, L. A., Sears, D. O. (2007). Social Psychology, (Çev: Ali Dönmez), Ankara İmge Publishing.
- Tortamış, M. (2014). Evli bireylerde romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Torun, G. (2012). Sosyal kimliğin kıskançlık ve başkasının üzüntüsüne sevinme üzerindeki etkileri. Yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tosun, M. (2013). On the relationship between emotional intelligence and foreign language skills in elt. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Tuna, Y. ve Kayaoğlu A. (2013). Birey ve davranış. Ünlü, S. (ed.) Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Yayınları Web-Ofset. (2. Baskı).
- Tunç, E. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile ilişki doyumu, affetme ve kıskançlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*. 19(1): 24-39.
- Uzel, A. (2015). Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Üncü, S. (2007). Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Üzel, D. ve Hangül, T. (2012). Duygusal zekâ ve akademik başarı arasındaki ilişki. X. Ulusal Fen Bilimleri ve Matematik Eğitimi Kongresi, Niğde.
- Warber, K. M. (2007). The impact of sex and gender in the relationships among attachment, romantic jealousy, and varying forms of aggression in adult romantic relationships. Doctoral dissertation, The University of Arizona.

- Wei, M., Vogel, D. L. & Ku, I. Y., (2006). Adult attachment, affect regulation; negative mood&interpersonal problems. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 14-24.
- White, G. L. (1981). A model of romantic jealousy. *Motivation and Emotion*, 5(4), 295-310.
- White, G. L. (1981). Some correlates of romantic jealousy. *Journal of Personality*, 49, 22-33.
- Wing, C. F., Schutte, S. N. & Byrne, B. (2006). The effect of positive writing on emotional intelligence and life satisfaction university of new england. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1291–1302.
- Yaşlıoğlu, M., Pekdemir I. ve Toplu, D. (2013). Duygusal zekâ ve çatışma yönetimi yöntemleri arasındaki ilişki ve bu ilişkide lider üye etkileşiminin rolü. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 11(22), 191-220.
- Yerlikaya, Y.G. (2015). Evrimsel kıskançlıkta cinsiyet farkları: Cinsel yönelim, cinsiyet rolleri ve ilişki deneyimlerinin etkisi. Yüksek lisans tezi. Doğuş Üniversitesi, İstanbul.
- Yeşilyaprak, B. (Ed.). (2004). Gelişim ve öğrenme psikolojisi. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Yeter, Ö. (2016). Bağlanma Stilleri, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Doyumu ve Kıskançlık İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Araştırma. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Yılmaz, R. (2003). Duygusal zekâ ve din öğretimi. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Yörükoğlu, A. (2004). Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zandbergen, D.L. (2014). Culture and gender differences in romantic jealousy. Master thesis, University of Hawai.
- Zeytinoğlu, E. (2013). Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

EKLER

Ek-1: Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Sonuçlarını yüksek lisans tez çalışmamda kullanacağım ölçekleri doldurmanızı rica ediyorum. Cevaplarınızı içtenlikle ve eksiksiz olarak vermeniz, araştırmamın objektifliği açısından büyük önem taşımaktadır. Vereceğiniz cevaplar sadece araştırma kapsamında bilimsel amaçlar için kullanılacak ve kesinlikle gizli tutulacaktır. Katkılarınızdan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

Psikolog
Simla Metiner
simlametiner@gmail.com

1. Yaşınız: 25-34
 35-50
2. Cinsiyet: Erkek
 Kadın
3. Eğitim
Düzeyiniz: Lise
 Lisans
 Lisansüstü

Ek-2: Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği

Lütfen maddeleri okurken “X” harfinin yerine romantik ilişkide bulunduğunuz kişinin adını koyunuz. Her bir maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki ilgili rakam üzerine çarpı (x) koyarak gösteriniz. Lütfen bütün soruları yanıtlayınız.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Sevinirim Üzülürüm

	1	2	3	4	5	6	7
1. X size karşı cinsten bir başkasının ne kadar iyi görüldüğü hakkında yorum yapıyorsa	1	2	3	4	5	6	7
2. X karşı cinsten birisiyle konuşmak için aşırı ilgi ve heyecan gösterirse	1	2	3	4	5	6	7
3. X karşı cinsten birisine sıcak bir tavırla gülümserse	1	2	3	4	5	6	7
4. X karşı cinsten birisiyle flört ederse	1	2	3	4	5	6	7
5. Karşı cinsten birisi X'le çıkarsa	1	2	3	4	5	6	7
6. X karşı cinsten birisini kucaklar ve öperse.	1	2	3	4	5	6	7
7. X karşı cinsten birisiyle çok yakın çalışırsa	1	2	3	4	5	6	7

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Beni tanımlamıyor

Beni tanımlıyor

8. X'in çekmecelerini, el çantasını ve ceplerini kontrol ederim	1	2	3	4	5	6	7
9. X'i hiç beklemediği zamanlarda orada olup olmadığını anlamak için ararım.	1	2	3	4	5	6	7
10. X'e geçmişteki ve bugünkü romantik ilişkileri hakkında sorular sorarım	1	2	3	4	5	6	7
11. Eğer X karşı cinsten birisine ilgi gösterirse onun hakkında kötü şeyler söylerim	1	2	3	4	5	6	7
12. X'e telefon konuşmaları hakkında sorgularım	1	2	3	4	5	6	7
13. X'e nerede olduğu konusunda sorular sorarım	1	2	3	4	5	6	7
14. X'i ne zaman karşı cinsten birisiyle konuşurken görsem araya girerim.	1	2	3	4	5	6	7
15. Sadece yanında kim olduğunu görmek için X'e sürpriz ziyaretler yaparım	1	2	3	4	5	6	7
16. X'in karşı cinsten birisiyle gizlice görüştüğünden şüphe ediyorum	1	2	3	4	5	6	7
17. Karşı cinsten birisinin X'in peşinden koşuyor olmasından kaygı duyuyorum	1	2	3	4	5	6	7
18. X'in başka birisinden etkilenmiş olmasından şüpheleniyorum	1	2	3	4	5	6	7
19. X'in benim arkamdan karşı cinsten bir başkasıyla fiziksel yakınlık kurmuş olmasından kuşulanıyorum	1	2	3	4	5	6	7
20. Karşı cinsten bazı insanların X'e romantik ilgi duyuyor olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
21. X'in gizlice karşı cinsten birisiyle romantik yakınlık kurmakta olduğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5	6	7
22. Karşı cinsten birisinin X'i ayarttığından endişe ediyorum	1	2	3	4	5	6	7
23. X'in karşı cinse aşırı tutkun olduğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5	6	7

Ek-3: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Anketi

YÖNERGE:

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilişkilidir. Bu araştırmada yalnızca şu anda değil genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenilmektedir. Maddelerde sözü geçen ‘birlikte olduğum kişi’ ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Her bir maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (x) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle Katılıyorum

		1	2	3	4	5	6	7
1.	Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Terk edilmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olmak konusunda çok rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
4.	İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Birlikte olduğum kişi bana yakınlaşmaya başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları umursadığım kadar umursamayacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Romantik ilişkide olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Birlikte olduğum kişiyi kaybedeceğim diye çok kaygılanırım.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Birlikte olduğum kişiye yakın olmak isterim ama sürekli kendimi geri çekerim.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem	1	2	3	4	5	6	7
11.	Genellikle birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin, benim onun için hissettiklerimin kadar güçlü olmasını arzu ederim.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Birlikte olduğum kişiye yakın olmak isterim ama sürekli kendimi geri çekerim.	1	2	3	4	5	6	7
13.	Birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen onları korkutup benden uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
14.	Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir.	1	2	3	4	5	6	7

15.	Yalnız kalmaktan endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7
16.	Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda oldukça rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
17.	Çok yakın olma arzumu bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
19.	Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
20.	Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
21.	Birlikte olduğum kişileri bazen daha fazla duygu ve bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissedirim	1	2	3	4	5	6	7
22.	Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
23.	Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
24.	Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
25.	Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım.	1	2	3	4	5	6	7
26.	Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
27.	Birlikte olduğum kişinin bana istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
28.	Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
29.	Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanmakta rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
30.	Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engellenmiş hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
31.	Birlikte olduğum kişiden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsız olmam.	1	2	3	4	5	6	7
32.	İhtiyaç duyduğumda, birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
33.	İhtiyacım olduğunda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar.	1	2	3	4	5	6	7
34.	Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıkları zaman kendimi gerçekten kötü hissedirim	1	2	3	4	5	6	7
35.	Rahatlama ve güvencenin yanı sıra birçok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım.	1	2	3	4	5	6	7
36.	Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-4: Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri

Aşağıdaki maddeler, kendiniz hakkında ne düşünüp genel olarak nasıl hissettiğinize ilişkin olarak hazırlanmıştır. Lütfen kendiniz hakkında nasıl hissettiğinizi karşısındaki seçeneklerden size en uygun olanını X ile işaretleyerek belirtin.

(Tüm sorulara ve her soru için sadece bir cevabı işaretleyiniz.)

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum				
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.				
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.				
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.				
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.				
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.				
7. Genel olarak kendimden memnunum.				
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.				
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.				
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.				

Ek-5: Duygusal Zekâ Ölçeği

Bu testin amacı, duygusal zekânın çeşitli öğelerini içeren beceri ve eğilimleri değerlendirmektir. Aşağıdaki İfadeleri okuyup, size en uygun olduğunu düşündüğünüz karşısındaki seçeneklerden size en uygun olanını X ile işaretleyerek belirtin.

(Tüm sorulara ve her soru için sadece bir cevabı işaretleyiniz.)

		Kesinlikle Katılmıyorum	Kesinlikle Katılıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1	Hayatımı sürdürebilmek için hem olumlu hem de olumsuz duygularımın farkındayım.	1	2	3	4	5	6
2	Olumsuz duygularım, hayatımda değiştirmem gereken şeyler hakkında bana yardımcı olur.	1	2	3	4	5	6
3	Baskı altında bile sakin kalabilirim.	1	2	3	4	5	6
4	Andan ana değişebilen duygularımı yönlendirebilirim.	1	2	3	4	5	6
5	Zor bir durumla karşılaştığımda, hayatın isteklerine odaklanabilir ve sakinliğimi koruyabilirim.	1	2	3	4	5	6
6	Zor bir durumla karşılaştığımda, eğlence, mizah, mücadele ruhu gibi olumlu özelliklerimi bir araya getirip kullanabilirim	1	2	3	4	5	6
7	Hissettiğim duyguların sorumluluğunu bilirim.	1	2	3	4	5	6
8	Bir şeyler beni üzdükten sonra hemen kendime gelirim.	1	2	3	4	5	6
9	Diğer insanların problemlerini dinlemede etkinimdir.	1	2	3	4	5	6
10	Olumsuz duyguların etrafında dönüp durmam.	1	2	3	4	5	6
11	Diğer insanların duygusal ihtiyaçlarına karşı hassasım.	1	2	3	4	5	6
12	Diğer insanların üzerinde sakinleştirici bir etkim vardır.	1	2	3	4	5	6
13	Aksiliklerle karşılaştığımda tekrar ve tekrar kendimi motive edebilirim.	1	2	3	4	5	6
14	Hayatın zorluklarına karşı yaratıcı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
15	Diğer insanların motivasyonları, istekleri ve durumlarına uygun cevap verebilirim.	1	2	3	4	5	6

16	İhtiyaç olduğunda sakinlik; uyanıklık ve duruma odaklanmayı kolayca sağlayabilirim.	1	2	3	4	5	6
17	Zamanı geldiğinde olumsuz duygularıyla yüzleşebilirim ve bu duruma uygun olarak çalışabilirim.	1	2	3	4	5	6
18	Üzücü bir olaydan sonra kendimi yatıştırabilirim.	1	2	3	4	5	6
19	İyilik halini sürdürebilmek için doğru duygularımı tanımanın çok önemli olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6
20	İnsanlar duygularını açıkça söylemeseler bile onların duygularını anlayabilirim.	1	2	3	4	5	6
21	İnsanların duygularını onların yüz ifadelerinden anlayabilirim.	1	2	3	4	5	6
22	Bir görev için çağrıldığımda, olumsuz duygularımı bir yana bırakabilirim.	1	2	3	4	5	6
23	İnsanların ihtiyaçlarını gösteren sosyal sinyalleri (İşaretleri) hemen fark ederim.	1	2	3	4	5	6
24	İnsanlar beni diğer insanlar diğer insanların duyguları için etkin bir danışman olarak görürler.	1	2	3	4	5	6
25	Kendi duygularının farkında olan insanlar hayatlarını daha iyi idare ederler.	1	2	3	4	5	6
26	Sık sık diğerlerinin durumlarını (morallerini) geliştirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
27	İlişkileri yürütmek için iyi tavsiyelerde bulunabilirim.	1	2	3	4	5	6
28	İnsanların duygularına kolayca uyum sağlarım.	1	2	3	4	5	6
29	İnsanların motivasyonlarını sağlamada ve amaçlarına ulaşmalarında yardım ederim.	1	2	3	4	5	6
30	Olumsuz duygularımdan hemencecik kurtulabilirim.	1	2	3	4	5	6

Sayı: EKK/2017/47
Konu: Simla METİNER: YL tez çalışması

22/09/2017

T.C. MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: 14475162-302.08.01-402 sayılı 06.07.2017 tarihli yazınız.

İlgi yazınız ekinde sunulan Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Gelişim Psikolojisi) Programı Tezli Yüksek Lisans öğrencilerinden Simla METİNER tarafından gönderilen "Farklı Yaş Gruplarında Kıskaçlık Düzeyini Belirleme ve Bağlanma Stili ile İlişisini Kurma" konulu tez önerisi ve ölçekleri 22/09/2017 tarihinde incelenerek T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu Yönergesinin 6. maddesinde yazılı; "bilimsel disipline bağlılık, yaşama saygı, zarar vermeme, olası zarar ve riskler konusunda tüm ilgilileri bilgilendirme, insan ve topluma sorumluluk" gibi ilkelere uygun olduğuna; yayına temel oluşturan araştırmanın tasarım, planlama ve yürütülme aşamalarında katkıda bulunanlara yer verilmesi, eksiksiz ve doğru kaynak gösterilmesi, gereken biçim ve doğrulukta atıflarda bulunulması kaydıyla yapılmasının etik olarak uygun olduğuna; toplantıya katılan üyelerin oybirliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla arz/rica ederim.

Prof. Dr. Belma AKŞİT
Etik Kurulu Başkanı

Prof. Dr. Necla ÖZTÜRK
Üye

Prof. Dr. Nurgün OKTİK
Üye

Prof. Dr. Hacer KARADİNSOĞLU

Üye

Prof. Dr. Nermin ÇELEN

Üye

Prof. Dr. Durmuş GÜNAY

Üye (Katılmadı)

Prof. Dr. Ahmet Zafer ÖZTEK
Üye

ÖZGEÇMİŞ

1983’de İstanbul’da doğdu. Şehremini Lisesi’ni bitirdikten sonra, Haliç Üniversitesi’nde başladığı Psikoloji Bölümü’nü 2006 yılında bitirdi. Bahçelievler Huzurevi’nde, Haseki Hastanesi Psikiyatri Servisi’nde, Bakırköy Ruh Ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri Bölümü’nde, Çapa Tıp Fakültesi Hastanesi Geriatri Servisi’nde, Çocuk Esirgeme Kurumu ve Atatürk Kız Yetiştirme Kurum’larında stajlarını tamamladı. 2007 yılında Sağlıklı Yaşam Polikliniği’nde Psikolog olarak çalışmaya başladı. Mesleğine Neva Şallom Sinagogu Vakfi- Barınyurt Huzurevi’nde Sorumlu Müdür-Psikolog olarak görevini icra ederken, 2012 yılından itibaren İBB Kadın ve Aile Sağlığı Merkezi’nde yetişkin grupları ile Psikoterapist olarak görev yapmış, bireysel ve çift terapileri alanında hizmet vermiştir. Halen aynı kurumda Psikoterapist olarak çalışmakta ve bunun yanı sıra 2017’den itibaren de Eğitim (saha) Hizmet Birimi Koordinatörlüğünü devam ettirmektedir. “Bilişsel Davranışçı Terapi” eğitimini (2007), EMDR Level 1 , Gottman Level 1 (2012) , “ Stratejik Aile Terapisi “ (2013), Kabul ve Kararlılık Terapisi (2015), Varoluşçu Analiz ve Logoterapi (2012 –2014) eğitimlerini tamamladı. Tematik Algı Testi (TAT), CAT (Çocuklar için projektif test) , MMPI (2007) , çocuklar üzerine yapılan “Gelişimsel Testler” eğitimini aldı (2014).

Psikolog Simla Metiner

simlametiner@gmail.com

05362375500