

**T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİNİN VE CİNSEL DOYUMUN
BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hatice Sevgi ARSLAN MINDİZ

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı :Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Dilek ANUK

İSTANBUL – 2022

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİNİN VE CİNSEL DOYUMUN
BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Hatice Sevgi ARSLAN MINDİZ

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

“Bu tez ___/___/2022 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRI ÜYESİ	KANAATİ	İMZA

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Hatice Sevgi ARSLAN MINDİZ

03.02.2022



ÖNSÖZ

Bu çalışmanın yürütülmesi sırasında desteğini esirgemeyen danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Dilek ANUK'a rehberliği için teşekkür ederim.

Ayrıca bu yolculukta ellerini üstümden çekmeyen motivasyonum düştüğünde beni itekleyen sevgili meslektaşlarım ve dostlarım Özüm Karya SAKMAN ve Büşra SELDUZ'e destekleri için teşekkür ederim.

Son olarak, tüm eğitimim boyunca sevgileri ve destekleri için sevgili eşim Psk. Erhan MINDİZ'a sevgili anneme ve en önemlisi biricik anneanneme teşekkürü borç bilirim.

Hatice Sevgi ARSLAN MINDİZ

03.02.2022

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

KISALTMALAR	i
TABLO LİSTESİ	ii
ŞEKİL LİSTESİ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİNİN VE CİNSEL DOYUMUN BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ	4
1.1. Romantik İlişki	4
1.1.1. Romantik İlişkilerin Oluşumu ve Sürdürülmesi	4
1.1.2. Romantik İlişkileri Açıklayan Kuramlar	6
1.1.2.1. Üçgen Aşk Kuramı	6
1.1.2.2. Aşk Stilleri Kuramı	9
1.1.2.3. Psikososyal Gelişim Kuramı	10
1.1.2.4. Bağlanma Kuramı	11
1.1.2.4.1. Güvenli Bağlanma	13
1.1.2.4.2. Kaygılı Bağlanma	14
1.1.2.4.3. Kaçınan Bağlanma	15
1.1.3. Romantik İlişki Kalitesi	15
1.1.4. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi	16
1.1.4.1. Doyum	16
1.1.4.2. Adanmışlık	17
1.1.4.3. Güven	17
1.1.4.4. Yakınlık	18
1.1.4.5. Tutku	18
1.1.4.6. Aşk	18
1.1.5. Romantik İlişki Kalitesi ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiyi İnceleyen Geçmiş Araştırmalar	19
1.2. Cinsel Doyum	22
1.2.1. Cinsellik ve Cinsel Doyum Kavramları	22

1.2.2. Cinsel Doyumu Etkileyen Faktörler	24
1.2.3. Cinsel Doyum ile Romantik İlişki Kalitesi ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiyi İnceleyen Geçmiş Araştırmalar	25
1.2.3.1. Ülkemizde Yapılan Araştırmalar	25
1.2.3.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar	26
1.3. Araştırmanın Hipotezleri	29
BÖLÜM 2: YÖNTEM	30
2.1. Örneklem	30
2.2. Veri Toplama Araçları	30
2.2.1. Onam Formu	30
2.2.2. Demografik Bilgi Formu	30
2.2.3. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ)	31
2.2.4. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)	31
2.2.5. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)	32
2.3. İşlem Yolu	32
2.4. İstatistiksel Analiz	33
BÖLÜM 3: BULGULAR	34
3.1. Verilerin Düzenlenmesi	34
3.2. Katılımcıların Demografik Özellikleri	35
3.3. Katılımcıların Ölçek Puanlarına İlişkin Betimleyici İstatistik Değerleri	37
3.4. Değişkenler Arasındaki İlişkililik Analiz Sonuçları	38
3.4.1. Kadın Katılımcıların Cinsel Doyumu ile Bağlanma Stilleri ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki için Korelasyon Analizleri	39
3.4.2. Erkek Katılımcıların Cinsel Doyumu ile Bağlanma Stilleri ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki için Korelasyon Analizleri	41
3.4.3. Bağlanma Stilleri ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki Korelasyon Analizleri	43
3.5. Regresyon Analizleri	44
3.6. Cinsel Doyumun ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesinin Bağlanma Stili Gruplarına göre İncelenmesi	46
3.6.1. Bağlanma Stillerinin Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Açısından Karşılaştırılması	46

3.6.2. Bağlanma Stillerinin Cinsel Doyum Açısından Karşılaştırılması	47
BÖLÜM 4: TARTIŞMA	50
4.1. İlişkisel Analizlere İlişkin Bulguların Tartışılması.....	50
4.2. Sosyodemografik Değişkenlerin ve İlişki Kalitesinin Cinsel Doyumu Yordayıcılığına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	54
4.3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesinin Bağlanma Stillerine Göre Değişimine İlişkin Bulguların Tartışılması	57
4.4. Cinsel Doyumun Bağlanma Stillerine Göre Değişimine İlişkin Bulguların Tartışılması	59
SONUÇ VE ÖNERİLER	62
KAYNAKÇA	64
EKLER	75
ÖZGEÇMİŞ	84

KISALTMALAR

ARİKÖ	: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
GRCDÖ	: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği
ÜBBSÖ	: Üç Boyutlu Bağlanma Stili Ölçeği



TABLO LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Değerleri ..	36
Tablo 2. Katılımcıların Ailelerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Değerleri	37
Tablo 3. Ölçekler ve Alt Boyutlarına Ait Minimum, Maksimum, Ortalama Puan ve Standart Sapma Değerleri	38
Tablo 4. Kadınlarda GRCDÖ ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Alt Boyut puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları (n = 175).....	40
Tablo 5. Erkeklerde GRCDÖ ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Alt Boyut puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları (n = 118).....	42
Tablo 6. Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Alt Boyut puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları (n = 293)	44
Tablo 7. Kadın Katılımcılarda Toplam Cinsel Doyumu Belirleyen Değişkenlere İlişkin Lineer Regresyon Analizi Sonuçları	45
Tablo 8. Erkek Katılımcılarda Toplam Cinsel Doyumu Belirleyen Değişkenlere İlişkin Lineer Regresyon Analizi Sonuçları	45
Tablo 9. Bağlanma Stilleri Arasında Algılanan Romantik İlişki Kalitesinin Karşılaştırılmasına Yönelik t-Testi Sonuçları.....	47
Tablo 10. Kadın ve Erkek Katılımcıların GRCDÖ Puanlarının Bağlanma Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları	48

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1: Stenberg'in Üçgen Aşk Modeli.....	8
--	---



ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü- Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Romantik İlişki Kalitesinin ve Cinsel Doyumun Bağlanma Stillere Göre İncelenmesi	
Tezin Yazarı: Hatice Sevgi ARSLAN MINDİZ Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Dilek ANUK	
Kabul Tarihi: 03.02.2022	Sayfa Sayısı: v (ön kısım) + 74 (tez) + 10 (Ek)
Anabilim dalı: Psikoloji	Bilim dalı: Klinik Psikoloji
Bireyin yaşamın erken döneminde ebeveynleriyle kurduğu bağlanma stiline yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerini ve cinsel yaşamını etkilediği bilinmektedir. Literatürde genel bağlanma stili ile algılanan romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyumu birlikte inceleyen araştırma sayısı oldukça kısıtlıdır. Bu doğrultuda güncel araştırma, bireylerin algıladıkları romantik ilişki kalitelerinin ve cinsel doyumlarının sahip oldukları bağlanma stiline göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya 18-88 yaş aralığında bulunan, halihazırda bir romantik ilişkisi olan ve cinsel kimliğini heteroseksüel olarak tanımlayan 293 gönüllü katılımcı dahil edilmiştir. Katılımcılara Google Forms aracılığıyla çevrimiçi şekilde ulaşılmıştır. Veriler toplanmaya başlanmadan önce her katılımcıdan Bilgilendirilmiş Onam Formu aracılığıyla araştırmaya gönüllü olarak katıldığına yönelik onay alınmıştır. Araştırmada ilgilenilen değişkenlerin ölçülmesinde Kişisel Bilgi Formu, Üç Boyutlu Bağlanma Stili Ölçeği (ÜBBSÖ), Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ) ve Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde, değişkenlerin katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre karşılaştırılması amacıyla Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA yöntemleri kullanılmıştır. Araştırma değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkisini incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve regresyon analizleri uygulanmıştır. Araştırma bulguları, cinsel doyum ile algılanan romantik ilişki kalitesi arasında pozitif bir ilişki olduğunu, güvenli bağlanan bireylerin algıladıkları romantik ilişki kalitesinin güvenli bağlanmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Kadınların cinsel doyumunun tek anlamlı yordayıcısı algılanan romantik ilişki kalitesi, erkeklerin cinsel doyumunun anlamlı yordayıcıları ise algılanan romantik ilişki kalitesi, güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma olarak bulunmuştur. Araştırma sonuçları, kadınların cinsel doyumunun bağlanma stillerine göre farklılaşmazken güvenli bağlanan erkeklerin cinsel doyumlarının güvenli bağlanmayan erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Elde edilen bulgular ilgili literatür çerçevesinde tartışılmış ve birtakım öneriler sunulmuştur.	
Anahtar Kelimeler: Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Bağlanma Örüntüleri, Cinsel Doyum, Romantik İlişki Kalitesi, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi	

ABSTRACT

İstanbul Kent University – Institute of Graduate Education Abstract of Master's Thesis

Title of Thesis: Investigation of Romantic Relationship Quality and Sexual Satisfaction According to Attachment Styles

Author: Hatice Sevgi ARSLAN MINDİZ **Supervisor:** Dr. Lecturer Dilek ANUK

Date: 03.02.2022

Nu. of Pages: v (pre text) + 74 (main body) +10 (App.)

Department: Psychology

Subfield: Clinical Psychology

It is known that the attachment style that individuals establish with their parents in the early stages of life affects their romantic relationships and sexual life in adulthood. In the literature, the number of studies examining general attachment style together with perceived romantic relationship quality and sexual satisfaction is quite limited. In this direction, the current research aimed to determine whether individuals' perceived romantic relationship quality and sexual satisfaction differ according to their attachment style. The study included 293 volunteer participants aged 18-88, who were already in a romantic relationship and defined their sexual identity as heterosexual. Participants were reached online via Google Forms. Before the data were collected, consent was obtained from each participant to voluntarily participate in the study through the Informed Consent Form. Personal Information Form, Three-Dimensional Attachment Style Scale, Perceived Romantic Relationship Quality Scale, and Golombok-Rust Sexual Satisfaction Scale were used to measure the variables of interest in the study. In the analysis of the research data, Independent Groups t-test and ANOVA methods were used in order to compare the variables according to the sociodemographic characteristics of the participants. Pearson Correlation Analysis and regression analyzes were applied to examine the relationship between the research variables. The research findings showed that there is a positive relationship between sexual satisfaction and perceived romantic relationship quality, and the perceived romantic relationship quality of securely attached individuals is higher than insecurely attached individuals. Perceived romantic relationship quality was found to be the only significant predictor of women's sexual satisfaction, and perceived romantic relationship quality, secure attachment, and avoidant attachment as significant predictors of men's sexual satisfaction. The results of the study showed that while the sexual satisfaction of women did not differ according to their attachment styles, the sexual satisfaction of securely attached men was higher than that of non-securely attached men. The findings were discussed within the framework of the relevant literature and some suggestions were presented.

Keywords: Three-Dimensional Attachment Style, Attachment Pattern, Sexual Satisfaction, Relationship Quality, Perceived Relationship Quality

GİRİŞ

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bireyin yaşamın erken döneminde ebeveynleriyle kurduğu bağlanma stiline ilerleyen zamanlardaki kişilerarası ilişkilerini ve yaşamının birçok alanını etkilediği, güvensiz bağlanan (kaçınan ve kaygılı-kararsız) bireylerin güvenli bağlanan bireylere kıyasla kişilerarası ilişkilerinde daha fazla problemi yaşadığı bilinmektedir. Bununla birlikte, geçmiş araştırmalar güvensiz bağlanan bireylerin olumsuz deneyimlerinin daha fazla olduğunu ve bunun sonucunda daha fazla cinsel işlev bozukluğu yaşadıklarını (Uluyol, 2019) ve romantik ilişki doyumlarının daha düşük olduğunu (Simpson, 1990) göstermiştir. Bu doğrultuda güncel araştırma, bireylerin romantik ilişki kalitelerinin ve cinsel doyumlarının sahip oldukları bağlanma stiline göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeyi amaçlamaktadır. Güncel araştırmada bireylerin romantik ilişki kalitelerinin ve cinsel doyumlarının sahip oldukları bağlanma stilleriyle olan ilişkilerin belirlenmesinin, romantik ilişki problemlerinin, cinsel yaşam problemlerinin veya klinik düzeyde tanımlanmış cinsel işlev bozuklarının çözümünde önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, psikoterapi ihtiyacı olan bireylere yönelik uygulanan bireysel terapi, çift ve aile terapisi ve cinsel terapi gibi uygulamalarda bireylerin sahip olduğu bağlanma stillerinin belirlenmesi ve güvenli bağlanmamış bireylerin yaşadıkları güven problemlerinin çözümüne yönelik müdahalelerin oluşturulmasının terapi sürecine olumlu katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırmada halihazırda bir romantik ilişkisi olan, çeşitli vakıf ve devlet üniversitelerinde eğitim gören üniversite öğrencilerine ve İstanbul'da ve İzmir'de ikamet eden 18-88 yaş arasında bulunan toplam 343 bireye Google Forms aracılığıyla ulaşılmıştır. Çalışmada kullanılan Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği yalnızca heteroseksüel bireylerde uygulanabildiği için cinsel kimliğini heteroseksüel olarak tanımlayan katılımcılar araştırmaya dahil edilmiş; kendisini homoseksüel, biseksüel veya aoseksüel olarak tanımlayan bireyler örnekleme dahil edilmemiştir. Sonuç, 293 kişiden elde edilen verilerle çalışmaya devam edilmiştir. Bireylerin bağlanma stilleri, romantik ilişki kaliteleri ve cinsel yaşam doyumları öz bildirime dayalı ölçme araçları aracılığıyla belirlenmiştir. Araştırmada ilgilenilen değişkenlerin ölçülmesinde Kişisel Bilgi Formu,

Üç Boyutlu Bağlanma Stili Ölçeği (ÜBBSÖ), Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ) ve Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) kullanılmıştır. Veriler toplanmaya başlanmadan önce her katılımcıdan Bilgilendirilmiş Onam Formu aracılığıyla araştırmaya gönüllü olarak katıldığına yönelik onay alınmış ve katılımcılar araştırmanın amacı, verilerin hiçbir koşulda kişisel bilgilerle eşleşmeyeceği, yalnızca araştırmacılar tarafından erişilebilir olacağı ve bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacağına yönelik bilgi verilmiştir. Katılımcıların araştırmayı tamamlamaları ortalama 25 dakika sürmüştür.

Belirtilen tarihler arasında elde edilen araştırma veri setinin analizi için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Öncelikle, verilerin parametrik istatistiğin temel sayıltısı olarak normal dağılım özelliği gösterip göstermediği Tek Örneklem Kolmogorov-Smirnov normal dağılım analizi ve basıklık-çarpıklık değerlerine göre incelenmiştir. Kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerin demografik değişkenlere göre karşılaştırılması amacıyla Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Gruplar arası farkları incelemek adına varyans homojenliği sağlandığında ($p > .05$) Scheffe, varyans homojenliği sağlanmadığında ($p < .05$) ise Games-Howell post-hoc testlerine başvurulmuştur. İlişkililik analizleri için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve regresyon analizleri uygulanmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Güncel araştırmanın sınırlılıkları şu şekildedir:

1. Bu araştırma verileri çevirim içi platformda toplanan öz-bildirim ölçeklerine dayanmaktadır.
2. Araştırma verileri COVID-19 pandemisi sürecinde toplanmıştır. Bu sürecin, bireylerin romantik ilişki kalitelerine ve cinsel yaşam doyumlarına etki edebilecek karıştırıcı bir değişken olarak işlev görebileceği düşünülmektedir.
3. Bu araştırma verileri üniversite öğrencileriyle ve İzmir’de ve İstanbul’da ikamet eden bireylerle sınırlıdır.
4. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin (GRCDÖ) yalnızca heteroseksüel bireylerde geçerli bir ölçek olması sebebiyle farklı cinsel yönelimlere sahip bireylerin bağlanma stilleri, algıladıkları romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyumları arasındaki ilişki incelenememiştir.

5. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin (GRCDÖ) Dokunma alt boyutunun normal dağılıma uymaması ve yapılan dönüşümler sonucunda normallik varsayımını karşılamaması sebebiyle bu alt boyuta ilişkin incelemeler yapılamamıştır.
6. Araştırmada yer alan katılımcıların bir kısmının psikiyatrik tanısı olduğu, bir kısmının da alkol/madde kullanımı olduğu görülmüştür. Klinik düzeyde ölçüm alınamaması ve örneklemin küçük bir kısmını oluşturması sebebiyle araştırma değişkenleri bu sosyodemografik özelliklere göre karşılaştırılamamıştır.
7. Araştırmaya dahil olan katılımcıların eğitim düzeyi en az lisans seviyesindedir. Bu durum, araştırma bulgularının dış geçerliğini düşürmekte, bulguların daha düşük eğitim seviyesine sahip bireylere genellenebilmesini engellemektedir.

BÖLÜM 1: ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİNİN VE CİNSEL DOYUMUN BAĞLANMA STİLLERİNE GÖRE İNCELENMESİ

1.1. Romantik İlişki

Bireyin bilişsel, duygusal ve kimlik gelişiminde ebeveyn-çocuk ilişkisi, arkadaşlık ilişkisi ve romantik ilişki gibi yakın ilişkilerin önemli rol oynadığı bilinmektedir (Ryan ve Deci, 2000). Yakın ilişkiler, karşılıklı sevgi, saygı ve kabulü içeren kişilerarası ilişkiler olarak tanımlanmaktadır (Hendrick ve Hendrick, 2000). *Romantik ilişki*, duygusal ve fiziksel yakınlık ile karakterize olan bir yakın ilişki türüdür (Moss ve Schwebel, 1993; Sternberg, 1986). Diğer yakın ilişkilerden farklı olarak romantik ilişkilerin başlangıç zamanının ergenlik ve ilk yetişkinlik dönemi olduğu ileri sürülmektedir.

1.1.1. Romantik İlişkilerin Oluşumu ve Sürdürülmesi

Romantik ilişkilerin oluşum ve gelişim sürecini inceleyen birçok araştırmacıya göre romantik ilişkilerin başlangıcı ergenlik dönemine tekabül etmektedir (Laursen ve Williams, 1997; Phinney ve ark., 1990; Steinberg, 2007; Wright, 1982). Erikson'un (1968) psikososyal gelişim kuramına göre romantik ilişkinin temelleri bireyin kimliğini keşfetmeye başladığı ve akranlarla yakın ilişkiler kurduğu ergenlik döneminde atılmaktadır. Bu atılan temel bireye, yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresi olarak adlandırılan ilk yetişkinlik döneminde ise duygusal ilişkileri başlatma ve sürdürme becerisi kazandırmaktadır. Bununla birlikte, romantik ilişkilerin başlatılması ve sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için ergenlik döneminden ziyade yaşamın erken dönemlerinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Sigelman ve Rider (2017), bebeklik döneminde ebeveynle kurulan güvenli ilişkinin çocukluk döneminde akranlarla uyumlu bir ilişki kurmayı, ergenlik döneminde yakın ve samimi ilişkilere sahip olmayı ve genç yetişkinlik döneminde olumlu romantik ilişkileri başlatma ve sürdürmeyi sağladığını ileri sürmektedir. Connolly ve McIsaac (2009) göre romantik ilişkilerin başlaması ve sürdürülmesinde üç aşama tanımlamıştır: romantik çekime giriş, romantik ilişkilerin keşfedilmesi ve ikili romantik bağların değerlendirilmesi. İlk aşama olan romantik çekime giriş aşaması çoğunlukla ergenlik döneminin ilk başlarında gerçekleşmektedir. Bu aşamada bireylerin hemcinsleriyle

konuştukları konuların içeriği değişmekte ve romantik ilişkiler bu içeriğin büyük bir çoğunluğunu oluşturmaktadır. Romantik çekimi keşfetmeye başlayan ergen bireyler bu duygularını karşı tarafa açabilmekte veya tek taraflı aşk olarak yaşayabilmektedir (Connoly ve McIsaac, 2009). Daha ilerleyen zamanlarda bireyler romantik ilişkiyi deneyimlemek için flört davranışında bulunabilmektedir. Romantik ilişkinin ikinci aşaması, romantik ilişkileri deneyimlemeye daha açık olunan ve bu deneyimlerin akran grubu tarafından da desteklendiği bir süreçtir. Bu aşamadaki romantik ilişkiler çoğunlukla flört düzeyinde, geçici ve yoğunluğu az ilişkiler olmakla birlikte yetişkinlik dönemindeki ilişkilerin temelini de oluşturabilmektedir. İkili romantik bağların değerlendirilmesi aşaması, ergenlik döneminin sonlarında ve ilk yetişkinliğin başlangıcında gerçekleşmektedir. Bu aşamada bireyler yetişkinlerin ilişkilerine benzer bir şekilde ilişkiler kurmaya başlarlar. Bu dönemde yaşanan ilişkiler çoğunlukla duygu yoğunluğu yüksek, kuvvetli bir bağ gerektiren ciddi ilişkilerdir (Connoly ve McIsaac, 2009).

Romantik ilişkilerin başlamasında yaşı önemli bir rol oynamasının yanı sıra, aile, arkadaş çevresi, geçmiş deneyimler, kültür ve olası partnerlerin nitelikleri gibi birçok bireysel ve toplumsal faktör işin içine girmektedir. Ergenlik döneminde başlayan romantik ilişkiler bireyin akran grubunda bir statüye sahip olmasını sağlamakta ve psikososyal gelişimine destek olmaktadır (Furman ve Shaffer, 2003; Laursen ve Williams, 1997). Bununla birlikte, romantik ilişkiye sahip olan bireyler ilişkisi ile ilgili birtakım stres verici olaylar yaşayabilmekte (Zimmer-Gembeck, 2002) veya partnerlerine daha fazla zaman ayırmaya başladıkları için arkadaşlık ilişkilerinde bozulmalar meydana gelebilmektedir (Laursen ve Williams, 1997). Romantik bir partnere sahip olmanın olumlu ve olumsuz taraflarının birlikte değerlendirilmesi, ilişkinin sürdürülmesi veya bitirilmesi konusunda bireylere bir fikir vermektedir. Bununla birlikte, partnerin fiziksel çekiciliği, romantik ilişkinin başlamasında önemli bir rol oynamaktadır (Santrock, 2011). Romantik ilişki kurulacak partnerin fiziksel olarak çekici bulunması fizyolojik uyarılmayı sağladığı için ilişkinin başlangıcında fiziksel çekicilik her iki cinsiyet için de oldukça önemlidir. Fiziksel çekicilik ilişkiyi başlatmak için çoğu zaman yeterli olsa da ilişkiyi sürdürmede yakınlık, güven ve anlayış gibi faktörler ön plana çıkmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994; Huston ve Levinger, 1978; Santrock, 2011). Romantik ilişkilerin sürdürülmesinde partnerlerin duygusal, bilişsel ve fiziksel olarak yakın/benzer olmasını ifade eden *yakınlık* kavramı önemlidir (Huston ve Levinger, 1978). Partnerlerin eğitim

düzeyi, sosyoekonomik düzey, kültür, dil ve din gibi ortak özelliklerinin olmasının birbirlerine daha yakın hissetmelerini sağladığı ve ilişkiyi sürdürmeye yardımcı olduğu düşünülmektedir (Clark ve Reis, 1988; Santrock, 2011). Yakınlık; fiziksel, duygusal ve bilişsel yakınlığın yanı sıra bağlılık ve karşılıklılığı da içeren geniş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Moss ve Schwebel (1993) birbirlerine karşı yakınlık ve bağlılık duyan bireylerin ilişkiyi sürdürmek için çabaladıklarını (karşılıklılık ilkesi) fakat tüm bunların bir ilişkiyi sürdürmede yeterli olmadığını ileri sürmektedir. Romantik ilişkinin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için partnere yönelik olumlu tutum, davranışsal katılım ve aidiyet duygusu gibi tamamlayıcı ögelere ihtiyaç duyulmaktadır (Huston ve Levinger, 1978; Moss ve Schwebel, 1993). Romantik ilişkiler doğası gereği birbirinden farklı ve bireylere özgü olsa da birtakım temel ve tamamlayıcı ögelerin birçok romantik ilişkide ortaya çıktığı düşünülmektedir.

1.1.2. Romantik İlişkileri Açıklayan Kuramlar

Romantik ilişkilerin başlaması ve sürdürülmesi konusunda birçok farklı görüş bulunmaktadır. Bu bölümde, romantik ilişkileri açıklayan ve kavramsallaştıran temel kuramlara yer verilecektir.

1.1.2.1. Üçgen Aşk Kuramı

Sternberg (1986) aşkı oluşturan tüm unsurların belirlenmesinin mümkün olmadığını fakat aşkın *yakınlık*, *tutku* ve *bağlılık* olmak üzere üç temel bileşenin birbirleri ile olan etkileşimiyle anlaşılabilceğini ileri sürmüştür. Bu üç temel bileşen aşkın ayırt edici yönlerine işaret ederken aynı zamanda birbirleriyle güçlü bir ilişkide bulunarak farklı aşk türlerini oluşturmaktadır. Sternberg (1986) bir üçgenin köşelerinde bulunan ve üç temel bileşenin kombinasyonlarından oluşan farklı aşk stillerini tanımladığı yaklaşımına Üçgen Aşk Kuramı (The Triangular Theory of Love) adını vermiştir.

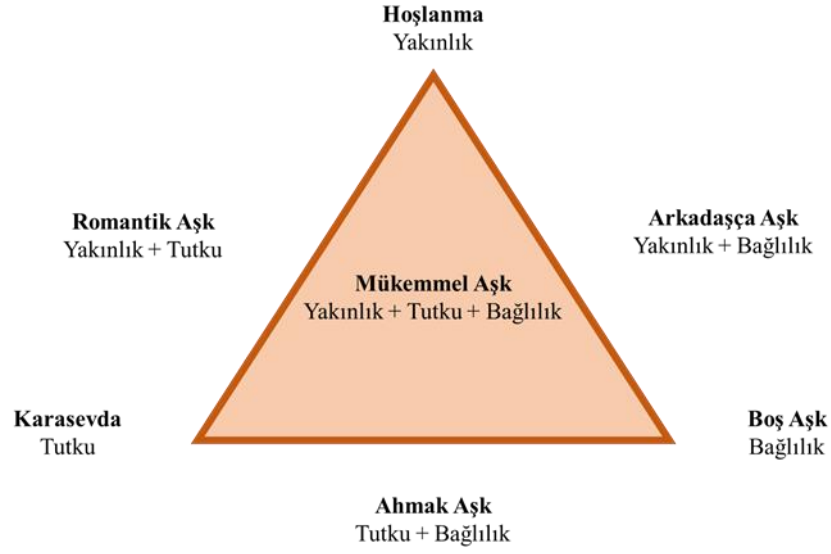
Yakınlık, partnerlerin birbirlerine kendilerini açmalarıyla başlayan ve sevgi dolu bir birlikteliğin en içerisindeki bileşendir. Bu tür bir paylaşım sevgi dolu ilişkilerde çoğunlukla bağlılıkla sonuçlanmaktadır. Yakınlık, romantik ilişkilerde yavaş yavaş gelişen ve ulaşılması zor bir bileşen olarak görülmektedir (Anderson, 2016).

Tutku, partnere duyulan karşı erotik ilgiyi ve arzuyu ifade etmektedir. Bu bileşen, sevgi dolu bir ilişkide partnerlerin birbirlerine fiziksel çekim duymalarına ve cinsel

birleşme yaşamalarına yönelik bir motivasyon kaynağıdır. Yakınlığa kıyasla tutku, romantik bir ilişkide daha hızlı gelişebilmekte ve benzer şekilde daha hızlı sönümlenebilmektedir.

Bağlılık, romantik bir ilişkide en yavaş gelişen, partnerlerin alternatifleri ile ilişkisini askıya almasıyla sonuçlanan ve bir bakıma ilişkinin devam edip etmeyeceğinin belirleyicisi olan bir bileşendir. Bir başka deyişle bağlılık, bireylerin romantik ilişkisini uzun süre sürdürmeye yönelik plan yapmasını ve bu süreçteki tutumlarına/davranışlarına yönelik bilişlerini içermektedir.

Bu üç bileşenden yakınlık ve bağlılık bileşenlerinin romantik ilişki içerisinde görece istikrarlı ve bireyin bilişsel kontrolünde olduğu, tutku bileşeninin ise bu noktada diğer bileşenlerden ayrıldığı düşünülmektedir (Anderson, 2016). Romantik ilişki içinde olan bireyler partnerleriyle ne kadar paylaşım yapacaklarına veya bu ilişkiyi nereye taşıyacaklarına yönelik kararlar verebilseler de partnerlerine yönelik duydukları tutkuya ve arzuya yönelik bir ayarlama yapamazlar. Bu üç temel bileşenin önem derecesi ilişkinin türüne, hatta bazı durumlarda bir ilişki içindeki bir partnerden diğer bir partnere göre değişiklik göstermektedir. Üçgen Aşk Kuramına göre bu bileşenlerin farklı kombinasyonları sekiz farklı aşk türünü oluşturmaktadır. Bu aşk türleri, hiçbir bileşenin yer almadığı *aşksızlık* ile başlamakta, *hoşlanma*, *arkadaşça aşk*, *boş aşk*, *ahmak aşk*, *karasevda*, *romantik aşk* ve tüm bileşenlerin yer aldığı *mükemmel aşk* ile sonlanmaktadır.



Şekil 1: Strenberg'in Üçgen Aşk Modeli

Kaynak: Sternberg, R. J. (1986). "A Triangular Theory of Love." **Psychological Review**, 93: 119–35. DOI:10.1037/0033–295X.93.2.119.

Aşksızlık, hiçbir bileşenin yer almadığı durumu ifade ederken diğer tüm aşk çeşitleri en az bir bileşeni içermektedir. *Hoşlanma*, yalnızca yakınlığın olduğu bir başkasına karşı tutku veya bağlılık olmaksızın sıcak bir ilişki kurmak olarak tanımlanmaktadır (Anderson, 2016: 2). *Karasevda* ise yüksek tutkuyu, düşük yakınlık ve bağlılığı içermektedir. Sternberg'e göre (1998) karasevda ilk görüşte aşka benzer, beklenmedik şekilde ortaya çıkan bir aşk türüdür ve çok çabuk sönümlenme eğilimindedir. *Boş aşk*, yakınlık ve tutkunun düşük fakat bağlılığın yüksek olduğu bir aşk türüdür. Bu aşk türünde partnerlerden biri diğerine karşı sevgi ve bağlılık hissetmekte ve kendini bu ilişkiye adayabilmektedir. Boş aşk zamanla diğer bileşenlerin de eklenmesiyle başka bir aşk türüne dönüşebilmekte veya aşksızlık ile sonuçlanabilmektedir (Anderson, 2016). *Ahmak aşk*, tutkunun ve bağlılığın yakınlık temeli olmadan bir araya gelmesiyle ortaya çıkan aşk türüdür.

Arkadaşça aşkın çoğunlukla uzun süreli ilişkilerde veya evlilikte ortaya çıktığı, yakınlığın ve bağlılığın yüksek fakat tutkunun düşük/zamanla azalmış olduğu ileri sürülmektedir (Sternberg, 1986). Bu aşk türünde tutkunun, partnerlerin birbirine karşı duyduğu fiziksel çekimin azalmış olmasından kaynaklı bir şekilde azalabileceği fakat

sevgi ve yakınlığı içeren arkadaşça bir ilişkinin hala sürdürülebileceği düşünülmektedir. *Romantik aşkta* ise tutku ve yakınlık yüksekken bağlılık düşüktür. Romantik aşk yaşayan bireyler fiziksel ve duygusal olarak birbirlerine çekilmekte fakat kendilerini bu ilişkiye adamamaktadırlar. Tüm bileşenlerin yer aldığı *mükemmel aşk* ise ulaşılmasından ziyade sürdürülmesi oldukça zor olan bir aşk türüdür. Başlangıçta tüm bileşenlerin bir araya gelerek mükemmel aşkı oluşturması mümkün olsa da sürdürülmesi zor olduğu için bu aşk türü oldukça nadir görülmektedir. Aşk, oldukça karmaşık bir duygu olduğu için bir romantik ilişkide yalnızca bir aşk türünün görülmesi pek mümkün olmasa da bu aşk türlerinin birçok romantik ilişkiye genellenebileceği düşünülmektedir (Anderson, 2016).

1.1.2.2. Aşk Stilleri Kuramı

John Lee (1973) aşkın tek bir çeşidinin olmadığını, tıpkı renkler gibi birden fazla temel aşk türünün (birincil aşk) ve bu temel aşk türlerinin birleşiminden ortaya çıkan ikincil aşk türlerinin olduğunu ileri sürmüştür. Aşk Stilleri Kuramına göre, üç temel renk (kırmızı, mavi ve sarı) olduğu gibi üç temel aşk türü bulunmaktadır. Birincil aşk türleri; tutkulu aşk (eros), arkadaşça aşk (storge) ve oyun gibi aşktır (ludus).

Bir anda veya hızlı bir şekilde gelişebilen *tutkulu aşk* türünün ortaya çıkmasında bireylerin birbirlerine karşı duyduğu fiziksel çekim ön plana çıkmaktadır. Fiziksel çekimin ön planda olduğu bu aşk türünde cinsellik doğal olarak önemli bir hale gelmektedir (Lee, 1973). *Oyun gibi aşk* türünde partnerler için eğlence ön planda olduğu için bu aşk türünde bağlılık daha düşük düzeydedir. Bu tarz ilişkiler çoğunlukla kısa süreli, adanmışlığın olmadığı ve sadakatten uzak bir şekilde sürdürülebilmektedir. Son temel aşk stili olan *arkadaşça aşk* daha yavaş gelişen ve sevgi, saygı, güven gibi temeller üzerine kurulan bir aşk stilidir. Arkadaşça aşkta yakınlık kurabilmek ve ortak zevklere sahip olabilmek partnerleri birbirlerine yaklaştıran başlıca kriterler olduğu için bu aşk türünde cinsellik daha geri plandadır (Lee, 1973; Regan, 2008).

Birincil aşk türlerinin birleşiminden ortaya çıkan ikincil aşk türleri yine üç şekilde sınıflandırılmaktadır: mantıklı aşk (pragma), özgeci aşk (agape) ve sahiplenici aşk (mania). *Mantıklı aşk*, oyun gibi aşk ve arkadaşça aşkın kombinasyonundan oluşmaktadır. Mantıklı aşkta bireyler partner seçiminde dil, din ve ırk gibi ortak özelliklere sahip olmaya önem vermekte ve bu doğrultuda istek ve taleplerini açıkça dile getirebilmektedirler. Bir başka deyişle mantıklı aşkta, arkadaşça aşkta bulunan ortak

zevkler yerini ortak özelliklere ve denk olmaya bırakmaktadır. Bununla birlikte, oyun gibi aşkı da içerdiği için mantıklı aşta bireyler partnerleriyle uyum içinde olabilmeye ve birlikte eğlenebilmeye de önem vermektedirler (Regan, 2008). *Sahiplenici aşk* ise tutkulu aşk ve oyun gibi aşkın bir kombinasyonudur. Bu aşk türünde tutkunun çok yüksek düzeyde olması nedeniyle aşırı kıskanç, sahiplenici ve kısıtlayıcı bir tutum ortaya çıkabilmekte ve patolojik bir düzeye varabilmektedir (Regan, 2008). Sahiplenici aşk yaşayan bireylerin çoğunlukla kaygılı, güvensiz ve kaybetmekten korkan bireyler olduğu ve bu nedenle ilişkiyi sürdürmede zorlandıkları ileri sürülmektedir (Lee, 1973). İkincil aşk türlerinin sonuncusu olan *özgeci aşk*, tutkulu ve arkadaşça aşkın birleşiminden oluşmaktadır. Bu aşk türüne sahip olan bireyler, partnerlerine karşı destekleyici, anlayışlı ve affedici bir tutum sergilemektedirler. Özgeci aşkta partnerlerin birbirlerine karşı talepkâr davranmamakta, gerektiği zaman kendi kişiliklerinden ödün verebilmekte ve fedakârlık yapabilmektedirler. Bu aşk türüne sahip olan bireyler, çoğunlukla ilişkilerinin ve partnerlerinin olumlu taraflarına odaklanma eğilimindedirler (Lee, 1973).

1.1.2.3. Psikososyal Gelişim Kuramı

Erikson (1968) bireyin bilişsel, duygusal ve psikososyal gelişiminin yaşam boyu devam ettiğini ileri sürmüş ve yaşamı doğumdan ölüme kadar olan sekiz evrede tanımlamıştır. Psikososyal Gelişim Kuramına göre gelişimin her evresinde bireyin çözmesi gereken bir karmaşa ve bu karmaşanın çözülmesiyle edinilen bir psikososyal beceri bulunmaktadır. Yaşamın kritik dönemlerinde o döneme ait karmaşanın sağlıklı bir şekilde çözülebilmesi bireyin içinde bulunduğu gelişim sürecini sağlıklı bir şekilde tamamlamasıyla sonuçlanmakta, karmaşaların çözüme ulaşamaması ilerleyen gelişim dönemlerinde bireyin karşısına tekrar çıkarak birtakım problemlere yol açabilmektedir. Erikson'a göre (1968) romantik ilişkiler birtakım gelişimsel görevlerin tamamlanmasında büyük rol oynamaktadır. Bu gelişimsel görevler; bireyin kimliğini oluşturması, kişilerarası ilişkilerini sürdürebilmesi ve cinsel dürtülerini sağlıklı bir şekilde kontrol edebilmesidir. Ergenlik dönemiyle başlayan kimlik oluşturma süreci başarılı bir şekilde tamamlandığında birey diğerleriyle yakın ilişkiler kurma beceresi kazanmış olacaktır (Erikson, 1968). Diğerleriyle yakın ilişkiler kurabilmek, yakınlığa karşı yalıtılmışlık karmaşasının çözülebilmesi için gerekli bir beceri olarak kabul edilmektedir.

Erikson'a göre (1968) romantik ilişkilerde rol oynayan iki temel gelişim evresi bulunmaktadır. Bunlardan ilki doğumla başlayan ve yaklaşık bir yaşına kadarki dönemi kapsayan *temel güvene karşı güvensizlik* evresidir. Bu dönemde, yeni doğan annesiyle/bakım vereniyle güvenli ve sevgi dolu bir ilişki kurduğunda temel güven duygusu oluşmakta, insanların güvenilir ve dünyanın tehlikesiz bir yer olduğuna dair inanç geliştirmektedir. Annesiyle güvenli bir ilişki geliştirebilen bebek büyüdükçe çevresindeki diğer insanlara güvenmeyi de öğrenerek annesinden ayrıldığında kaygı duymamaktadır. Güvenli bir bağlanma yaşantısına sahip olmayan bebek ise tam tersi şekilde davranmakta, annesinden ayrıldığında kaygılanarak diğer insanlara karşı şüpheli ve güvensiz yaklaşmaktadır. Bu dönemde atılan temel güven duygusunun izleri bireyin yaşamı boyunca sürecek ve yaşadığı tüm romantik ilişkileri etkileyecektir. Güven duygusu yeterince gelişmemiş bir bireyin romantik ilişkisinde de güvensiz olması ve partnerine karşı ayrılık kaygısı duyması oldukça muhtemeldir.

Romantik ilişkilerde kritik olan ikinci gelişimsel evre, genç yetişkinlik dönemini kapsayan *yakınlığa karşı yalıtılmışlık* evresidir. Bu dönemde bireyler kimlik oluşum sürecini tamamlamıştır ve kendi kimliğine uygun partner arayışına girmektedir. Bu arayış, hem içinde bulunulan dönemin karmaşasının çözümlenebilmesi hem de geçmiş gelişim dönemlerindeki görevlerin başarılı bir şekilde tamamlanmış olması durumunda başarıyla sonuçlanacaktır. Bu arayışın başarısızlıkla sonuçlandığı durumda ise birey sosyal izolasyon, içe kapanma eğiliminde olabilmekte ve yetersizlik hisleri yaşayabilmektedir (Erikson, 1968).

1.1.2.4. Bağlanma Kuramı

Bağlanma Kuramı (Bowlby, 1978) yaşamın erken döneminde anneyle/bakım verenle kurulan ilişkinin bir bağlanma yaşantısıyla sonuçlanarak bireyin tüm hayatı boyunca etkili olacağını ileri sürmektedir. Psikososyal Gelişim Kuramına (Erikson, 1968) benzer şekilde ebeveynle kurulan ilişkinin önemine vurgu yapan bu kuram, farklı bağlanma stillerine sahip olan bireylerin yetişkinlik dönemindeki kişilerarası ilişkilerinin de farklı olacağı görüşüne dayanmaktadır. Bağlanma Kuramı başlangıçta, bebeklerin ve küçük çocukların annelerinden ayrıldıklarında sergilediği davranışları gözlemlene yoluyla ortaya çıkmış bir yaklaşımdır. Bowlby (1969) bazı bebeklerin annelerinden ayrıldıklarında ayrılma kaygısı yaşarken bazı bebeklerin yaşamadığını gözlemlemiştir.

Bowlby'nin (1979) araştırmalarını geliştiren Ainsworth ve Bell (1970) Yabancı Durum Değerlendirmesi adını verdikleri araştırmalarında bebeklerin annelerinden ayrıldıklarında verdikleri tepkileri incelemiştir. Bu incelemeler sonucunda, üç farklı davranış biçiminin ortaya çıktığını; ilk gruptaki bebeklerin anneleri odadan ayrıldıklarında huzursuz olup kaygılandıklarını fakat bir süre sonra sakinleştiklerini (güvenli bağlanma), ikinci gruptaki bebeklerin ise ilk gruptaki bebeklere benzer şekilde huzursuz olduklarını ve bu huzursuzluğu anneleri gelene kadar dindiremediklerini (kaygılı bağlanma) rapor etmiştir. Güvenli ve kaygılı bağlanan bebekler arasındaki farkın ortaya çıktığı bir diğer durum ise farklı bağlanma stiline sahip olan bu bebeklerin odadaki yabancı kişilere karşı tepkilerine ilişkindir. Güvenli bağlanan bebekler yabancı kişilere karşı güvensizlik hissetmez ve onlar tarafından verilen telkini kabul ederken kaygılı bağlanan bebeklerin yabancı kişilerin telkinlerine ağlama ve bağırma tepkileri verdiği görölmüştür (Ainsworth ve Bell, 1970). Üçüncü gruptaki bebekler ise anneleri odadan ayrıldıklarında ve odaya yabancı biri dahil olduğunda herhangi bir kaygı ve huzursuzluk belirtisi göstermemiş, annelerinin odaya dönmesi karşısında ise tepkisiz kalmışlardır. Anneleri ve yabancı bir kimse arasında ayırım gözetmeyen bu bebeklerin herhangi bir ayrılma kaygısı yaşamadığı ve bu bebeklerin kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu ileri sürölmüştür. Tüm bunlara ek olarak, bireylerin farklı bağlanma stillerine sahip olduğu ve farklı bağlanma stillerine sahip bireylerin farklı davranışlar sergilediği birçok ampirik çalışma tarafından doğrulanmıştır (Cassidy ve Kobak, 1978; Hazan ve Shaver, 1987; Howe, 2011; Sigelman ve Rider, 2017).

Yaşamın erken dönemlerinde bakım verenle kurulan ilişkinin niteliği üç farklı bağlanma stiliyle sonuçlanmaktadır: *güvenli bağlanma*, *kaçınan bağlanma* ve *kaygılı bağlanma* (Bowlby, 1978). Bununla birlikte, Hazan ve Shaver (1987) yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde, ebeveynleriyle kurdukları bağlanma stiline benzer bir bağlanma örüntüsüne sahip olduklarını ileri sürmüş ve 14-82 yaş aralığındaki bireylerin romantik ilişki deneyimleri ve bağlanma stillerini incelemiştir. Detaylı incelemeler sonucunda ebeveynle kurulan bağlanma stili ile romantik partnere bağlanma stili arasında büyük ölçüde benzerlik olduğu görölmüştür (Hazan ve Shaver, 1987).

Bu bölümde, üç temel bağlanma stili romantik ilişkiler temelinde detaylı bir şekilde tanımlanacaktır.

1.1.2.4.1. Güvenli Bağlanma

Güvenli bağlanma kavramı, bebeğin bakım vereni tarafından fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının yeterli ve tutarlı bir şekilde karşılanması sonucunda ortaya çıkan bağlanma stilini ifade etmektedir (Bowlby, 1978). Yaşamın erken dönemlerinde bebeklerin düzenli ve yeterli olarak beslenmesi, ağladığında annesi tarafından yatıştırılması, yeterli fiziksel ve duygusal yakınlık görmesi bebekteki temel güven duygusunun oluşması için kritik önem taşımaktadır. Güvenli bağlanmanın gelişebilmesi için bebeğin ihtiyaçlarının yeterli bir şekilde karşılanmasının yanı sıra tutarlılık da önemlidir. Bebeğin ihtiyaçlarının tutarlı bir şekilde karşılanmaması bebekte kaygı oluşturarak temel güven duygusunu zedeleyecektir (Bowlby, 1978). Güvenli bağlanan bebekler, anneleri bir süreliğine yanlarından ayrıldığında kaygılanmakta fakat annelerinin tekrar geleceğini bildikleri için bir süre sonra bu kaygıyı kendi kendilerine giderebilmektedirler (Ainsworth ve Bell, 1970; Bowlby, 1978).

Bağlanma yaşantısı, bireylerin kendilerine ve çevrelerine yönelik birtakım zihinsel temsiller oluşturmasını sağlamakta, birey benliğini bu zihinsel temsillere uyumlu bir şekilde inşa etmektedir (Bowlby, 1988). Güvenli bağlanan bireyler, kendilerinin sevebilir biri olduğuna ve insanlara güvenebileceğine yönelik geliştirdiği inanç sayesinde olumlu bir benlik algısına sahiptir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Hazan ve Shaver, 1987). Güvenli bağlanmanın bireye sağladığı temel düşünce insanların güvenilir ve dünyanın tehlikesiz bir yer olduğuna ilişkindir. Bununla birlikte, güvenli bağlanan bireyler zamanında karşılanmış olan temel fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmaya devam edeceğine yönelik bir inanç geliştirerek diğer insanlarla güven dolu bir ilişki kurabilmektedirler (Ainsworth ve Bell, 1970; Cassidy ve Kobak, 1978).

Yaşamın ilk yılında temeli atılan bu güven duygusunun bireyin yetişkinlik dönemindeki ilişkilerini de etkilediği ve benzer bir bağlanma örüntüsünü romantik partnerlerine karşı da sürdürdükleri bilinmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Bağlanma stilleri ve romantik ilişki eğilimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Hazan ve Shaver (1987), güvenli bağlanan yetişkinlerin romantik ilişkilerini samimi, dürüst, arkadaşça ve güvenilir olarak tanımladıklarını rapor etmiştir. Bebeklik döneminde oluşan temel güven duygusu yetişkinlik döneminde de sürmekte, güvenli bağlanan bireyler insanların

güvenilir olduğuna yönelik inancı sayesinde yakın ilişkiler kurmaya daha istekli hale gelmektedir (Glasser, 2003; Hazan ve Shaver, 1987).

1.1.2.4.2. Kaygılı Bağlanma

Kaygılı bağlanma, bebeğin ihtiyaçlarının tutarsız bir şekilde karşılandığı durumda ortaya çıkan bağlanma stilini ifade etmektedir (Bowlby, 1978). Anne bebeğin temel bakım ve sevgi ihtiyacını tutarsız bir şekilde karşıladığında yaşadığı bu belirsizlik bebekte kaygıya yol açmaktadır (Ainsworth ve Bell, 1970). İhtiyaçlarının karşılanıp karşılanmayacağına yönelik şüphe duyan bebek, annesinin yanından ayrıldığı durumda ayrılma kaygısı yaşamakta ve huzursuzluk hissetmektedir. Annesinin tekrar geri dönüp dönmeyeceğinden emin olamayan bebek ağlama ve bağırma davranışını annesi tekrar yanına gelene kadar sürdürmekte, bu süre zarfında yabancı biriyle karşılaştığında kaygıları daha da şiddetlenmektedir (Ainsworth ve Bell, 1970).

Kaygılı bağlanan bebekler, annelerinden ayrılacaklarını hissettiklerinde kaygılanarak annelerine daha yakın durma eğilimine girmekte, anneyle tekrar bir araya geldiklerinde ise itme ve vurma gibi davranışlar sergileyerek yakınlığı reddedebilmektedirler (Berk, 2013). Benzer şekilde, yabancı kişilerin olduğu bir ortama girdiklerinde de annelerinin yakınında olma isteği duyarak çevreyi keşfetmekten kendilerini alıkoymaktadırlar (Berk, 2013). Kaygılı bağlanan bireylerin yabancı insanlara karşı olumsuz tutumlarının olmasının yanı sıra kendilerine yönelik olumsuz bir benlik algıları bulunmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Hazan ve Shaver (1987) kaygılı bağlanma stiline sahip olan yetişkinlerin ebeveynleri ile olan ilişkilerini hem sıcak hem de mesafeli olarak tanımladıklarını ve diğer insanlara karşı güvensiz olduklarını göstermiştir. Kaygılı bağlanan bireylerin partnerleriyle kurduğu bağlanma stili de kaygılı olduğu için bu bireyler romantik ilişkilerinde aşırı kıskanç ve şüpheli olabilmektedirler (Hazan ve Shaver, 1987). Kaygılı bağlanan bireyler diğerleriyle yakınlık kurmaya istekli olmakla birlikte terk edileceklerine dair aşırı korku duyarlar (Büyükşahin, 2005; Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007).

1.1.2.4.3. Kaçınan Bağlanma

Bir diğer bağlanma stili olan kaçınan bağlanma, bebeğin annesiyle kurduğu ilişki ile yabancı biri ile kurduğu ilişki arasında fark olmamasıyla karakterize olan bağlanma stilidir (Bowlby, 1978). Ainsworth ve Bell (1970) kaçınan bağlanan bebeklerin annelerinin yanlarından ayrıldıkları durumda herhangi bir kaygı ve huzursuzluk belirtisi göstermediklerini ve annenin geri dönüşüne karşı ilgisiz kaldıklarını rapor etmiştir. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan bebeklerinin yakınlık kurma isteğinin olmadığı, bu nedenle bağlanma figürü ve yabancı biri arasında herhangi bir ayırım gözetmedikleri düşünülmektedir (Berk, 2013). Bebeğin ihtiyaçlarının yeterince karşılanmamasının kaçınan bağlanma stiliyle sonuçlandığı ileri sürülmektedir (Bowlby, 1978). Bir başka deyişle, anne bebeğin temel bakım ihtiyaçlarını eksik bir şekilde karşıladığında veya karşılamayı tamamen reddettiğinde bebekte temel güven duygusu oluşmamaktadır. Temel sevgi ve bakım ihtiyaçları karşılanmayan bebeklerin bir süre sonra bu duruma alıştığı ve kendi ihtiyaçlarını giderebilen bir bireye dönüşerek yakın ilişkilerinde kaçınan davranışlar sergiledikleri düşünülmektedir (Cassidy ve Kobak, 1988).

Anneyle kurulan bağlanma stiline benzer bir örüntü yetişkin bağlanmasında da ortaya çıkmaktadır. Hazan ve Shaver (1987) kaçınan bağlanan bireylerin yakınlık kurmaktan korktuklarını ve gerçek aşkın varlığına inanmadıklarını göstermiştir. Kaçınan bağlanan bireyler, güvenli ve kaygılı bağlanan bireylerin aksine bir başkasıyla yakınlık ihtiyacı kurma gibi bir arzu duymazlar ve romantik ilişkilerinde oldukça mesafelidirler (Mikulincer ve Shaver, 2007).

1.1.3. Romantik İlişki Kalitesi

Romantik ilişkiler, ergenlik döneminden itibaren bireylerin hayatında önemli bir yer tutmakta, özellikle genç yetişkinlik döneminde partnerlerle olan ilişkiler bireylerin hayatında merkezi bir konuma gelmektedir (Shulman ve Connolly, 2013). Romantik ilişki kalitesi kavramı, ilişkiden alınan doyum, partnerle kurulan yakınlık ve güven ilişkisi gibi birçok faktörün birleşerek ortaya çıkardığı genel bir durumu ifade etmektedir. Romantik ilişki kalitesini etkileyen faktörleri inceleyen geçmiş araştırmalar; bireylerin fiziksel ve psikolojik iyi oluşunun, partnerle geçirilen sürenin ve bireyin ilişkiden beklentilerinin (Haack ve Falke, 2014), partnere duyulan yakınlığın (Adams ve Jones, 1997) ve birtakım kültürel özelliklerin (Furman ve Collins, 2007) önemli olduğunu göstermiştir. Romantik

ilişki kalitesinin bireylerin yaşamında önemli bir hale gelmesiyle birlikte *algılanan romantik ilişki kalitesi* kavramı ortaya çıkmış ve romantik ilişki kalitesinin temel bileşenleri belirlenmeye çalışılmıştır (Fletcher, Simpson ve Thomas, 2000).

1.1.4. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi

Algılanan romantik ilişki kalitesini inceleyen araştırmacılar, ilişki kalitesini belirlerken bireyin kendi kişisel özelliklerinin, partnerinin özelliklerinin ve içinde bulunduğu kültürün dinamiklerinin de dikkate alınarak değerlendirilmesi gerektiğini ileri sürmüştür (Fletcher, Simpson ve Thomas, 2000). Algılanan romantik ilişki kalitesi kavramını romantik ilişki kalitesi kavramından birkaç noktada ayırmaktadır. Bunlardan biri, algılanan ilişki kalitesinin değerlendirilmesinde partnerle geçirilen zaman, birlikte yapılan aktivite sayısı gibi nesnel öğelerden ziyade bireyin ilişkisine yönelik öznel bakış açısını içermesidir. Fletcher, Simpson ve Thomas (2000) romantik ilişkilerin birtakım sayısal değerlere indirgenemeyecek kadar karmaşık olduğunu, bireyin algısına göre değişiklik gösterdiğini ve ilişki kalitesini belirlerken romantik ilişkileri açıklayan farklı bakış açılarının birlikte değerlendirilmesi gerektiğini ileri sürmüştür. Bu doğrultuda algılanan romantik ilişki kalitesinin ölçümünde altı temel bileşen tanımlamıştır: *doyum*, *adanmışlık*, *güven*, *yakınlık*, *tutku* ve *aşk*. Bu temel boyutlar bir noktaya kadar birbirleriyle benzerlik gösterse de birbirlerinden bağımsız bir şekilde işlev görerek algılanan genel romantik ilişki kalitesini etkilemektedir (Fletcher, Simpson ve Thomas, 2000). Belirlenen altı temel boyutun her birinin kökeni, romantik ilişkileri açıklayan farklı bakış açılarından gelmektedir.

1.1.4.1. Doyum

Kökeni Hendrick'in (1988) araştırmalarına dayanan doyum bileşeni, romantik ilişki içerisindeki bireyin duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi, sevgi, olumlu tutum ve bağlılık gibi birçok bileşeni içeren katmanlı bir yapıya sahiptir. Benzer şekilde Gottman (1990), ilişkiden alınan doyumun ilişkideki mutluluk ile eşdeğer olduğunu, bu kavramın ilişkide mutluluğu sağlayan sevgi, bağlılık ve güven gibi bileşenler olmadan düşünülemeyeceğini ileri sürmektedir. Öte yandan, romantik ilişki kuramcılarının biri olan Rusbult (1980) doyum kavramını bağlılık kavramından ayırarak bağlılığın olduğu her ilişkide doyumun sağlanamayacağını ileri sürmüştür. Yatırım Kuramına (Rusbult, 1980) göre, partnerlerin ilişkiye yaptıkları içsel (kendini

açma, zaman ayırma vb.) ve dışsal (ev, ortak çocuk vb.) yatırımların fazla olması partnerlerin ilişkiye bağlılığını arttırabilmekte fakat bu bağlılığın olması partnerlerin ilişkiden doyum aldığı anlamına gelmemektedir. Bu görüşe esas alan Fletcher, Simpson ve Thomas (2000) doyum bileşenini ayrı bir bileşen olarak incelemiş, diğer tüm bileşenlerle pozitif ilişki gösteren bu bileşenin ayrı bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir.

1.1.4.2. Adanmışlık

Adanmışlık bileşeni, bireylerin kendilerini romantik ilişkiye adama ve bağlılık düzeyini ifade etmektedir. Bu bileşenin kökeni doyum bileşenine benzer şekilde Yatırım Kuramına (Rusbult, 1980) ve Karşılıklı Bağımlılık Kuramına (Thibaut ve Kelley, 1959) dayanmaktadır. Adanmışlık düzeyi yüksek olan bir romantik ilişkide bireyler partnerlerini mutlu etmek için duygu, düşünce ve davranışlarını düzenlemektedir. Partnere duyulan sıcaklık, yakınlık ve anlayış gibi olumlu tutum ve davranışlar bir ödül niteliği taşıyarak ilişkinin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesini sağlamaktadır. Thibaut ve Kelley (1959) romantik ilişkide birtakım ödüller olabileceği gibi bu ödülleri sağlarken bireyin kendisinden ödün verme, partnerinin ihtiyacını önceleme gibi bedeller ödediğini de ileri sürmüştür. Romantik ilişkisine kendini adayan bireyler partnerinin mutluluğu ve ilişkinin sürmesi için kendi istek ve ihtiyaçlarından ödün vererek bazı bedeller ödemek zorunda kalabilmektedir. Benzer bir yaklaşıma sahip olan Rusbult (1980) *ödül yerine içsel yatırımlar* kavramını kullanarak, romantik ilişkideki adanmışlığın/bağlılığın partnere verilen sevgi, şefkat ve yakınlık ile ölçülebileceğini ileri sürmektedir.

1.1.4.3. Güven

Romantik ilişki kalitesinin bir diğer bileşeni ise güvendir. Güven bileşeninin temelleri, bireyin temel sevgi ve bakım ihtiyaçlarının karşılanması sonucunda güvenli bir bağlanma örüntüsünün oluştuğunu ileri süren Bağlanma Kuramına (Bowlby, 1969) dayanmaktadır. Yetişkin bağlanma örüntülerini inceleyen araştırmaların da göstermiş olduğu üzere, partnere duyulan güven romantik ilişkinin sürdürülmesinde büyük önem taşımaktadır (Hazan ve Shaver, 1987). Romantik ilişkide bir bireyin partneri tarafından sevgi, şefkat ve anlayış gibi duygusal ihtiyaçlarının karşılanması bireyin sevilebilir ve değerli biri olduğuna yönelik inancını geliştirerek kendine olan güvenini arttırmaktadır. Benzer şekilde, temel duygusal ihtiyaçların düzenli bir şekilde karşılandığını görmesi

bireyin bu ihtiyaçların karşılanmaya devam edeceğine yönelik inancını geliştirerek partnerine olan güvenini arttırmaktadır.

1.1.4.4. Yakınlık

Yakınlık, romantik ilişkideki partnerlerin duygu ve düşüncelerini rahatça ifade edebildiği samimi ve içten bir ilişki dinamiği olarak tanımlanabilmektedir (Anderson, 2016). Üçgen Aşk Kuramında (Sternberg, 1986) aşkın temel bileşenlerinden biri olarak ela alınan yakınlık bileşeni, romantik ilişkilerde daha yavaş ve zor gelişen fakat ilişkiyi daha sağlam hale getiren bir bileşendir. Romantik ilişkide olan bireylerin partnerlerine kendilerini yakın hissetmelerinin ve ilerini aabilmelerinin çoğunlukla bağlılıkla sonuçlandığı düşünülmektedir (Sternberg, 1986).

1.1.4.5. Tutku

Yakınlığa benzer şekilde tutku bileşeninin kökenleri de Sternberg'in (1986) kuramına dayanmaktadır. Tutku, partnere duyulan cinsel ilgiyi, arzuyu ve fiziksel çekimi ifade etmektedir. Tutku bileşenini diğer bileşenlere kıyasla romantik ilişki kalitesini belirlemede görece daha az önem taşımaktadır. Tutkunun romantik ilişkilerin başlangıcında çok yüksek olduğu fakat zaman geçtikçe bu bileşeninin önemini kaybettiği, bu nedenden ötürü romantik ilişkinin sürdürülmesinde tutkunun her zaman gerekli olmadığı ileri sürülmektedir (Sternberg, 1986).

1.1.4.6. Aşk

Romantik ilişki kalitesini belirlemede temel rol oynayan son bileşen aşk bileşenidir. Bu bileşen, Rubin'in (1973) aşk ve hoşlanma arasındaki farkı belirlemeye yönelik yaptığı araştırmalar sonucunda ifade ettiği aşk tanımı üzerinden türemiştir. Rubin'e göre (1973) romantik aşkı diğer sevgi türlerinden ayıran üç temel ge bulunmaktadır. Romantik aşkta, bireyin diğer kişiyle vakit geçirme ve ilgilenme ihtiyacını hissetmesi ve fiziksel temasta bulunma isteği (bağlanma) bulunmaktadır. Bununla birlikte, romantik aşk yaşayan birey partnerinin istek ve ihtiyaçlarına en az kendininkine verdiği kadar önem vermekte (nemseme) ve birtakım özel duygu, düşünce ve arzularını partneriyle paylaşmaktadır (yakınlık). Rubin'e göre (1973) bu üç temel ge olmadan romantik aşktan söz edilemez. Aşk bileşenini her ne kadar bağlılık ve yakınlığı

içerse de romantik ilişki kalitesini belirlemede bu bileşenlerden ayrı bir şekilde işlev görmektedir.

1.1.5. Romantik İlişki Kalitesi ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiyi İnceleyen Geçmiş Araştırmalar

Algılanan romantik ilişki kalitesi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye yönelik yapılan literatür taramasında doğrudan bu iki değişkeni inceleyen araştırmalara rastlanmamıştır. Romantik ilişki kalitesinin bileşenlerinden olan doyum, güven ve yakınlık gibi bileşenler geçmiş araştırmalarda yetişkin bağlanma stilleri açısından incelenmiştir. Bu sebeple, bu bölümde romantik ilişki kalitesinin temel bileşenleri ve bağlanma stilleri arasındaki inceleyen geçmiş araştırmalara yer verilecektir.

Romantik ilişki kalitesinin temel bileşenlerinden biri olan ilişki doyumunu bağlanma örüntüleri açısından inceleyen geçmiş araştırmalar, güvenli bağlanan bireylerin ilişki doyumunun kaçınan ve kaygılı bağlanan bireylere göre daha yüksek olduğunu göstermiştir (Hadden, Smith ve Webster, 2014; Hazan ve Shaver, 1987; Körük, 2017; Sarı, 2018; Shaver, Schachner ve Mikulincer, 2005).

Sağkal ve Özdemir'in (2019) doyum ihtiyacı, partner bağlanması ve romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyi belirlemek için mevcut romantik ilişkisi olan 290 yetişkin ile yürüttüğü araştırma, ihtiyaç tatmini ve romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkide kaçınan bağlanmanın rol oynadığını göstermiştir. Bireylerin kaçınan bağlanma düzeyleri azaldıkça, ihtiyaç tatmini düzeyi ve romantik ilişki kalitesi yükselmektedir. İhtiyaç tatmini, ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için özerklik, yeterlilik ve ilişki kurma olmak üzere üç temel ihtiyacının düzenli bir şekilde tatmin edilmesini ifade etmektedir (Chen ve ark., 2015). Güvenli bağlanan bireylerin bu temel ihtiyaçlarının bağlanma figürleri tarafından tatmin edilmiş olmasının iyi oluşlarını arttırdığını ve ilişkiye özgü temel ihtiyaçları karşılama becerilerini yükselttiği düşünülmektedir. Bir başka deyişle, güvenli bağlanan bireylerin ilişkiye özgü temel ihtiyaçların karşılanması konusunda daha başarılı olması romantik ilişki kalitelerini arttırmaktadır (Sağkal ve Özdemir, 2019). Benzer şekilde başka bir araştırma, kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça ilişki doyumunun azaldığını göstermiştir (Beştav, 2007).

Romantik ilişki kalitesi ile güvensiz bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen meta-analitik bir araştırma, kaçınan bağlanma stiline kaygılı bağlanma stiline kıyasla romantik ilişki kalitesi üzerinde daha önemli bir etkisi olduğunu göstermiştir (Li ve Chan, 2012). Bu durumun kaçınan bağlanan bireylerin romantik ilişkilerinde daha soğuk ve mesafeli bir davranış biçimi sergilemeleriyle yakından ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Kaygılı bağlanan bireyler ayrılma kaygısı, terk edilme korkusu ve güvensizlik gibi birçok olumsuz duygu ve düşünce yaşasa da partneriyle yakınlık ve bağ kurma isteklerini sürdürmektedir. Kaçınan bağlanan bireylerin yakınlıktan kaçınmasının ilişkideki pozitif duygu, düşünce ve davranışları görmesini engelleyebilmekte ve ilişkinin kalitesini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Li ve Chan, 2012). Kaçınan bağlanan bireylerin romantik ilişki eğilimlerini inceleyen Hazan ve Shaver (1987) benzer bir bulgu rapor etmiş, kaçınan bağlanan bireylerin partnerlerine karşı soğuk ve şüpheli olduklarını, fazla yakınlık ihtiyacı hissetmediklerini ve ilişki doyumlarının düşük olduğunu göstermiştir. Sarı (2018) romantik ilişki doyumu ve ilişkideki irrasyonel inançlar arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin rolünü incelemiş; kaygılı bağlanan bireylerin ilişkiye yönelik zihin okuma, aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık gibi irrasyonel inançlarının daha fazla olduğunu ve bu bireylerin romantik ilişki doyumlarının güvenli bağlanan bireylere kıyasla daha düşük olduğunu göstermiştir.

Romantik ilişkideki sevgi, saygı ve anlayış gibi temel ihtiyaçların karşılanmasını içeren ilişki doyumunun güvensiz bağlanmış bireylerde daha düşük olmasının olası birkaç sebebi olduğu düşünülmektedir. Bu sebeplerden biri, güvensiz bağlanan bireylerin temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmayacağına yönelik olumsuz inançları ve kaygılarıdır (Snell, Schicke ve Arbeiter, 1996). Kaygılı bağlanan bireyler ilişkilerinde ihtiyaçlarının karşılanmayacağına yönelik kaygı yaşarken kaçınan bağlanan bireyler bu ihtiyaçların karşılanmasına yönelik bir beklenti içinde değildir. Her iki bağlanma stili de güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip olsa da ilişki doyumunu etkileme şekilleri birbirinden farklı gibi görünmektedir. Örneğin, Hazan ve Shaver (1987) kaygılı bağlanan bireylerin gerçek aşkı kendilerinin asla bulamayacaklarını düşünürken kaçınan bağlanan bireylerin gerçek aşk diye bir şey olmadığını düşündüklerini göstermiştir. Güvensiz bağlanan bireylerin romantik ilişkiden aldığı doyumun düşük olmasının bir diğer sebebinin olumsuz benlik algılarıyla ve ilişki girişkenliği ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir (Büyükşahin, 2005). İlişkide kendine güven kaçınan bağlanmadan

etkilenmezken kaygılı bağlanan bireyler romantik ilişkide kendilerine güvenmemektedir. Bu bireyler romantik ilişkilerinde hiçbir zaman yeterli/sevilmeye layık olmayacaklarını düşündükleri için ilişkilerinde girişken davranmakta zorlanmakta ve partnerlerinden alabilecekleri pozitif duygu ve davranışları kaçırabilmektedir.

Romantik ilişki kalitesinin temel bileşenlerinden bir diğeri olan güven de bağlanma stillerinden etkilenmektedir. Kirkpatrick ve Davis (1994) romantik ilişkilerin sürdürülmesinde rol oynayan faktörleri incelemiş, partnere duyulan güvenin ilişki devamlılığını sağladığını ve bağlanma örüntüleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Güvenli bağlanan bireyler kaçınan bağlanan bireylere kıyasla romantik ilişkilerini daha güvenli olarak değerlendirmekte, kaygılı bağlanan bireyler ise ilişkinin biteceğine yönelik kaygı duyarak ilişkilerine daha az güvenmektedir (Kirkpatrick ve Davis, 1994). Benzer şekilde Körük (2017), kaygılı bağlanan bireylerin romantik ilişkilerine çok fazla odaklanma eğiliminde olduklarını göstermiştir. Bu durumun ayrılma kaygısıyla ilişkili olduğu, kaygılı bağlanan bireylerin yaşadıkları kaygı nedeniyle ilişkilerine olan güveninin düşük olduğu düşünülmektedir. Güven bileşeninin bir diğer önemli özelliği temel duygusal ihtiyaçların karşılanmasına ilişkindir. Güvenli bağlanan bireyler partnerlerinin temel duygusal ihtiyaçlarını fark etmede ve bu ihtiyaçları karşılamada güvensiz bağlanan bireylere kıyasla daha istekli ve başarılı olmaktadır (Ford ve Collins, 2010).

Romantik ilişki kalitesini etkileyen bir diğer önemli faktör ilişkide partnere duyulan yakınlıktır. Bağlanma stilleri ile romantik ilişkideki yakınlık arasındaki ilişkiyi inceleyen geçmiş araştırmalar güvenli bağlanan bireylerin partnerleriyle yakınlık kurmaya istekli olduğunu (Brennan ve Shaver, 1995) kaçınan bağlanan bireylerin ilişki doyumlarının düşük olduğunu, bu bireylerin ilişkilerinde yakınlığı reddettiklerini göstermiştir (Shaver ve Mikulincer, 2005). Benzer şekilde, yakınlık bileşeninin bir çıktısı olarak bilinen bağlılık bileşeninin de bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanan bireyler romantik ilişkilerini sürdürmeye daha istekliken kaçınan bağlanan bireyler ilişkilerine çok fazla bağlılık hissetmemekte (Shaver ve Mikulincer, 2005) kaygılı bağlanan bireyler ise ayrılma kaygısı nedeniyle partnerlerine bağlılık duymaktan çekinmektedir (Birnie, McClure, Lydon ve Holmberg, 2009). Geçmiş bir meta-analiz çalışması kaygılı ve kaçınan bağlanma ile yakınlık arasında negatif bir ilişki olduğunu ve bu ilişkide cinsiyetler arası farklılık olduğunu göstermiştir (Hadden, Smith

ve Webster, 2014). Kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin yakınlık düzeyi her iki cinsiyette de düşük olmakla birlikte, kaygılı bağlanan kadınların yakınlık düzeyi kaygılı bağlanan erkeklerden daha düşük bulunmuştur.

Tutku ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar kısıtlı olmakla birlikte, bu araştırmalar bağlanma stilleri ile tutku arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir (Fricker ve Moore, 2002; Madey ve Rodgers, 2009; Mikulincer ve Erev, 1991). Güvenli ve kaygılı bağlanan bireyler romantik ilişkilerini daha tutkulu olarak değerlendirirken (Madey ve Rodgers, 2009) kaçınan bağlanan bireyler ilişkide tutku aramamaktadır (Paquette, Rapaport, St-Louis ve Vallerand, 2020). Bağlanma stilleri, tutkuyu obsesif ve harmonik tutku olmak üzere ikiye ayıran İkili Tutku Modeli (Vallerand ve ark., 2010) açısından incelenmiş farklı tutku türleri ile bağlanma stilleri arasında ilişki olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma arttıkça hem obsesif hem harmonik tutku artarken kaygılı bağlanma yalnızca obsesif tutku ile pozitif bir ilişki göstermektedir (Paquette ve ark., 2020). Bununla birlikte, kaçınan bağlanma düzeyi artarken harmonik tutku azalmakta fakat obsesif tutku ile kaçınma arasında herhangi bir ilişki bulunmamaktadır.

Özetle, romantik ilişki kalitesinin ve alt bileşenlerinin bağlanma stillerinden etkilendiği, güvenli bağlanan bireylerin ilişki doyumu, ilişkide yakınlık, bağlılık ve güven düzeyleri daha yüksek bulunurken kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin daha düşük bulunmuştur. Bununla birlikte, güvenli ve kaygılı bağlanan bireylerin romantik ilişkilerinde tutku düzeylerinin yüksek olduğu, kaçınan bağlanan bireylerin ise ilişkilerinde tutkuya yer vermedikleri görülmüştür.

1.2. Cinsel Doyum

Bu bölümde cinsellik ve cinsel doyum kavramları tanımlanacak, cinsel doyum etkileyen faktörler ele alınacak, son olarak cinsel doyumun bağlanma stilleri ve romantik ilişki kalitesi ile olan ilişkisini inceleyen geçmiş araştırmalara yer verilecektir.

1.2.1. Cinsellik ve Cinsel Doyum Kavramları

Cinsellik, insanın yaşamı boyunca merkezi bir konumda olan ve cinsiyet, cinsel kimlik, cinsel eğilim gibi birçok cinsel faktörün yanı sıra biyolojik, psikolojik, sosyolojik, dini, ekonomik ve politik değişkenlerin etkileşiminden ortaya çıkan ve üremeye hizmet

eden kompleks bir kavramdır (Dünya Sağlık Örgütü [DSÖ], 2021 Erişim Adresi: <https://www.who.int/> Erişim Tarihi: 18.09.2021).

İnsan cinselliğinin karmaşık bir yapıya sahip olmasının temel nedeni, cinselliğin yalnızca üreme amacıyla yapılmaması, zevk alma ve orgazm gibi öğeleri de içermesidir (İncesu, 2014). Bununla birlikte, oldukça karmaşık sosyal ilişkilere sahip olan insan türü cinselliği yaşarken birçok psikolojik, sosyal, toplumsal ve dini faktörden etkilenmektedir. Cinselliğe atfedilen önemin, cinselliği yaşama biçimine yönelik tutumların, bireyin geçmiş deneyimlerinin, ebeveynleriyle olan ilişkilerinin de cinsel yaşantıyı etkilediği bilinmektedir (Gülsün ve ark., 2009; Hazan ve Zeifman, 1994).

İnsan cinselliğinin yalnızca soyu sürdürmeyi içermemesinin sonuçlarından biri ise cinsellikten alınan doyumun bireyin yaşantısını büyük ölçüde etkilemesidir. Cinsel doyum, bireyin cinsel yaşamına ilişkin olumlu veya olumsuz değerlendirmelerini içeren öznel bir duygusal tepki olarak tanımlanmaktadır (Lawrence ve Byers, 1995). Aydın (1998) cinsel doyumunu, iki kişinin uyumlu beraberliğini içeren; biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutları olan özel bir yaşantı olarak tanımlamıştır. Cinsel doyumla ilgili yapılan ilk araştırmalarda doyumun, öznel ve bireyin yalnızca kendi ifade ettiği ölçüde anlaşılabileceği düşünülürken Masters, Johnson ve Kolodny (1994) insan cinselliğini laboratuvara taşıyarak nesnel ölçümler elde etmiştir. Yapılan detaylı gözlemler ve ölçümler sonucunda cinsel tepkinin dört temel aşamayı içerdiği ileri sürülmüştür: *uyarılma, plato, orgazm ve çözülme*.

Uyarılma evresi, erotik duygu ve düşüncelerin ortaya çıktığı evredir. Uyarılmanın gerçekleşip gerçekleşmediği erkeklerde ereksiyon ile ayırt edilirken kadınlarda vazokonjesyon ve myotoni ile ayırt edilmektedir. Uyarılmaya verilen tepkinin şiddeti ve süresi, cinsel uyarının yeterli sürede ve yoğunlukta olmasıyla ilişkili olmakla birlikte, bu sürece etki eden birtakım biyolojik ve psikolojik faktörler de bulunmaktadır.

Plato evresi, cinsel heyecanın artması ile uyarılma evresinin sürdürülmesi halidir. Bu evrede artan haz ve gerilim orgazm evresine gelene kadar sürmektedir. *Orgazm* evresi, diğer evrelere göre daha kısa süren fakat hazzın daha yoğun yaşadığı evredir. Döngünün son evresi olan *çözülme* evresi, uyarımın şiddetine, orgazmın gerçekleşip gerçekleşmemesine ve orgazmın yoğunluğuna göre farklılık göstermektedir. Bu evrede fizyolojik süreçler başlangıçtaki haline dönmeye başlamaktadır.

Cinsel tepkinin bu dört sürecinin gerçekleşmesi, cinsel birleşmenin sıklığı ve yoğunluğu gibi birçok değişken ile birlikte bireyin cinsel doyum düzeyi düşük veya yüksek olabilmektedir. Cinsel doyum düzeyi; sıklık iletişim, doyum, kaçınma ve dokunma, vajinismus/sertleşme sorunu, orgazm bozukluğu/erken boşalma boyutlarıyla ölçülmektedir.

1.2.2. Cinsel Doyumu Etkileyen Faktörler

Cinsel doyumun çok boyutlu ve karmaşık bir yapıya sahip olması sebebiyle doyum düzeyini etkileyen birçok bireysel, psikolojik, kültürel ve sosyodemografik faktör bulunmaktadır. Cinsel doyumunu etkileyen faktörleri inceleyen geçmiş araştırmalar, cinsel doyumunu etkileyen en önemli değişkenlerin ilişki memnuniyeti (Byers, 2011; Sprecher, 2002), bağlılık (Perrone ve Worthington, 2001) ve partnerle kurulan iletişim düzeyi (Mark ve Jozkowski, 2013) olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, kişinin geçmiş cinsel deneyimleri, güncel beklentileri ve arzuları partnerinin özellikleri ve kişinin sosyal statüsü de cinsel doyumunu etkilemektedir (Davidson, Darling ve Norton, 1995; Tarakcı, 2019).

Cinsel doyumunu etkileyen en önemli faktörlerden birinin de yaş olduğu bilinmektedir (Varma ve ark., 2006). Yapılan araştırmalar, bireylerin yaşı arttıkça cinsel yaşam problemlerinin arttığını ve cinsel doyumlarının azaldığını göstermiştir (Bildirici, 2016; Dundon ve Rellini, 2010; Varma ve ark., 2006). Cinsel doyumunu etkileyen faktörlerden bir diğeri beden memnuniyetidir. Yapılan araştırmalar, beden imajı algısı olumlu olan ve bedeninden memnun olan kişilerin daha sık cinsel ilişki yaşadığını ve cinsel doyumlarının daha yüksek olduğunu (Lyness, 2007; Weaver ve Byers, 2006) göstermiştir.

Cinsel doyumunu etkileyen bir diğer faktör ise bağlanma stilleridir. Yapılan araştırmalar güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin cinsel doyumlarının daha düşük olduğunu ve daha fazla cinsel yaşam sorunu yaşadıklarını göstermiştir (Birnbaum, 2007; Butzer ve Campbell, 2008; Çakmak, 2011; Küt, 2018; Timm ve Keiley, 2011). Cinsel doyum ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen geçmiş araştırmalar bir sonraki bölümde detaylı bir şekilde ele alınacaktır.

1.2.3. Cinsel Doyum ile Romantik İlişki Kalitesi ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiyi İnceleyen Geçmiş Araştırmalar

Cinsel doyum, romantik ilişki kalitesi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen araştırma sayısı oldukça kısıtlıdır. Bu bölümde, yapılan literatür incelemesi sonucunda belirlenen bu üç değişkenin birlikte ele alındığı ve cinsel doyumun diğer iki değişken ile ayrı ayrı incelendiği geçmiş araştırmalara yer verilecektir.

1.2.3.1. Ülkemizde Yapılan Araştırmalar

Deveci (2021), yetişkin bireylerin nesne ilişkileri ve savunma düzenekleri ile romantik ilişki ve cinsel ilişki doyumları arasındaki ilişkiyi 160 birey üzerinde incelemiş, nesne ilişkilerinden biri olan güvensiz bağlanma düzeyi arttıkça romantik ilişki doyumunun ve cinsel doyumun azaldığını göstermiştir. Bu bulgular, erken dönemde ebeveynlerle kurulan ilişkinin niteliğinin bireylerin gelecekteki romantik ilişkilerini ve cinsel yaşam doyumlarını etkilediği şeklinde yorumlanmıştır. Nesne ilişkileri yaklaşımı perspektifinden bakıldığında, bebeğin bakım vereniyle kurduğu ilişkinin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkisinde aktive olduğu düşünülmektedir (Deveci, 2011).

Bağlanma stilleri ve cinsel yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan geçmiş bir araştırma, güvensiz bağlanan kadınların cinsel yaşam kalitelerinin daha düşük olduğunu, cinsel yaşam problemlerinin daha fazla olduğunu göstermiştir (Küt, 2018). Kadınların kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça cinsel yaşam kalitesinin boyutlarından olan partnerin ilgisi, heyecanı, uyarılma ve güvenlik düzeyleri azalmaktadır. Benzer şekilde, kaygılı bağlanan kadınların cinsel yaşam kaliteleri, cinsel tatminleri ve cinsel uyarılmaları daha düşüktür. Bağlanma stilleri ve cinsel yaşam kalitesi arasındaki ilişkiye yönelik yapılan ileri incelemelerin sonucunda, kaygılı bağlanmanın cinsel yaşam kalitesinin en önemli yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Uluyol'un (2019) bağlanma örüntüleri, cinsel işlev bozuklukları ve duygu düzenleme süreçleri arasındaki ilişkiyi 201 kadın üzerinde incelediği araştırma, güvensiz bağlanma düzeyi arttıkça cinsel işlev bozukluklarının da arttığını göstermiştir. Bununla birlikte, kaygılı ve kaçınan bağlanmanın cinsel yaşam üzerindeki olumsuz etkilerinin birbirinden farklı olduğu görülmüştür. Kaygılı bağlanma cinsel işlev bozukluklarını tek başına anlamlı bir şekilde yordarken kaçınan bağlanma için aynı durum söz konusu değildir. Kaygılı bağlanan kadınların cinsel yaşam problemleri fazla olsa da cinsel

yaşamlarını sürdürmeye devam etme konusunda daha arzulu oldukları düşünülmektedir. Öte yandan, kaçınan bağlanan kadınların olumlu ve olumsuz deneyimlere karşı bir sınırlama koydukları, yakınlık kurma konusunda istekli olmadıkları ve partnerlerinden daha fazla kaçındıkları ileri sürülmektedir.

Eşici'nin (2018) romantik ilişki kalitesinin erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stillerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için 461 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırma, kaçınmacı bağlanmanın romantik ilişki kalitesini negatif yönde yordadığını göstermiştir. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan bireylerin partneriyle yakınlık kurma konusunda istekli olmamalarının romantik ilişki kalitelerini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir.

Öztürk ve Arkar'ın (2014) evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi 100 evli çift üzerinde incelediği geçmiş bir araştırma, genel cinsel doyumun ve cinsel doyumun alt boyutlarının evlilik uyumu ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu ilişki kadınlarda ve erkeklerde birtakım farklılıklar göstermektedir. Kadınların evlilik uyumları azaldıkça genel cinsel doyumları, cinsel ilişki sıklığı, iletişim ve dokunma düzeyleri azalmakta, anorgazmi ve ilişkiden kaçınma düzeyleri artmaktadır. Erkeklerde ise evlilik uyumu azaldıkça sıklık ve doyum azalmakta, kaçınma artmaktadır. Cinsel doyumun diğer alt boyutlarının erkeklerin evlilik uyumu ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Cinsel doyum düzeyinde cinsiyetler arasında ortaya çıkan bu farklılıkların birtakım biyolojik farklılıklar ve cinselliğe yüklenen anlam ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

Bireylerin cinsel yönelimini bağlanma stilleri, cinsel doyum ve sahip olunan psikopatoloji açısından değerlendirmek amacıyla 45 çift ile yapılan geçmiş bir araştırma, güvenli bağlanmanın ilişki kalitesi ve cinsel doyumla pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri ile cinsel doyum ve ilişki kalitesi arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır (Okci, 2017).

1.2.3.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Butzer ve Campbell (2008) yetişkin bağlanması, ilişki doyum ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yaşları 21-75 arasında değişen 116 çift üzerinde bir araştırma yürütmüş, güvensiz bağlanma ile cinsel doyum ve evlilik doyum arasında

negatif yönlü bir ilişki olduğunu göstermiştir. Her iki güvensiz bağlanma stiline sahip olan bireylerin cinsel doyumunu düşük olsa da kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça partnerin bağlanma örüntüsü fark etmeksizin cinsel doyumun azaldığı görülmüştür. Bu durumun, kaçınan bağlanan bireylerin daha fazla bağlanma kaygısı yaşamaları, yakınlık kurmayı reddetmeleri ve cinsel yaşamlarında mesafeli olmaları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte, kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip olan partnerleri olan bireylerin cinsel yaşam doyumları düşük bulunmamıştır. Evlilik doyumunu ve cinsel yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye bakıldığında hem kendisi hem partneri kaygılı bağlanan bireylerin evlilik doyumları ve cinsel yaşam doyumları oldukça yüksek bulunmuştur. Bu durumun ise kaygılı bağlanan bireylerin yakınlık kurma arzularının ve terk edilme korkularının yüksek olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bir başka deyişle, kaygılı bağlanan bireylerin partnerlerine yönelik kaybetme korkuları, partnerlerinin cinsel ihtiyaçlarını karşılama konusunda daha istekli olmalarıyla sonuçlanabilmektedir.

Cinsel doyumun bağlanma stilleri ve romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişkideki aracı rolünü 96 kişi üzerinde inceleyen geçmiş bir araştırma, kaygılı bağlanan bireylerin romantik ilişki doyumlarının kaçınan ve güvenli bağlanan bireylere kıyasla daha düşük olduğunu, aradaki bu ilişkinin ise cinsel doyumdan etkilendiğini göstermiştir. Bir başka deyişle, kaygılı bağlanan bireylerin cinsel yaşam doyumlarının düşmesi romantik ilişki doyumlarının da düşmesiyle sonuçlanmaktadır (Birnbaum, 2007).

Mark, Vowels ve Murray (2018) bağlanma stillerin cinsel doyum ve cinsel arzu üzerine olan etkisinin farklı cinsel yönelime sahip bireylerde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla 955 katılımcıyla çalışmıştır. Araştırmanın sonuçları, cinsel yönelim fark etmeksizin kaygılı ve kaçınan bağlanmanın ilişki doyumunun, cinsel yaşam doyumunun ve cinsel arzunun anlamlı birer yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Araştırma sonuçlarına göre, ilişki doyumunu, cinsel doyum ve cinsel arzu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, kaçınan bağlanmanın kaygılı bağlanmaya kıyasla daha önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Öte yandan, bağlanma stillerinin en çok ilişki gösterdiği romantik ilişki deneyiminin ilişki doyumunu olduğu görülmüş, her ne kadar bağlanma stilleri cinsel doyumun ve cinsel arzunun anlamlı bir yordayıcısı olsa da ilişki doyumunu ile sahip olduğu güçlü ilişkiye sahip bulunamamıştır.

Bağlanma stillerinin olumlu iletişim ve cinsel doyum üzerine olan etkisini inceleyen Barnes ve meslektaşları (2017) 425 gönüllü katılımcı ile yürüttüğü araştırma, güvenli bağlanma arttıkça iletişimin ve fiziksel doyumun arttığını göstermiştir. Bununla birlikte, kaygılı, kaçınan ve saplantılı bağlanma stilleri ile iletişim ve cinsel doyum arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Romantik ilişkilerde bağlanma, cinsel deneyim ve cinsel baskı arasındaki ilişkileri 273 çift üzerinde inceleyen geçmiş bir araştırma, bu üç değişkenin birbirleriyle ilişkili olduğunu ve aradaki bu ilişkide cinsiyete göre birtakım farklılıklar görüldüğünü göstermiştir (Brassard, Shaver ve Lussier, 2007). Bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça cinsel yaşam problemleri ve cinsellikten kaçınma düzeyleri artmaktadır. Çiftler arasındaki farklı bağlanma örüntülerinin cinsel yaşama olan etkisine bakıldığında, kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip partneri olan ve kaçınan bağlanan erkeklerin cinsel ilişki sıklıklarının diğer bağlanma stiline sahip olan erkeklere kıyasla düşük olduğu görülmüştür. Bu durumun, kaygılı bağlanan partnerin cinsel yaşamda yakınlık ve paylaşım konusunda daha talepkâr olacağı fakat kaçınan bağlanan birey bu talepleri karşılama konusunda istekli olmadığı için partneriyle daha az cinsel ilişkiye girmesiyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Van den Brink ve meslektaşları (2018), beden imajı algısı, romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi 151 çift üzerinde incelemiş, cinsel doyum ve algılanan romantik ilişki kalitesi arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Stanik ve Bryant (2012) cinsel doyumun, alternatif partnerlere ulaşılabilirlik ve evlilik kalitesi ile ilişkisini incelemek amacıyla 470 evli çift üzerinde bir araştırma yürütmüştür. Araştırma sonuçları, cinsel doyum ile evlilik kalitesi arasında pozitif güçlü bir ilişki olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, 283 evli çift ile yürütülen başka bir araştırma, cinsel doyum arttıkça çiftlerin evlilik kalitesinin de arttığını göstermiştir (Yeh ve ark., 2006).

Özetle hem ülkemizde hem yurt dışında yapılan araştırmalar romantik ilişki kalitesinin ve cinsel doyum düzeyinin bireylerin sahip olduğu bağlanma stiline göre farklılaştığını göstermiştir. Öte yandan, bağlanma stillerinin romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum ile ilişkisini inceleyen geçmiş araştırmalarda bireylerin yetişkin bağlanma stillerine yönelik ölçüm alınmıştır. Her ne kadar yetişkin bağlanma stilleri ile ebeveyn bağlanması paralellik gösterse de cinsel yaşam söz konusu olduğunda bu bağlanma örüntülerinin birbirinden ayrıldığı noktalar bulunmaktadır. Bu doğrultuda, bu araştırmada

romantik ilişki kalitesi ile cinsel doyumun bireylerin genel bağlanma stillerine göre ölçülmesi amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Romantik ilişki kalitesi ile cinsel doyum düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum düzeyi, bireylerin sosyodemografik özelliklerinden olan yaş, ilişki durumu, ilişki süresi, eğitim durumu ve bağlanma stilleri ile romantik ilişki kaliteleri tarafından anlamlı bir şekilde yordanmaktadır.

H3: Güvenli bağlanan bireylerin romantik ilişki kalitesi, güvenli bağlanmayan (kaygılı ve kaçınan bağlanan) bireylerin romantik ilişki kalitesinden anlamlı olarak daha yüksektir.

H4: Güvenli bağlanan kadınların cinsel doyum düzeyleri, güvenli bağlanmayan (kaygılı ve kaçınan bağlanan) kadınların cinsel doyum düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksektir.

H4a: Güvenli bağlanan kadınların cinsel yaşamlarındaki sıklık, iletişim, doyum ve dokunma düzeyleri, güvenli bağlanmayan kadınların sıklık, iletişim, doyum ve dokunma düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksektir.

H4b: Güvenli bağlanan kadınların cinsel yaşamlarındaki kaçınma, vajinismus ve orgazm bozukluğu düzeyleri, güvenli bağlanmayan kadınların kaçınma, vajinismus ve orgazm bozukluğu düzeylerinden anlamlı olarak daha düşüktür.

H5: Güvenli bağlanan erkeklerin cinsel doyum düzeyleri, güvenli bağlanmayan (kaygılı ve kaçınan bağlanan) erkeklerin cinsel doyum düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksektir.

H5a: Güvenli bağlanan erkeklerin cinsel yaşamlarındaki sıklık, iletişim, doyum ve dokunma düzeyleri, güvenli bağlanmayan erkeklerin sıklık, iletişim, doyum ve dokunma düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksektir.

H5b: Güvenli bağlanan erkeklerin cinsel yaşamlarındaki dokunma, empotans ve erken boşalma düzeyleri güvenli bağlanmayan erkeklerin dokunma, empotans ve erken boşalma düzeylerinden anlamlı olarak daha düşüktür.

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, veri toplama araçları, işlem yolu ve elde edilen verilerin analizine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

2.1. Örneklem

Çalışmaya 9 Ekim 2021 ve 29 Kasım 2021 tarihleri arasında çeşitli devlet ve vakıf üniversitelerinde okuyan üniversite öğrencileri ile İstanbul ve İzmir illerinde ikamet eden, 18-88 yaş arasında 343 kişiye ulaşılmıştır. Çalışmada kullanılan Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği yalnızca heteroseksüel bireylerde uygulanabildiği için cinsel kimliğini heteroseksüel olarak tanımlayan katılımcılar araştırmaya dahil edilmiş; kendisini homoseksüel, biseksüel veya aoseksüel olarak tanımlayan bireyler örnekleme dahil edilmemiştir. Sonuç, 293 kişiden elde edilen verilerle çalışmaya devam edilmiştir. Araştırmanın örnekleminin %59.7'si kadın ($n = 175$), %40.3'i ($n = 118$) erkektir. 18-58 yaş arasında olan katılımcıların yaş ortalaması 28.27'dir ($SD = 5.34$).

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Onam Formu

Onam formu araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, bur formda araştırmaya dair genel bilgiler, araştırmanın amacı, araştırmanın gönüllülük esasına dayalı olduğu, çalışmanın içerdiği sorulardan örnekler ve çalışmanın ortalama süresi gibi bilgilere yer verilmiştir (EK-1).

2.2.2. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan form, araştırmaya katılan bireylerin tanımlayıcı ve sosyodemografik bilgilerini edinmek amacıyla oluşturulmuştur. Demografik bilgi formunda geçmiş araştırmalardan edinilen bulgular göz önünde bulundurularak katılımcılardan yaş, cinsiyet, cinsel yönelim, eğitim durumu, çalışma durumu, fiziksel ve psikolojik rahatsızlık varlığı, alkol-madde kullanım sıklığı, ilişki durumu, partneri ile aktif cinsel hayatı olup olmadığı ile ilgili bilgilere dair sorular yer almaktadır. Katılımcının ailesi hakkında ise kardeş sayısı ile anne ve babanın eğitim düzeyi, sağlık durumu, birliktelik durumu ve özlük durumu gibi sorulara yer verilmiştir (EK-2).

2.2.3. Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ)

Rust ve Golombok (1986) tarafından oluşturulan Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ), bireylerin cinsel ilişkinin niteliğini ve işlevselliğinin ölçülmesi, amacıyla geliştirilmiştir ve uygulanan cinsel terapinin etkililiğinin değerlendirmesi, bazı cinsel işlev bozukluklarının tanısında ve çeşitli müdahalelerin cinsel hayat üzerindeki etkilerini tespit etmek amacıyla klinik olarak kullanılmaktadır. Kadın ve erkek katılımcılar için iki ayrı form içeren ölçeğin Türkçe standardizasyon çalışması Tuğrul, Öztan ve Kabakçı (1993) yılında yapılmıştır.

GRCDÖ'nün hem kadın hem erkek formları, 5'li Likert tipinde (1 = Hiçbir zaman, 2 = Nadiren, 3 = Bazen, 4 = Çoğu zaman, 5 = Her zaman) 28 sorudan oluşmaktadır (EK-5 ve EK-6). Ölçeğin maddeleri 0 ile 4 arasında puanlanmaktadır ve toplamda yedi alt boyutu bulunmaktadır. Kaçınma, doyum, iletişim, dokunma ve ilişki sıklığı alt boyutları hem kadın hem erkek formu için ortaktır. Ek olarak, kadın katılımcılar için vajinismus ve orgazm bozukluğu, erkek katılımcılar için erken boşalma ve empotans alt boyutları tanımlanmıştır. İlişki sıklığı ve iletişim alt boyutları iki, diğer her bir alt boyut dört madde içermektedir. Ölçeğin kadın formu için 2, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 25, 26, 27, 28; erkek formu için 1, 2, 3, 4, 8, 9, 12, 13, 15, 16, 19, 20, 21, 25 maddeleri ters puanlanmaktadır. GRCDÖ'den alınan yüksek puanlar cinsel işlev ve ilişki niteliğinde düşüş ve problem anlamına gelmektedir. Ölçeğin orijinalinin Cronbach Alfa değerleri kadın formu için .91, erkek formu için ise .92'dir (Rust ve Golombok, 1986). GRCDÖ'nün Türkçe standardize edilmiş versiyonunun kadın formunun Cronbach Alfa değeri .91 ve iç tutarlılık katsayıları .51 ile .88 arasında; erkek formunun Cronbach Alfa değeri .92 ve iç tutarlılık katsayıları .63 ile .91 arasında bulunmuştur. Bizim çalışmamızda ise, GRCDÖ'nün kadın formunun Cronbach Alfa katsayısı .87, erkek formunun Cronbach Alfa katsayısı .80 olarak bulunmuştur.

2.2.4. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen ve Türkçe standardizasyonu Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılan, dört bağlanma stiline dayanan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'ne bir alternatif olarak, Ainsworth'un (1978) bağlanma modeline uyumlu olarak Erzen (2016) tarafından geliştirilmiştir.

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği 5'li Likert tipinde (1: Kesinlikle Katılmıyorum, 5: Kesinlikle Katılıyorum), toplam 18 maddeden oluşmaktadır (EK-3). Ölçeğin hiçbir maddesi ters puanlanmamaktadır. Ölçek, Kaçınan Bağlanma Stili, Güvenli Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili adından üç alt boyuttan oluşmaktadır. Kaçınan Bağlanma Stili alt boyutu 1, 3, 5, 9, 12, 15 ve 18. maddeler; Güvenli Bağlanma Stili 4, 7, 10, 13 ve 16. maddeler; Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili alt boyutu ise 2, 6, 8, 11, 14 ve 17. maddeleri içermektedir. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin alt boyutlarına ait Cronbach Alfa değerleri sırasıyla Kaçınan Bağlanma Stili için .80, Güvenli Bağlanma için .69 ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili alt boyutu için .71 olarak belirtilmiştir. Bizim çalışmamızda ise Kaçınan Bağlanma Stilinin Cronbach Alfa katsayısı .81, Güvenli Bağlanma Stilinin .65, Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinin ise .84 olarak bulunmuştur.

2.2.5. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)

Fletcher ve arkadaşları (2000) tarafından önerildiği üzere, Algılanan İlişki Kalitesi Yapıları Envanteri'nin alt boyutlarının her birini (Doyum, Adanmışlık, Yakınlık, Güven, Tutku ve Aşk) en iyi temsil eden maddelerin kullanımı ile oluşturdukları, 6 maddelik Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'ni (ARİKÖ) oluşturmuşlardır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Sağkal ve Özdemir (2018) tarafından yapılmıştır. Maddeler 7'li Likert ölçek (1: Hiç, 7: Çok) ile ölçülmekte, ters kodlanan madde bulunmamakta ve her bir madde katılımcıların mevcut partnerleri ve ilişkileri üzerinden cevaplamalarını gerektirmektedir (EK-4). Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 6, en düşük puan 42'dir. Yüksek puanlar yüksek romantik ilişki kalitesine işaret eder. ARİKÖ'nün Cronbach Alfa katsayısı .86, yapı güvenirliği .87 ve test-tekrar test güvenirliğinin .81 olduğu belirtilmiştir. Bizim çalışmamızda ise ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

2.3. İşlem Yolu

Araştırmayı gerçekleştirmek amacıyla öncelikle İstanbul Kent Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır. Çalışma Google Formlar platformu üzerinde hazırlanmış, sonrasında kapalı iletişim grupları ile paylaşılarak gönüllülük esasına dayalı olarak veriler toplanmıştır. Katılımcılar çalışmaya katılmayı kabul ettikleri takdirde kişisel bilgisayar, telefon ya da tabletleri aracılığı ile araştırma linkine girmişlerdir. Onam formu,

demografik bilgi formu, Golombok-Rust Cinsel Doyum, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeklerini içeren formlar sırasıyla katılımcılar tarafından doldurulmuştur. Katılımcıların formları doldurması yaklaşık 25 dakika sürmüştür.

2.4. İstatistiksel Analiz

Belirtilen tarihler arasında elde edilen araştırma veri setinin analizi için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Form maddeleri işaretleme yapmadan ilerleme olanağı vermeyen bir düzende sunulmuştur. Maddelerin dikkatle okunmadan işaretlemesi olasılığına karşı, ölçek maddelerin arasına cevap verilmemesi yönünde yönerge içeren, çeldirici bir madde eklenmiştir. Çeldirici maddeye cevap veren katılımcı bulunmaması, katılımcıların ölçekleri dikkat vererek yaptıklarına işaret ettiği düşünülmektedir. Heteroseksüel olma ölçütünü karşılamayan 43 kişi analizlere dahil edilmemiştir. Sonuç olarak analizlere 300 katılımcı ile devam edilmiştir.

Öncelikle, verilerin parametrik istatistiğin temel sayıltısı olarak normal dağılım özelliği gösterip göstermediği Tek Örneklem Kolmogorov-Smirnov normal dağılım analizi ve basıklık-çarpıklık değerlerine göre incelenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerin demografik değişkenlere göre karşılaştırılması amacıyla Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Gruplar arası farkları incelemek adına varyans homojenliği sağlandığında ($p > .05$) Scheffe, varyans homojenliği sağlanmadığında ($p < .05$) ise Games-Howell post-hoc testlerine başvurulmuştur. İlişkililik analizleri için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve regresyon analizleri uygulanmıştır.

BÖLÜM 3: BULGULAR

3.1. Verilerin Düzenlenmesi

Analizlere başlanmadan önce SPSS paket programı kullanılarak veri girişi kontrol edilmiş, kayıp değerler ile tek ve çok değişkenli uç değerler için veri taraması uygulanmıştır (Tabachnik ve Fidell, 2007). Öncelikle girilen tüm verilerin sıklıkları frekans tablolarından incelenmiş, kayıp değerler tanımlanmıştır. Daha sonra kullanılan ölçeklerin hesaplama kriterleri belirlenerek orijinal veri seti üzerinden gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Araştırma kapsamında toplam 343 kişiye ulaşılmıştır. GRCDÖ yalnızca cinsel yönelimi heteroseksüel olan katılımcılara uygulanabildiği için, cinsel yönelimini homoseksüel ($n = 11$), biseksüel ($n = 16$), aoseksüel ($n = 2$) ve diğer ($n = 14$) olarak belirten 43 kişi örnekleme dahil edilmemiş, sonuç olarak analizlere 300 katılımcı ile devam edilmiştir. Veri tarama aşamasının devamında, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği toplam puanları ile kadın katılımcıların toplam GRCDÖ puanlarının çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin normal kabul edilen $+2/-2$ aralığında olmadığı gözlemlenmiştir. Bu alt ölçeklerin puanlarının normal dağılımını sağlamak amacıyla z skoru dönüşümü ($-3/+3$) uygulanmış ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nden 4, kadın katılımcıların toplam GRCDÖ puanlarından 3 kişi örneklem dışında bırakılmıştır. Toplam 7 katılımcının örneklem dışında bırakılması sonucunda belirtilen puanlar normal dağılım göstermiştir. GRCDÖ'nün hem kadın hem erkek bölümü için Dokunma alt boyutu puanları ne z skoru dönüşümü sonrası ne de Log10 ve Square Root dönüşümleri uygulanması sonucunda normallik göstermemiş, bu nedenle analizlere dahil edilmemiştir.

Çok değişkenli varyans analizi için hesaplanan Mahalanobis uzaklığı sonrasında çok değişkenli uç değer tespit edilememiştir.

Sonuç itibarıyla, heteroseksüel cinsel yönelim kriterini karşılamayan 43 katılımcıya ilaveten toplam 7 katılımcının örneklem dışında bırakılması sonucunda tüm değişkenler için normallik varsayımı sağlanmış ve geri kalan analizler 293 katılımcı (Kadın = 175, Erkek = 118) ile yürütülmüştür.

3.2. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmanın örneklemini, yaş ortalaması 28.27 (SS = 5.34) olan, aktif olarak ilişkisi olan ya da daha önce ilişkisi olmuş heteroseksüel bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların %6.1'i bekar, %34.1'i evli, %59.7'sinin ilişkisi vardır. Araştırmaya katıldıkları süre içerisinde ilişkisi olan katılımcıların %39.6'sı ilişkilerinin üç seneden fazladır devam ettiğini belirtmiştir. Katılımcıların %92.2'si şu anki partnerleri ile cinsel ilişki yaşamakta, %7.8'i ise partneri ile düzenli cinsel ilişki yaşamamaktadır. Partneri ile cinsel ilişki yaşayan katılımcıların % 52.2'si cinsel ilişki sıklığını haftada birden fazla, % 15.7'si haftada bir, %13'ü ayda birden fazla, %7'si ayda bir ve %4.4'ü yılda bir veya birden fazla olarak bildirmiştir.

Katılımcıların %49.1'i üniversite seviyesinde eğitime sahiptir ve %66.6'sı bir işte çalışmaktadır. Katılımcıların %5.8'i kronik bir fiziksel rahatsızlığa (Örn: Tansiyon, tiroid, bel fıtığı, migren), %12.6'sı ise psikiyatrik bir tanıya (Örn: Majör depresyon, panik bozukluk, disleksi, anksiyete bozukluğu) sahiptir. Katılımcıların %54.3'ü düzenli alkol ve madde kullanımı olduğunu belirtirken, %45.7'si alkol ve madde kullanımı olmadığını bildirmiştir. Katılımcıların demografik değişkenlerine ilişkin sıklık ve yüzde değerleri Tablo 1'de, katılımcıların ailelerine ait demografik değişkenle ilişkin sıklık ve yüzde değerleri ise Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Değerleri

Değişken		N	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	175	59.7
	Erkek	118	40.3
Eğitim Durumu	Lise	11	3.8
	Üniversite	144	49.1
	Lisansüstü	138	47.1
Çalışma Durumu	Çalışıyor	195	66.6
	Çalışmıyor	98	33.4
İlişki Durumu	Bekar	18	6.1
	İlişkisi Var	175	59.7
	Evli	100	34.1
İlişki Süresi	1 Yıldan Az	67	22.9
	1-3 Yıl	92	31.4
	3 Yıldan Fazla	116	39.4
Cinsel Birliktelik	Var	270	92.2
	Yok	23	7.8
Cinsel Birliktelik Sıklığı	Haftada Birden Fazla	153	52.2
	Haftada Bir	46	15.7
	Ayda Birden Fazla	38	13.0
	Ayda Bir	21	7.2
	Yılda Bir veya Birden Fazla	13	4.4
Fiziksel Rahatsızlık	Var	17	5.8
	Yok	276	94.2
Psikiyatrik Tanı	Var	37	12.6
	Yok	256	87.4
Alkol/Madde Kullanımı	159	54.3	
	134	45.7	

Tablo 2. Katılımcıların Ailelerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Sıklık ve Yüzde Değerleri

Değişken		N	Yüzde (%)
Kardeş Sayısı	Kardeş yok	34	11.6
	Bir Kardeş	145	49.5
	İki ve İkiden Fazla Kardeş	114	38.9
Ebeveyn Sağlık Durumu	Anne ve Baba Sağ	256	87.4
	Anne ve Baba Vefat Etmiş	6	2.0
	Anne ya da Babadan Biri Vefat Etmiş	31	10.6
Ebeveyn Özlük Durumu	Anne ve Baba Öz	288	98.3
	Anne ya da Baba Üvey	5	1.7
Ebeveyn Medeni Durum	Birlikte	208	71.0
	Boşanmış	56	19.1
	Anne/Baba Hayatta Değil	9.9	9.9
Ebeveynlerin Boşanmasından Sonra Birlikte Yaşanılan Ebeveyn	Anne	54	18.4
	Baba	14	4.8
	Akraba	3	1.0
	Diğer (Belirtilmemiş)	37	12.6

3.3. Katılımcıların Ölçek Puanlarına İlişkin Betimleyici İstatistik Değerleri

Cinsel deneyimi olan kadın ve erkek katılımcıların Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) alt ölçek ve toplam puanları ile tüm katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeği alt boyutları olan Güvenli, Kaçınan ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği toplam puanlarına ilişkin minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3. Ölçekler ve Alt Boyutlarına Ait Minimum, Maksimum, Ortalama Puan ve Standart Sapma Değerleri

	Değişken	Minimum	Maksimum	Ort.	SS
GRCDÖ-K (n = 175)	Toplam Cinsel Doyum	5	62	25.61	11.79
	Sıklık	0	8	3.33	1.86
	İletişim	0	8	1.86	1.75
	Doyum	0	11	3.56	2.29
	Kaçınma	0	11	2.35	2.17
	Vajinismus	0	16	4.32	3.34
	Anorgazmi	0	15	5.09	2.76
GRCDÖ-E (n = 118)	Toplam Cinsel Doyum	9	56	26.10	9.74
	Sıklık	0	8	3.36	1.89
	İletişim	0	8	2.03	1.67
	Doyum	0	14	4.21	2.66
	Kaçınma	0	7	1.77	1.89
	Erken Boşalma	0	13	4.53	2.90
	Empotans	0	9	3.18	1.91
ÜBBSÖ (n = 293)	Güvenli Bağlanma	11	35	18.45	4.17
	Kaçınan Bağlanma	12	25	19.42	2.57
	Kaygılı/Kararsız	6	30	13.89	4.47
	Bağlanma				
ARİKÖ (n = 293)		20	42	36.04	5.19

Not. Ort. : Ortalama, SS: Standart Sapma.

GRCDÖ-K: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği Kadın Bölümü, GRCDÖ-E: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği Erkek Bölümü, ÜBBSÖ: Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, ARİKÖ: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği

3.4. Değişkenler Arasındaki İlişkililik Analiz Sonuçları

Bu bölümde hem erkek hem kadın katılımcıların GRCDÖ toplam ve alt boyut puanları ile bağlanma stilleri ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki ilişkileri değerlendirebilmek adına yürütülen Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizleri sonuçlarına yer verilmiştir.

3.4.1. Kadın Katılımcıların Cinsel Doyumu ile Bağlanma Stilleri ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki için Korelasyon Analizleri

Kadın katılımcılara ait GRCDÖ toplam ve alt boyut puanları ile bağlanma stilleri ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizlerine dair bulgular Tablo 4’te sunulmuştur.



Tablo 4. Kadınlarda GRCDÖ ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Alt Boyut puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları (n = 175)

Değişken	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1. Toplam Cinsel Doyum	1										
2. Sıklık	.608**	1									
3.İletişim	.509**	.228**	1								
4. Doyum	.661**	.368**	.298**	1							
5. Kaçınma	.718**	.386**	.269**	.407**	1						
6. Vajinismus	.587**	.251**	.292**	.177*	.247**	1					
7. Anorgazmi	.576**	.309**	.176*	.379**	.233**	.126	1				
8. Kaygılı/Kararsız	.166*	.032	.092	.119	.140	.072	.088	1			
9. Güvenli	-.271**	-.068	-.179*	-.132	-.183*	-.166*	-.149*	-.263**	1		
10. Kaçınan	.197**	.052	-.014	.097	.120	.289**	.149*	.369**	-.228**	1	
11. İlişki Kalitesi	-.486**	-.283**	-.235**	-.560**	-.417**	-.049	-.396**	-.093	.246**	-.215**	1

Not. **p < .01, *p<.05.

Kadın katılımcılarda toplam GRCDÖ puanı ile Kaygılı/Kararsız bağlanma stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .17, p < .05$). Öte yandan, GRCDÖ'nün alt boyut puanları ile Kaygılı/Kararsız bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Kadınlarda Güvenli bağlanma stili ve toplam GRCDÖ puanı ($r = -.27, p < .01$) ile İletişim ($r = -.18, p < .05$), Kaçınma ($r = -.18, p < .01$), Vajinismus ($r = -.17, p < .01$) ve Anorgazmi ($r = -.15, p < .01$) alt boyut puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan, kadınların güvenli bağlanma stili puanları ile GRCDÖ'nün Sıklık alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Kadınlarda Kaçınan bağlanma stili ve toplam GRCDÖ puanı ($r = .20, p < .05$) ile Vajinismus ($r = .30, p < .05$) ve Anorgazmi ($r = .15, p < .01$) alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan, Kaçınan bağlanma stili ile Sıklık, İletişim, Doyum ve Kaçınma alt boyut puanları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Kadınların Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeği puanları ve toplam GRCDÖ ($r = -.49, p < .05$) ile Sıklık ($r = -.28, p < .05$), İletişim ($r = -.24, p < .05$), Doyum ($r = -.456, p < .05$), Kaçınma ($r = -.42, p < .05$) ve Anorgazmi ($r = -.40, p < .05$) alt boyut puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan, Algılanan İlişki Kalitesi Puanları ile Vajinismus alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Kadın katılımcılarda Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeği puanları Güvenli bağlanma stili ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahipken ($r = .25, p < .05$), Kaçınan bağlanma stili ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olarak bulunmuştur ($r = -.22, p < .05$). Öte yandan, Algılanan İlişki Kalitesi ile Kaygılı/Kararsız bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

3.4.2. Erkek Katılımcıların Cinsel Doyumu ile Bağlanma Stilleri ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki için Korelasyon Analizleri

Erkek katılımcılara ait GRCDÖ toplam ve alt boyut puanları ile bağlanma stilleri ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizlerine dair bulgular Tablo 5'de sunulmuştur.

Tablo 5. Erkeklerde GRCDÖ ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Alt Boyut puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları (n = 118)

Değişken	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1. Toplam Cinsel Doyum	1										
2. Sıklık	.523**	1									
3.İletişim	.604**	.277**	1								
4. Doyum	.708**	.437**	.324**	1							
5. Kaçınma	.618**	.119	.308**	.396**	1						
6. Erken Boşalma	.730**	.270**	.569**	.408**	.322**	1					
7. Empotans	.448**	.118	.155	.112	.253**	.110	1				
8. Kaygılı/Kararsız	.166	.000	.089	.280**	.113	.104	-.037	1			
9. Güvenli	-.332**	-.115	-.152	-.279**	-.278**	-.125	-.232*	-.164	1		
10. Kaçınan	.364**	.254**	.258**	.354**	.223*	.230*	.055	.496**	-.239**	1	
11. İlişki Kalitesi	-.537**	-.324**	-.313**	-.610**	-.403**	-.362**	-.101	-.137	.228*	-.301**	1

Not. **p < .01, *p<.05.

Erkek katılımcılarda Kaygılı/Kararsız bağlanma stili ile GRCDÖ'nün doyum alt boyut puanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .28, p < .05$). Öte yandan, Kaygılı/Kararsız bağlanma stili ile toplam GRCDÖ puanı ve GRCDÖ'nün diğer alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır ($p > .05$).

Erkeklerde Güvenli bağlanma stili ve toplam GRCDÖ puanı ($r = -.33, p < .05$) ile Doyum ($r = -.28, p < .05$), Kaçınma ($r = -.28, p < .05$) ve Empotans ($r = -.23, p < .05$) puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan, erkeklerde güvenli bağlanma stili ile Sıklık, İletişim ve Erken Boşalma alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Erkek katılımcılarda Kaçınan bağlanma stili ve toplam GRCDÖ puanı ($r = .36, p < .05$) ile Sıklık ($r = .25, p < .05$), İletişim ($r = .26, p < .05$), Doyum ($r = .36, p < .05$), Kaçınma ($r = .22, p < .05$) ve Erken Boşalma ($r = .23, p < .05$) alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan, Kaçınan bağlanma stili ile Empotans alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Erkek katılımcılarda Algılanan İlişki Kalitesi puanları ve GRCDÖ puanı ($r = -.54, p < .05$) ile Sıklık ($r = -.32, p < .05$), İletişim ($r = -.31, p < .05$), Doyum ($r = -.61, p < .05$), Kaçınma ($r = -.40, p < .05$) ve Erken Boşalma ($r = -.36, p < .05$) alt boyut puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan, Algılanan İlişki Kalitesi puanları ile Empotans alt boyut puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

Erkek katılımcılarda Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeği puanları Güvenli bağlanma stili ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahipken ($r = .23, p < .01$), Kaçınan bağlanma stili ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olarak bulunmuştur ($r = -.30, p < .05$). Öte yandan, Algılanan İlişki Kalitesi ile Kaygılı/Kararsız bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

3.4.3. Bağlanma Stilleri ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki Korelasyon Analizleri

Katılımcılara ait bağlanma stilleri ve algılanan ilişki kalitesi arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizlerine dair bulgular Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Alt Boyut puanları ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları (n = 293)

Değişken	1.	2.	3.	4.
1. Kaygılı/Kararsız	1			
2. Güvenli	-.225**	1		
3. Kaçınan	.423**	-.227**	1	
4. İlişki Kalitesi	-.115**	.241**	-.253**	1

Not. **p < .01, *p < .05.

Katılımcıların Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeği puanları ile Kaygılı/Kararsız bağlanma stili ($r = -.23, p < .05$) ve Kaçınan bağlanma stili ($r = -.25, p < .05$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken, Algılanan İlişki Kalitesi Ölçeği puanları ile Güvenli bağlanma stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .24, p < .05$).

3.5. Regresyon Analizleri

Kadın ve erkek katılımcıların cinsel doyum seviyeleri üstünde yaş, ilişki durumu, ilişki süresi (yıl), eğitim; kaygılı-kararsız, güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri ve algılanan romantik ilişki kalitesi değişkenlerinin görece etkilerini belirlemek amacıyla lineer regresyon analizi uygulanmıştır. Çok değişkenli analizler için ilişki durumu (0 = Bekar, 1 = İlişkisi Var, 2 = Evli) ve eğitim (0 = Lise, 1 = Lisansüstü, 2 = Lisansüstü) kodlanmıştır. Kadınların GRCDÖ puanları üstünde yaş, ilişki durumu, ilişki süresi (yıl), eğitim; kaygılı-kararsız, güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri ve algılanan romantik ilişki kalitesinin etkilerini belirlemek amacıyla uygulanan lineer regresyon analizinin sonuçları Tablo 7’de, erkek katılımcıların GRCDÖ puanları üstündeki etkilerini belirlemek amacıyla uygulanan lineer regresyon analizinin sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 7. Kadın Katılımcılarda Toplam Cinsel Doyumu Belirleyen Değişkenlere İlişkin Lineer Regresyon Analizi Sonuçları

GRCDÖ-K	Düzenlenmiş R ²	<i>b</i>	<i>se</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
	.254					
Yaş		.242	.152	.110	1.591	.113
İlişki Süresi		-.005	.004	-.141	-1.271	.205
İlişki Durumu		6.943	5.144	.149	1.350	.179
Eğitim Durumu		-.321	1.594	-.014	-.202	.840
Kaygılı-Kararsız		.221	.217	.075	1.021	.309
Güvenli		-.645	.350	-.131	-1.841	.067
Kaçınan		.165	.207	.059	.793	.429
İlişki Kalitesi		-.973	.167	-.412	-5.830	.000*

Tablo 8. Erkek Katılımcılarda Toplam Cinsel Doyumu Belirleyen Değişkenlere İlişkin Lineer Regresyon Analizi Sonuçları

GRCDÖ-E	Düzenlenmiş R ²	<i>b</i>	<i>se</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
	.326					
Yaş		-.094	.147	-.051	-.640	.523
İlişki Süresi		.001	.004	.043	.387	.699
İlişki Durumu		-1.133	4.895	-.026	-.231	.817
Eğitim Durumu		-1.395	1.560	-.072	-.894	.373
Kaygılı-Kararsız		-.055	.196	-.025	-.281	.779
Güvenli		-.658	.284	-.187	-2.318	.022*
Kaçınan		.367	.188	.183	1.952	.044*
İlişki Kalitesi		-.788	.144	-.444	-5.456	.000**

Kadın katılımcılara ait bulgular, belirlenen değişkenlerin kadınların toplam GRCDÖ puanları üzerindeki varyansın %25'ini açıkladığını göstermektedir [$F(8,166) = 8.40, p < .01, R^2 = .29$, Düzenlenmiş $R^2 = .25$]. Elde edilen sonuçlara göre, mevcut modele tek katkıyı, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi yapmaktadır. Yaş, ilişki durumu, ilişki süresi, eğitim ile kaygılı-kararsız, güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri modele anlamlı bir katkıda bulunmamaktadır (Tablo 7.).

Erkek katılımcılara ait bulgular, belirlenen değişkenlerin erkeklerin toplam GRCDÖ puanları üzerindeki varyansın %33'ünü açıkladığını göstermektedir [$F(8,109)$

= 8.08, $p < .01$, $R^2 = .37$, Düzenlenmiş $R^2 = .33$]. Sonuçlar, mevcut modele en büyük katkırı Algılanan Romantik İlişki Kalitesi yaparken, onu sırasıyla Güvenli Bağlanma Stili ve Kaçınan Bağlanma Stili takip etmektedir. Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili ile yaş, ilişki süresi, ilişki durumunun mevcut modele anlamlı bir katkıda bulunmamaktadır (Tablo 8.)

3.6. Cinsel Doyumun ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesinin Bağlanma Stili Gruplarına göre İncelenmesi

Üç Boyutlu Bağlanma Ölçeğinin üç alt boyutu üzerine K-Ortalamalar Küme analizi yapılarak Kaygılı-Kararsız, Güvenli ve Kaçınan Bağlanma stilleri olmak üzere, üçlü bağlanma stilleri elde edilmiştir. Kaygılı-Kararsız ve Kaçınan Bağlanma Stillerinin ortalama puanlarının çok yakın çıkması nedeniyle, katılımcılar güvenli bağlanma stiline sahip olan ve güvenli bağlanma stiline sahip olmayan olarak iki grubu ayrılmıştır. Bu analize göre, katılımcıların 166'sı Güvenli bağlanma stiline (%56.7), 127'si Güvenli olmayan bağlanma stiline (%43.3) sahiptir. Güvenli bağlanma stili grubunun Güvenli Bağlanma Stili alt boyut puan ortalaması 20.09 (SS = 2.37), Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili alt boyut puan ortalaması 16.27 (SS = 2.67) ve Kaçınan Bağlanma Stili alt boyut puan ortalaması 11.20'dir (SS = 2.96). Güvenli olmayan Bağlanma Stili grubuna ait Güvenli Bağlanma Stili alt boyut puan ortalaması 16.55 (SS = 2.57), Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili alt boyut puan ortalaması 21.30 (SS = 4.07) ve Kaçınan Bağlanma Stili alt boyut puan ortalaması 17.42 (SS = 3.57) olarak bulunmuştur. Bu noktada unutulmaması gereken kısım, güvenli olmayan bağlanma stili grubunun hem kaygılı-kararsız hem de kaçınan bağlanma stiline sahip bireyleri içeriyor olduğudur.

3.6.1. Bağlanma Stillerinin Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Açısından Karşılaştırılması

Bağlanma gruplarının algılanan romantik ilişki kalitesi açısından karşılaştırılması amacıyla Bağımsız Gruplar t-Testi uygulanmıştır. Analizin sonuçları Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9. Bağlanma Stilleri Arasında Algılanan Romantik İlişki Kalitesinin Karşılaştırılmasına Yönelik t-Testi Sonuçları

Değişken	Bağlanma Stili		t	df	p
	Güvenli Bağlanma Stili (n = 166) Ort. (SS)	Güvenli Olmayan Bağlanma Stili (n = 127) Ort. (SS)			
Algılanan Romantik İlişki Kalitesi	37.03 (4.77)	34.74 (5.45)	3.761	251.29	.000**

Not. **p < .01, *p < .05.

Analiz sonuçları incelendiğinde, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği puanlarının bağlanma stili gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği gözlemlenmiştir, $t(251) = 3.76$, $p < .01$. Ayrıntılı olarak, güvenli bağlanma stiline sahip olan katılımcıların Algılanan Romantik İlişki Kalitesi puanlarının ($M = 37.03$, $SS = 4.77$), güvenli bağlanma stiline sahip olmayan katılımcılara ($M = 34.74$, $SS = 5.45$) kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur.

3.6.2. Bağlanma Stillerinin Cinsel Doyum Açısından Karşılaştırılması

Bağlanma gruplarının GRCDÖ toplam ve alt boyut puanları açısından anlamlı fark gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla hem erkek hem kadın katılımcılar için Tek Yönlü Çok Değişkenli Varyans Analizi (Tek Yönlü MANOVA) yapılmıştır. Test öncesi, Box Testi, kovaryans matrisleri arasında hem kadın hem erkek katılımcılar için anlamlı fark olmadığını, Levene Testi ile de her bir alt boyut için Hata Varyansların eşit kabul edilebileceğini göstermiştir. Kadın ve erkek katılımcılara ait GRCDÖ puanlarının bağlanma gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin MANOVA bulguları Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. Kadın ve Erkek Katılımcıların GRCDÖ Puanlarının Bağlanma Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları

Bağımlı Değişken		Bağlanma Stili		<i>F</i>	<i>p</i>	η^2
		Güvenli Bağlanma Stili Ort. (SS)	Güvenli Olmayan Bağlanma Stili Ort. (SS)			
GRCDÖ-Kadın	Toplam	24.31 (11.02)	27.22 (12.56)	2.659	.105	.015
	Sıklık	3.28 (1.86)	3.38 (1.86)	.141	.708	.001
	İletişim	1.87(1.60)	1.86 (1.93)	.001	.979	.000
	Doyum	3.40 (2.09)	3.76 (2.51)	1.037	.310	.006
	Kaçınma	2.19 (1.81)	2.56 (2.54)	1.320	.252	.008
	Vajinismus	3.99 (3.37)	4.73 (3.27)	2.146	.145	.012
	Anorgazmi	4.82 (42.71)	5.42 (2.81)	2.042	.155	.012
GRCDÖ-Erkek	Toplam	23.71 (9.07)	29.47 (9.75)	10.859	.001**	.086
	Sıklık	3.20 (2.03)	3.57 (1.66)	1.093	.298	.009
	İletişim	1.81 (1.50)	2.33 (1.85)	2.777	.098	.023
	Doyum	3.46 (2.69)	5.27 (2.26)	14.642	.000**	.112
	Kaçınma	1.38 (1.55)	2.33 (2.18)	7.629	.007**	.062
	Erken Boşalma	4.19 (2.66)	5.00 (3.16)	2.274	.134	.019
	Empotans	3.10 (1.86)	3.29 (1.98)	.266	.607	.002

Not. **p < .01, *p<.05.

GRCDÖ-Kadın: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği Kadın Bölümü, GRCDÖ-Erkek: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği Erkek Bölümü

GRCDÖ-Kadın: Güvenli Bağlanma Stili= 97, Güvenli Olmayan Bağlanma Stili = 78.

GRCDÖ-Erkek: Güvenli Bağlanma Stili= 69, Güvenli Olmayan Bağlanma Stili = 49.

Kadın katılımcılar ile yürütülen Tek Yönlü MANOVA sonuçlarına göre, farklı bağlanma stiline sahip kadın katılımcıların, GRCDÖ toplam ve alt boyut puanlarından elde edilen birleşik bağımlı değişkene göre cinsel doyum düzeyleri arasında anlamlı fark gözlemlenmemiştir, $F(7, 167) = .71$, $p = .661$, Wilks' $\Lambda = .97$, kısmi $\eta^2 = .03$. Kadın katılımcılara ait toplam GRCDÖ ile GRCDÖ'nün alt boyutları olan Sıklık, İletişim, Doyum, Kaçınma, Vajinismus ve Anorgazmi puanlarının, bağlanma stili gruplarına göre farklılık göstermediği bulunmuştur ($F \leq .00$, $p \geq .11$).

Erkek katılımcılar ile yürütülen Tek Yönlü MANOVA sonuçlarına göre, farklı bağlanma stiline sahip erkek katılımcıların, GRCDÖ toplam ve alt boyut puanlarından elde edilen birleşik bağımlı değişkene göre cinsel doyum düzeyleri arasında anlamlı fark gözlemlenmiştir ve bu farklılığın yüksek etki değerine sahip olduğu ortaya konulmuştur, $F(7, 110) = 2.66, p < .05$, Wilks' $\Lambda = .86$, kısmi $\eta^2 = .15$. Bulunan anlamlı farklılığın toplam GRCDÖ puanı [$F(1, 118) = 10.86, p < .01$, kısmi $\eta^2 = .09$] ile Doyum [$F(1, 118) = 14.64, p < .01$, kısmi $\eta^2 = .11$] ve Kaçınma [$F(1, 118) = 7.63, p < .01$, kısmi $\eta^2 = .06$] alt boyut puanlarından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Ayrıntısıyla, güvenli bağlanma stiline sahip olmayan erkeklerin toplam GRCDÖ puanı ile Doyum ve Kaçınma alt boyutlarından aldıkları puanlar, güvenli bağlanma stiline sahip olan erkeklere kıyasla anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerde Sıklık, İletişim, Erken Boşalma ve Empotans alt boyut puanlarının ise bağlanma stili gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($F \leq .27, p \geq .10$).

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırma değişkenlerine yönelik hipotezleri test etmek amacıyla yapılan analiz sonuçları geçmiş araştırmalar ile birlikte ele alınarak tartışılacaktır. Cinsel doyum ölçeğinden hem toplam cinsel doyum için hem de cinsel doyumun bazı alt boyutları için alınan yüksek puanların düşük cinsel doyuma işaret ettiği unutulmamalıdır. Bu doğrultuda, tartışma yürütülürken cinsel doyum arttıkça kendisiyle negatif ilişki gösteren değişkenin düzeyinin de arttığı göz önünde bulundurulacaktır. İlişkisel analizler detaylı bir şekilde ele alındıktan sonra, bireylerin cinsel doyum düzeylerinin sahip oldukları sosyodemografik özelliklere ve ilişki kalitelerine göre incelenmesine yönelik ileri analizlerin bulguları tartışılacaktır. Son olarak, bireylerin algılanan ilişki kalitelerinin ve cinsel doyum düzeylerinin güvenli veya güvenli olmayan (kaygılı-kararsız ve kaçınan) bağlanma stiline göre nasıl farklılaştığı yorumlanacaktır.

4.1. İlişkisel Analizlere İlişkin Bulguların Tartışılması

Bireylerin bağlanma stilleri ile algıladıkları romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde bu ilişkiler açısından kadınların ve erkeklerin arasında birtakım farklılıklar olduğu görülmüştür. Kadınların güvenli bağlanma düzeyi arttıkça toplam cinsel doyumlarının, partnerleriyle iletişim düzeyinin ve doyumlarının arttığı; kaçınma, vajinismus ve anorgazminin azaldığı görülmektedir. Öte yandan, kaygılı-kararsız bağlanma arttıkça yalnızca toplam cinsel doyum düzeyinde bir azalma olmuş, cinsel doyumun diğer boyutları kadınların kaygılı-kararsız bağlanma stiliyle ilişkili bulunmamıştır. Kaygılı bağlanma düzeyine benzer şekilde kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça cinsel doyum azalmakta, ek olarak vajinismus ve anorgazmi düzeyi artmaktadır.

Geçmiş araştırmalara bakıldığında güvensiz bağlanma örüntüleriyle cinsel yaşam doyumunu arasında negatif bir ilişki olduğu görülmektedir (Birnbaum, 2010; Kingsberg ve Janata, 2007; Özcan ve ark., 2015; Uluyol, 2019). Yılmaztürk-Yıldırım (2021) evli çiftlerle yaptığı araştırmada, kaçınan ve kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça cinsel doyumun azaldığını, cinsel doyumun en önemli yordayıcısının ise kaçınan bağlanma stili olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, bu araştırmada olduğu gibi geçmiş araştırmalar da cinsel doyumun kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerine göre farklılık gösterdiğini rapor etmiştir. Kaygılı bağlanma düzeyi artan kadınların yalnızca cinsel doyumları düşerken kaçınan

bağlanma düzeyi artan kadınların vajinismus ve anorgazmi düzeyleri artmaktadır. Kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip olan bireyler romantik ilişkilerinde ve cinsel yaşamlarında güvenli bağlanan bireylere kıyasla daha çok problem yaşamakla birlikte, kaçınan bağlanan bireylerin daha fazla problem yaşadığını gösteren araştırmalar mevcuttur (Schachner ve Shaver, 2004; Shaver ve Mikulincer, 2008). Özcan ve meslektaşları (2015) vajinismus olan kadınların bağlanma stillerini incelediği bir araştırmada, kayıtsız (kaçınan) bağlanma düzeyi arttıkça anorgazmi ve vajinismusun da arttığını göstermiştir. Geçmiş bir araştırma, kaçınan bağlanmanın cinsel işlev bozukluklarının daha önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermiş, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin yakınlık kurmaktan kaçınmaları ve olumlu/olumsuz tüm duygularına sınır koymalarının cinsel yaşamlarını daha fazla olumsuz etkilediği ileri sürülmüştür (Birnbau, 2007). Kadınların algıladıkları romantik ilişki kalitesi arttıkça cinsel doyumları, iletişimleri, cinsel birleşme sıklıkları artmakta; kaçınma ve anorgazmi düzeyleri azalmaktadır. Bununla birlikte, vajinismus ile algılanan romantik ilişki kalitesi herhangi bir ilişki olmadığı görülmektedir. Bağlanma stillerinden kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça vajinismusun da arttığı göz önüne alındığında, vajinismusun kadınların romantik ilişki kalitelerinden bağımsız bir şekilde ele alınabileceği ve vajinismusla ilişkili olabilecek en önemli faktörlerden birinin bağlanma örüntüsü olabileceği düşünülmektedir.

Erkeklerin bağlanma örüntüleri ile cinsel yaşam doyumları arasındaki ilişkilere bakıldığında, cinsel doyumla ilişki gösteren en önemli bağlanma örüntülerinin güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri olduğu, kaygılı bağlanmanın cinsel yaşam doyumu türlerinden yalnızca doyum düzeyiyle ilişkili olduğu görülmektedir. Erkeklerin kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça cinsellikten aldıkları doyum azalmaktadır. Literatürde erkeklerin bağlanma stilleri ile cinsel yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi detaylı bir şekilde inceleyen araştırma kısıtlı olmakla birlikte, güvensiz bağlanma ile cinsel yaşam doyumu arasında negatif yönde ilişki olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur. Geçmiş bir araştırma, güvensiz bağlanan erkeklerin genel cinsel yaşam doyumunun, cinsellikten aldığı doyumun ve cinsel ilişkiye girme sıklığının azaldığını, empotans düzeyinin arttığını göstermiştir (Deveci, 2021). Erkeklerde kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça cinsellikten aldıkları doyumun azalmasının kaygılı bağlanma örüntüsünün genel özellikleriyle uyumlu olduğu düşünülmektedir. Kaygılı bağlanan bireyler, partnerlerinin kendilerine

verdiği sinyalleri yanlış yorumlayabilmekte ve bu sinyallere karşı aşırı duyarlı davranabilmektedir (Uluyol, 2019). Küt (2018) kaygılı bağlanan bireylerin olumsuz otomatik düşüncelerinin ilişkisel kaygıyı daha fazla arttırdığı ve bu durumun cinsel uyarılmaları üzerinde olumsuz bir etki yarattığını ileri sürmüştür. Bu araştırmada, erkeklerin kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça aldıkları doyumun azalmasının, mevcut cinsel yaşamlarına ve partnerlerini memnun edip edemeyeceklerine yönelik kaygı yaşamalarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bir başka deyişle, kaygılı bağlanma düzeyi artan bireylerin cinsel yaşamlarına yönelik gerçekçi olmayan kaygılarının cinsellikten aldıkları doyumunu düşürebileceği ileri sürülmektedir.

Erkeklerin güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça genel cinsel yaşam doyumları, cinsel doyumları artmakta, kaçınma ve empotans düzeyleri azalmaktadır. Oldukça beklenen bu bulgu, kadınlarda olduğu gibi erkeklerde de güvenli bağlanmanın cinsel yaşam üzerinde olumlu bir etki yaratabileceğini düşündürmektedir. Erkeklerin cinsel yaşam doyumları en çok ilişki gösteren bağlanma stili kaçınan bağlanmadır. Erkeklerin kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça genel cinsel doyumları, cinsel birleşme yaşama sıklıkları, partnerleriyle iletişimleri ve cinsellikten aldıkları doyum azalırken; kaçınma davranışları ve erken boşalma düzeyleri artmaktadır. Güncel araştırmaya benzer bir şekilde geçmiş bir araştırmada, erkeklerin kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça cinsel yaşam doyumlarının azaldığı görülmüştür (Ayatollahi, 2014). Goldsmith ve meslektaşları (2016) erkeklerin kaçınan bağlanma düzeyi arttıkça partnerleriyle kurdukları iletişimin azaldığını fakat cinsel doyumlarında herhangi bir değişiklik olmadığını göstermiştir. Başka bir araştırma, saplantılı bağlanan ve kayıtsız (kaçınan) bağlanan erkeklerin partnerlerine dokunmada güvenli bağlanan erkeklerden daha fazla sorun yaşadığını göstermiştir (Özdemir, 2018). Bu bulgular, Hazan ve Shaver'in (1987) kaçınan bağlanan bireylerin partnerleriyle duygusal ve fiziksel yakınlık kurma konusunda istekli olmadıkları ve sarılma, öpme, dokunma gibi temaslardan kaçındıkları görüşünü destekler niteliktedir. Literatürde erkeklerin bağlanma stilleri ile cinsel yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların kısıtlı olması nedeniyle araştırma sonuçları kaçınan bağlanma stiline genel özellikleri ele alınarak değerlendirilmiştir.

Bireylerin algıladıkları romantik ilişki kalitesi ile cinsel doyumları arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Romantik ilişki kalitesi yükseldikçe cinsellikten alınan doyumun da yükselmesi oldukça beklenen bir durumdur. Bu araştırmaya benzer şekilde,

çiftlerin cinsellikten aldıkları doyum arttıkça algılanan romantik ilişki kalitesinin arttığını gösteren araştırmalar mevcuttur (Fallis, Rehman, Woody ve Purdon, 2016; McNulty, Wenner, & Fisher, 2016; Sprecher, 2002). Fallis ve meslektaşları (2016), olumlu ve doyum veren bir cinsel yaşamın bireyler için bir ödül olarak işlev görebileceğini ve algılanan romantik ilişki kalitesini yükseltebileceğini ileri sürmektedir. Benzer şekilde, Butzer ve Campbell (2008) evlilik doyumunu arttıkça cinsel doyumun da arttığını, aradaki bu ilişkinin partnerlerin bağlanma örüntüleri aynı olduğunda daha yüksek olduğunu göstermiştir. Birnbaum ve meslektaşları (2006) romantik ilişkinin başarılı bir şekilde sürdürülmesinde cinsel doyumun önemli bir faktör olduğunu, Fricker ve Moore (2002) romantik ilişki doyumunu arttıkça cinsel doyumun da arttığını göstermiştir.

Bağlanma stilleri ile algılanan romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkiye bakıldığında hem kadınlarda hem de erkeklerde ayrı ayrı incelendiğinde romantik ilişki kalitesinin güvenli bağlanma arttıkça arttığı, kaçınan bağlanma arttıkça azaldığı görülmüştür. Benzer şekilde geçmiş bir araştırma, kaçınan bağlanma düzeyi azaldıkça ve güvenli bağlanma düzeyi arttıkça romantik ilişki kalitesinin arttığını göstermiştir (Sağkal ve Özdemir, 2019). Romantik ilişki kalitesinin en önemli belirleyicilerinden olan partnerin ihtiyaçlarının tatmin edilmesinin bireylerin güvenli bağlanma örüntüleriyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Güvenli bağlanan bireylerin temel duygusal ihtiyaçlarının bakım verenleri tarafından yeterince karşılanmış olmasının bu bireyleri partnerlerinin ihtiyaçlarına daha duyarlı bir hale getirdiği ve bu sayede romantik ilişki kalitelerini arttırdığı ileri sürülmüştür (Sağkal ve Özdemir, 2019). Başka bir araştırma güvensiz bağlanma örüntüleriyle romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemiş, kaçınan bağlanmanın romantik ilişki üzerindeki etkisinin kaygılı bağlanmaya kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir (Li ve Chan, 2012). Kaçınan bağlanma örüntüsünün bir diğer karakteristik özelliği olan partnere karşı yakınlık ihtiyacının duyulmamasının romantik ilişki kalitesini olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir (Shaver ve Mikulincer, 2005). Bu araştırmada da benzer bir durum ortaya çıkmış, kaygılı bağlanma ile romantik ilişki kalitesi arasında bir ilişki bulunamazken kaçınan bağlanma ile romantik ilişki kalitesi negatif bir ilişki göstermiştir. Bu durumun, kaçınan bağlanan bireylerin aksine kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin yakınlık kurma arzularının olması ve bu doğrultuda sergiledikleri davranışların romantik ilişki kalitelerini arttırması ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Li ve Chan, 2012). Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip

bireyler, partnerlerine karşı şüpheli ve mesafeli bir yaklaşım sergilemekte, yakınlık ihtiyacı duymamakta ve bu bireylerin ilişkiden aldıkları doyum düşmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Romantik ilişki kalitesinin bileşenlerinden biri olan tutkunun bağlanma stilleriyle ilişkisini inceleyen araştırmalar, güvenli ve kaygılı bağlanan bireylerin romantik ilişkilerindeki tutkunun yüksekken kaçınan bireylerin ilişkilerindeki tutkunun düşük olduğunu göstermektedir (Madey ve Rodgers, 2009; Paquette ve ark., 2020; Vallerand ve ark., 2010).

Tüm bunlara ek olarak hem kadın hem erkek bireyler birlikte incelendiğinde kaygılı bağlanma ile romantik ilişki kalitesi arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu ilişkinin oldukça düşük bir düzeyde olması, bireyleri cinsiyetlerine göre ayrı ayrı incelediğimizde anlamlı bir sonuç vermemesine yol açmasına rağmen aradaki bu negatif ilişki kayda değerdir. Kaygılı bağlanma arttıkça romantik ilişki kalitesinin azaldığını gösteren araştırmalar mevcuttur (Birnie ve ark., 2009; Körük, 2017; Sarı, 2018). Kaygılı bağlanan bireylerin romantik ilişki kalitelerinin düşük olmasının, bu bireylerin yaşadıkları ayrılma kaygısı nedeniyle ilişkilerine güven duymamalarıyla ve yakınlık kurmaktan kaçınmalarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireyler, yaşadıkları ayrılma kaygısı nedeniyle ilişkilerine yüksek düzeyde odaklanma eğilimindedirler (Körük, 2017). Romantik ilişkilerinin bir gün bir sebeple biteceğine veya terk edileceklerine yönelik kaygı duyan bireyler bu durumun gerçekleşmemesi için ilişkilerine çok fazla odaklanmakta ve ilişkilerinden doyum alamamaktadırlar (Körük, 2017).

Geçmiş araştırma bulgularıyla birlikte ele alındığında bu araştırma, romantik ilişki kalitesi ile güvensiz bağlanmanın negatif ilişkili olduğunu, kaçınan bağlanmanın romantik ilişki kalitesine olumsuz etkisinin kaygılı bağlanmaya kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir.

4.2. Sosyodemografik Değişkenlerin ve İlişki Kalitesinin Cinsel Doyumu Yordayıcılığına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bireylerin cinsel doyumlarının yaşlarından, medeni hallerinden, ilişki sürelerinden ve eğitim düzeylerinden de etkilendiği bilinmektedir (Erdinç, 2018; Okci,

2017; Mark ve Murray, 2012). Bu doğrultuda, bireylerin sosyodemografik özelliklerinin ve romantik ilişki kalitelerinin birlikte ele alındığında cinsel doyumlarını anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığına yönelik ileri incelemeler yapılmıştır. Yapılan incelemeler, kadın ve erkeklerin cinsel doyumlarını yordayan değişkenlerin birbirinden farklı olduğunu göstermiştir.

Kadınlarda yaş, ilişki süresi, ilişki durumu, eğitim durumu ve bağlanma stilleri cinsel doyumunu anlamlı bir şekilde yordamamış, cinsel doyumun tek anlamlı yordayıcısı romantik ilişki kalitesi olarak bulunmuştur. Romantik ilişki kalitesinin artması kadınların cinsel doyumlarının artmasıyla sonuçlanmaktadır. Romantik ilişki kalitesinin kadınlardaki cinsel doyumdaki değişimin tek başına dörtte birini açıklaması oldukça kayda değerdir. Benzer bir durum geçmiş bir araştırmada da ortaya çıkmış, kadınların sosyodemografik özelliklerinin cinsel doyumlarını yordama gücünün çok düşük olduğu görülmüştür (Vural ve Temel, 2009). Evli çiftler üzerinde yapılan geçmiş bir araştırma, cinsel doyumun en önemli yordayıcısının evlilik doyumunu olduğunu, bireylerin evlilikten aldıkları doyum arttıkça cinsel doyumlarının da arttığını göstermiştir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Cinsel arzu, cinsel doyum ve günlük ilişki kalitesinde cinsiyet farklılıklarının incelendiği geçmiş bir araştırma, kadınların gün boyunca ve bir önceki gün partnerleriyle kurdukları yakınlığın ve bağlılığın cinsel arzularını ve cinsel aktivitelerini etkilediğini göstermiştir (Dewitte ve Mayer, 2018). Araştırmacılar, kadınların cinsel birleşmeyi başlatma arzularının ve cinsellikten aldıkları hazzın partnerleriyle kurduğu yakınlıktan ve ilişki kalitelerine yönelik olumlu değerlendirmelerinden büyük ölçüde etkilendiğini rapor etmiştir (Dewitte ve Mayer, 2018). Kadınların duygusal yakınlık arzuları ile cinsel arzuları arasında güçlü bir ilişki bulunmakta ve kadınların duygusal olarak tatmin olması cinsel aktivite yaşama sıklıklarını arttırabilmektedir (Dewitte ve Mayer, 2018). Bu durumun ortaya çıkmasında rol oynayan en önemli faktörün kadınların cinsellik ile aşkı birleştirme eğilimi olduğu ileri sürülmektedir (Dewitte ve Mayer, 2018; Diamond, 2003). Bu araştırmada da kadınların cinsel doyumlarının tek anlamlı yordayıcısının ilişki kalitesinin olmasının benzer bir sebepten kaynaklandığı düşünülmektedir. Erkekler için cinsellik ve romantik ilişki birbirlerinden ayrılabilirken kadınlar için sevgi, aşk ve cinsellik birbirleriyle yakından ilişkili gibi görünmektedir (Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001).

Erkeklerde de cinsel doyumunu romantik ilişki kalitesi anlamlı bir şekilde yordamış, buna ek olarak güvenli ve kaçınan bağlanma stili de cinsel doyumun anlamlı birer yordayıcısı olarak bulunmuştur. Kadınlara benzer şekilde erkeklerde de cinsel doyumun en önemli yordayıcısı algılanan romantik ilişki kalitesidir. Romantik ilişki kalitesinden sonra en önemli yordayıcı güvenli bağlanma ve ikinci önemli yordayıcı kaçınan bağlanma stilidir. Erkeklerin romantik ilişki kaliteleri ve güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça cinsel doyumları artarken kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça cinsel doyumları azalmaktadır. Yapılan araştırmalarda, ilişki durumunun ve ilişkiden alınan doyumun cinsel doyum için her iki cinsiyette önemli olduğu fakat erkeklerin cinsel doyumlarının romantik ilişki kalitelerinden ziyade partnerlerine duydukları cinsel arzudan daha fazla etkilendiği görülmektedir (Carpenter, Nathanson ve Kim, 2009; Dewitte ve Mayer, 2018). Geçmiş bir araştırma, erkeklerin sahip oldukları çocuk sayısı ve kaçınan bağlanma örüntüsünün cinsel doyumlarını anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir (Ayatollahi, 2014). Tüm bu bulgular birlikte ele alındığında, erkeklerin bağlanma stillerinin cinsel doyumlarının önemli bir yordayıcısı olmasının olası birkaç sebebi olabileceği düşünülmektedir. Bunlardan biri, bakım verenin çoğunlukla anne olması ve annesine kaçınan bağlanmış olan erkeklerin bu örüntüyü romantik ilişkilerinde kadınlara kıyasla daha fazla sürdürmesi olabilir.

Yaşamının erken dönemlerinde annelerinden yeterli duygusal yakınlığı göremeyen ve ihtiyaçları karşılanmayan erkekler, yetişkinlik döneminde bu durumu partnerleri dahil tüm kadınlara genelleyerek cinsel yaşamlarından daha az doyum alıyor olabilirler. Freud'a göre (1905) erkek çocuklar annelerine karşı hissettikleri cinsel yakınlık sebebiyle büyük bir çatışma yaşamakta ve bu çatışmanın sağlıklı bir şekilde çözülememesi yetişkinlikteki cinsel yaşamlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Erkeklerin bağlanma örüntülerinin cinsel doyumları üzerinde daha büyük bir etkisinin olmasının, anneleriyle güvenli bir ilişki kuramamış olmalarının yaşadıkları cinsel çatışmaları çözmelerine engel olması ile ilişkili olabileceği düşünülebilir. Bir başka deyişle, Freud'un (1905) yaklaşımına göre yaşamın ilk 5 yılı cinsel kimliğin gelişimi açısından kritik önem taşımaktadır. Yaşamın ilk yıllarında hem anneye bağlanma yaşantısının gerçekleşmesi (Bowlby, 1969) hem de çocuğun cinsel kimliğinin gelişiminin büyük ölçüde tamamlanması (Freud, 1905) göz önünde bulundurulduğunda, erkeklerin

bağlanma örüntülerinin cinsel yaşamlarında daha belirleyici olması beklendik bir durumdur.

4.3. Algılanan Romantik İlişki Kalitesinin Bağlanma Stillerine Göre Değişimine İlişkin Bulguların Tartışılması

Algılanan romantik ilişki kalitesinin bağlanma stillerine göre (güvenli ve güvenli olmayan) farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin romantik ilişki kalitelerinin güvenli olmayan bağlanma örüntüsüne sahip bireylere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Güvenli bağlanma ile romantik ilişki kalitesi arasında güçlü bir ilişki olduğu bilinmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Romantik ilişki kalitesi; doyum, adanmışlık, yakınlık, güven, tutku ve aşk gibi birçok boyuttan oluşan karmaşık bir kavramdır. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin romantik ilişkilerinden aldıkları doyumun güvensiz bağlanan bireylere kıyasla daha yüksek olduğunu gösteren birçok araştırma mevcuttur (Hadden, Smith ve Webster, 2014; Körük, 2017; Sarı, 2018; Shaver, Schachner ve Mikulincer, 2005).

Güvenli bağlanmayan bireylerin romantik ilişki kalitelerinin güvenli bağlanan bireylerden daha düşük olmasının bir diğer sebebinin bu bireylerin romantik ilişkinin sağlıklı bir şekilde sürmesini sağlayan temel ihtiyaçları fark etmede ve bu ihtiyaçları karşılamada problem yaşamaları olabileceği düşünülmektedir. Mark, Vowels ve Murray (2017) bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu ve cinsel doyum üzerindeki etkisini incelemiş, kaygılı ve kaçınan bağlanmanın romantik ilişki kalitesinin negatif yönde yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin kendi istek ve ihtiyaçlarıyla çok fazla meşgul olmalarının ve beklentilerinin yüksek olmasının, kaçınan bağlanan bireylerin ise yakınlık ve bağlılık kurmaktan çekinmelerinin ilişki doyumlarını düşürdüğü ileri sürülmüştür (Mark, Vowels ve Murray, 2017). Chen ve meslektaşları (2015) romantik ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için partnerlerin özerklik, yeterlilik ve ilişki kurma ihtiyaçlarının düzenli bir şekilde karşılanması gerektiğini ileri sürmüştür. Yaşamın erken dönemlerindeki temel duygusal ihtiyaçlara benzerlik gösteren bu ilişkisel ihtiyaçların güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan bireyler tarafından fark edilme ve karşılanma ihtimalinin daha düşük olduğu düşünülmektedir (Sağkal ve Özdemir, 2019). Bakım vereni tarafından temel duygusal

ihtiyaçları yeterince karşılanmamış bireylerin romantik ilişkilerinde de benzer bir örüntüyü sürdürerek partnerlerinin ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabileceği ve bu durumun romantik ilişki kalitesini olumsuz yönde etkilemesi muhtemeldir. Öte yandan, temel duygusal ihtiyaçları karşılanmamış olan bu bireylerin, romantik ilişkilerinde ilişkisel ihtiyaçlarının karşılanmayacağına yönelik irrasyonel inançlara sahip olmalarının algıladıkları romantik ilişki kalitesini düşürebileceği düşünülmektedir. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan bireyler gerçek aşkın olmadığına veya olsa bile kendilerinin gerçek aşkı bulamayacaklarına yönelik olumsuz inançlara sahiptirler (Hazan ve Shaver, 1987). Sahip olunan bu olumsuz ve katı inançların, güvenli bağlanamayan bireylerin ilişkilerindeki olumlu durumları görmelerine engel olduğu ve ilişkiden aldıkları doyumunu düşürdüğü ileri sürülmektedir (Beştav, 2007; Hazan ve Shaver, 1987). Benzer şekilde Sarı (2018), kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip olan bireylerin romantik ilişkilerinde daha fazla irrasyonel inanca sahip olduklarını ve ilişkiden aldıkları doyumun daha düşük olduğunu göstermiştir.

Güvenli bağlanan bireylerin algıladıkları romantik ilişki kalitesinin daha yüksek olmasının daha yüksek olmasının bir diğer sebebinin ise hem partnerlerine hem kendilerine duydukları güven olabileceği düşünülmektedir. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olan bireyler, diğer kendilerinin yetersiz ve insanların güvenilmez olduğuna dair olumsuz inançlara sahiptirler (Hazan ve Shaver, 1987). Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireyler ise romantik ilişkiyi başlatmada ve sürdürmede kendilerine güvenmekte ve girişken davranmaktadır (Büyükşahin, 2005). Yaşamlarının erken dönemlerindeki deneyimlerinden yola çıkarak kendilerini yetersiz hisseden ve partnerine güven duymayan bireylerin romantik ilişkilerindeki olumsuz durumlara çok fazla odaklanarak olumlu durumları gözden kaırabilecekleri düşünülmektedir. Romantik ilişki kalitesinin en önemli unsurlarından biri olan partnere duyulan güvenin bağlanma stillerinden etkilendiği bilinmektedir (Kirkpatrick ve Davis, 1994). Körük (2017) kaygılı bağlanan bireylerin romantik ilişkilerine çok fazla odaklandıklarını göstermiş, partnerlerine duydukları bu güvensizliğin yaşadıkları ayrılma kaygısından kaynaklanabileceğini ileri srmştir.

4.4. Cinsel Doyumun Bağlanma Stillerine Göre Değişimine İlişkin Bulguların Tartışılması

Bireylerin cinsel doyumlarının bağlanma stillerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan incelemeler, kadınların cinsel doyumunun bağlanma stiline göre farklılaşmadığını göstermiştir. Öte yandan, erkeklerin toplam cinsel doyumları, cinsellikten aldıkları doyum ve kaçınma düzeyleri bağlanma stillerine göre farklılaşmaktadır. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan erkeklerin cinsel doyumları daha düşük ve cinsellikten kaçınma davranışları daha fazladır.

Kadınların cinsel doyumunun bağlanma stilinden etkilenmemesi bir önceki bulgularımızla paralellik göstermektedir. Sosyodemografik özelliklerin, bağlanma stillerinin ve algılanan romantik ilişki kalitesinin cinsel doyumunu yordama gücünü incelediğimizde, kadınların cinsel doyumunun tek anlamlı yordayıcısının romantik ilişki kalitesi olduğu görülmüştür. Bu bulgularla birlikte ele aldığımızda, kadınların cinsel doyumlarının sahip oldukları bağlanma örüntüsü fark etmeksizin yalnızca romantik ilişki kalitelerinden etkilendiği sonucuna varılabilmektedir.

Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olan erkeklerin güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan erkeklere kıyasla cinsel doyumları daha yüksek ve kaçınma davranışları daha fazladır. Erkeklerin cinsel doyumlarının yordayıcılarından biri olan kaçınan bağlanma stili ile birlikte ele alındığında, güvenli bağlanmayan erkeklerin yakınlık konusunda arzu duymamalarının partnerleriyle cinsel birleşmeden kaçınma davranışlarıyla sonuçlanabileceği düşünülmektedir. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan bireylerin farklı mekanizmalar aracılığıyla da olsa cinsel yaşamlarında problem yaşadıkları bilinmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin hem duygusal hem fiziksel yakınlığı reddetmesinin (Hazan ve Shaver, 1987) cinsel doyumun boyutlarından biri olan kaçınma ile ilişkili olması oldukça beklendik bir durumdur. Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin diğerleriyle fiziksel ve duygusal yakınlık kurmakta problem yaşamalarının en büyük sebebinin bu bireylerin bağlanma figürleriyle ilişkili hayal kırıklıklarından ve acılardan kaçınmaları olduğu düşünülmektedir (Ayatollahi, 2014). Bu araştırmada bağlanma stillerinin cinsel doyum ile ilişkisinin yalnızca erkeklerde ortaya çıkması bu görüşü destekler niteliktedir. Bir başka deyişle, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan erkekler, bağlanma figürleri

olan annelerine ilişkin yaşadıkları hayal kırıklıkları nedeniyle partnerleriyle daha fazla problem yaşıyor olabilirler. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin diğerleriyle ilişki kurmakta zorlanmasının sebebi kaçınan bağlanma stilinden farklı olarak, yakın ilişki kurdukları kişiler tarafından terk edileceklerine yönelik yaşadıkları ayrılma kaygısıdır (Hazan ve Shaver, 1987). Annesine kaygılı bağlanmış erkeklerin yaşadıkları ayrılma kaygısının partnerleriyle olan cinsel yaşamlarına yansıdığı ve yaşadıkları bu kaygının cinsel doyumlarını olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir.

Cinsel yaşam doyumunu etkileyen faktörlerden bir diğeri ise cinsel benlik şemasıdır. Koçak (2009) cinsel doyum, cinsel benlik şeması ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemiş, negatif cinsel benlik şeması olan bireylerin cinsellikten aldıkları doyumun pozitif cinsel benlik şeması olan bireylere kıyasla anlamlı olarak daha düşük olduğunu göstermiştir. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan bireylerin kendilerinin sevmeye layık olmayan, istenmeyen ve yetersiz bireyler olduğuna yönelik olumsuz düşünceleri olduğu bilinmektedir (Büyükşahin, 2005). Kendilerini yetersiz olarak algılayan bu bireylerin sahip oldukları bu olumsuz inançları cinsel benlik şemalarında da sürdürmeleri muhtemeldir. Bir başka deyişle, bağlanma figürüne güvenli bağlanmamış bireyler kendilerini birçok konuda yetersiz ve değersiz hissettikleri için olumsuz cinsel benlik şemalarına sahip olabilirler. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan erkeklerin cinsellikten kaçınmalarının sebebi olumsuz cinsel benlik şemalarına sahip olmalarıyla ilişkili olabilir.

Cinsel yaşam birçok biyolojik, psikolojik ve sosyodemografik faktörden etkilendiği gibi kültürel faktörlerden de fazlasıyla etkilenmektedir. Türk toplumu gibi geleneksel toplumlarda, kadın ve erkeklerin cinselliği yaşama biçimlerine yönelik birçok farklı rol yüklenmektedir (Ersoy, 2009). Erkekler açısından bakıldığında, geleneksel toplumlarda erkeklerin cinsel yaşamlarında partnerlerini tatmin etmeleri gerektiğine yönelik bir baskı vardır (Kaya ve Aslan, 2013). Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan erkeklerin cinsel doyumlarının düşük olmasının ve daha fazla kaçınma davranışı sergilemelerinin bir sebebinin de cinsellik konusunda erkeklere yapılan toplumsal baskı olabileceği düşünülmektedir. Bağlanma figürüyle güvenli biri ilişki kuramayan, kendisini yetersiz hisseden ve yakınlık kurma konusunda çatışmalar yaşayan erkeklerin toplum tarafından uğradığı baskı sebebiyle cinsel yaşamları büyük ölçüde olumsuz etkilenebilir.

Davis ve meslektaşlarının (2006) romantik ilişkisi olan bireylerin bağlanma stilleri ve cinsel doyumları arsındaki ilişkiyi incelediği araştırma, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin cinsel doyumlarının diğer bağlanma stiline sahip bireylere kıyasla daha düşük olduğunu göstermiştir. Benzer bir bulgu, Brassard, Shaver ve Lussier'in (2007) bağlanma örüntüleri, cinsel doyum ve cinsel baskı arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada da ortaya çıkmış, bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyleri arttıkça cinsellikten kaçınma düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Bununla birlikte, araştırmacılar cinsel doyumun partnerler arasındaki farklı bağlanma örüntülerine göre nasıl değiştiğini de incelemiş, kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin partnerleri kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip olduğunda cinsel ilişki sıklığının anlamlı bir şekilde azaldığını göstermiştir (Brassard, Shaver ve Lussier, 2007). Bu durumun, kaygılı bağlanan bireylerin cinsel birleşme konusunda daha talepkâr olabileceği ve yakınlık kurma konusunda istekli olmayan, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin, bu talepleri karşılamada yetersiz kalması sebebiyle cinsel ilişki sıklığını azaltma yoluna gidebileceği ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmada, bağlanma stilleri incelenen bireylerin partnerlerinin bağlanma örüntülerine yönelik bir bilginin bulunmamaktadır. Gelecek araştırmalarda romantik ilişki kalitesinin ve bağlanma stillerinin cinsel doyumla ilişkisinin farklı bağlanma örüntülerine sahip olan çiftler üzerinde incelenmesi önemlidir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Özetle, bu araştırma bireylerin cinsel doyumlarının ve algılanan romantik ilişki kalitelerinin bağlanma örüntüleriyle ilişkili olduğunu, bu ilişkide ise cinsiyet farklılıklarının rol oynadığını göstermiştir. Tüm katılımcılar birlikte ele alındığında, güvenli bağlanan bireylerin algıladıkları romantik ilişki kalitesinin güvenli bağlanmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Cinsel doyum açısından bakıldığında, kadınların cinsel doyumunun tek önemli yordayıcısı romantik ilişki kalitesi olarak bulunurken, erkeklerin cinsel doyumlarının romantik ilişki kalitesi, güvenli bağlanma ve kaçınan bağlanma örüntüleri tarafından anlamlı bir şekilde yordandığı görülmüştür. Bununla birlikte, güvenli ve güvenli olmayan bağlanma örüntüsüne sahip olan kadınların cinsel doyumları arasında herhangi bir fark bulunmazken; güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olmayan erkeklere kıyasla güvenli bağlanma örüntüsüne sahip erkeklerin toplam cinsel doyumları ve cinsellikten aldıkları doyum daha yüksek, cinsellikten kaçınma düzeyleri ise daha düşüktür.

Araştırma bulguları birlikte ele alındığında, kadınların cinsel doyumlarının bağlanma stillerinden ziyade algıladıkları romantik ilişki kalitesiyle ilişkili olduğu, erkeklerin ise bağlanma stillerinin cinsel doyumları üzerinde rol oynadığı görülmektedir. Cinsiyetler arasında ortaya çıkan bu farklılığın sebebinin, bağlanma figürünün çoğunlukla anne olması ve anneyle güvenli bağlanma ilişkisine sahip olmamanın erkeklerin bu durumu romantik ilişkilerine genelleme eğiliminde olmalarıyla sonuçlandığı düşünülmektedir. Başka bir deyişle, güvenli olmayan bağlanma örüntüsüne sahip erkekler anneleriyle olan güven problemlerini partnerlerine yöneltiyor ve bu durum cinsel yaşamlarını olumsuz yönde etkiliyor olabilir.

Araştırmanın bulguları ve sınırlılıkları doğrultusunda gelecek araştırmalar için birtakım öneriler sunulmuştur:

- Gelecek araştırmalarda algılanan romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum farklı bağlanma örüntülerine sahip çiftler üzerinde incelenebilir,
- Bağlanma stillerinin cinsel doyum üzerindeki temel etkisinin görülebilmesi için algılanan romantik ilişki kalitesi sabit değişken olarak alınabilir,

- Cinsel Doyum Ölçeğinin farklı cinsel yönelime sahip bireyler üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yapılması bağlanma stilleri ile cinsel doyum arasındaki ilişkiyi daha iyi anlayabilmek açısından faydalı olabilir,
- Cinsel Doyumun alt boyutlarından biri olan Dokunma boyutunun bağlanma stilleri ile ilişkisi incelenebilir,
- Cinsel işlev bozukluklarıyla çalışan psikologların terapi sürecini danışanlarının ve partnerlerinin bağlanma örüntülerini tespit etmeye yönelik yapılandırmaları psikoterapi sürecine olumlu bir katkı sağlayabilir,
- Cinsel yaşam problemleri yaşayan bireylere verilen psiko-eğitimlerin içeriği bireylerin bağlanma örüntülerini keşfetmelerine yönelik çalışmalar kullanılarak genişletilebilir,
- Anne-babalara, çocuklarının kendileriyle kurdukları güven ilişkisinin çocuklarının yetişkinlik dönemindeki tüm yaşamına, romantik ilişkilerine ve cinsel yaşam kalitelerine yansımalarının önemine ilişkin eğitimler verilebilir.

KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S., BELL, S. M. (1970). Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-year-olds in a Strange Situation. *Child Development*, 49-67.
- Andersen, S. (2000). Fundamental Human Needs: Making Social Cognition Relevant. *Psychological Inquiry*, 11, (4), 269-276.
- Anderson, J. W. (2016). Sternberg's Triangular Theory of Love. USA: Illinois State University.
- Ayatollahi, M. (2014). Cinsel Doyumu Yordayan Demografik ve Psikolojik Değişkenlerin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aydın H. (1998). Cinsellik ve Cinsel İşlev. (Derleyenler) Köroğlu, E., Güleç, C., *Psikiyatri Temel Kitabı*, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 1998; 605-607.
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>.
- Barnes, A., Dodson, M., Woord, B., Thomas, H. ve Kimberly, C. (2017). The Effect of Attachment Styles on Positive Communication and Sexual Satisfaction in Relationships. *Journal of Positive Sexuality*, 3 (2): 27-31.
- Berk, E. L. (2013). Çocuk Gelişimi. çev. Ali Dönmez. Ankara: İmge Kitabevi.
- Beştav, F. G. (2007). Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bildirici, A. (2016). Evlilik Süresinin, Cinsel Yaşama ve Evlilik Uyumuna Etkisi ve Sonuçların Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Beykent Üniversitesi.

- Birnie, C., Joy McClure, M., Lydon, J. E., ve Holmberg, D. (2009). *Attachment Avoidance and Commitment Aversion: A Script for Relationship Failure. Personal Relationships*, 16(1), 79–97. doi:10.1111/j.1475-6811.2009.01211.x
- Bowlby, J. (1969). *Attachment: Volume 1 of Attachment and Loss*. London, England: Tavistock.
- Bowlby, J. (1978). Attachment Theory and Its Therapeutic Implications. *Adolescent Psychiatry*, 6, 5–33.
- Brassad, A., Shaver, P. R., ve Lussier, Y. (2007). Attachment, Sexual Experience, and Sexual Pressure in Romantic Relationships: A Dyadic Approach. *Personal Relationships*, 14(3), 475–493. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00166.x>
- Brennan, K. A., ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of Adult Attachment, Affect Regulation, and Romantic Relationship Functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267–283. <https://doi.org/10.1177/0146167295213008>.
- Birnbaum, G. E. (2007). Attachment Orientations, Sexual Functioning, and Relationship Satisfaction in a Community Sample of Women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(1), 21–35. <https://doi.org/10.1177/0265407507072576>.
- Birnbaum, M. H. (2010). An Overview of Major Techniques of Web-based Research. In S. D. Gosling ve J. A. Johnson (Eds.), *Advanced Methods for Conducting Online Behavioral Research* (pp. 9–25). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12076-002>.
- Butzer, B., ve Campbell, L. (2008). Adult Attachment, Sexual Satisfaction, and Relationship Satisfaction: A Study of Married Couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141–154. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x>.
- Büyükşahin, A. (2005). Çok boyutlu İlişki Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 16, (2) : 97-105.
- Byers, E. S. (2011). Beyond the Birds and the Bees and Was It Good for You?: Thirty Years of Research on Sexual Communication. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 52(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/a0022048>.

- Carpenter, L. M., Nathanson, C. A., ve Kim, Y. J. (2009). Physical Women, Emotional Men: Gender and Sexual Satisfaction in Midlife. *Archives of Sexual Behavior*, 38, 87–107.
- Cassidy, J., ve Kobak, R. R. (1988). Avoidance and Its Relation to Other Defensive Processes. In J. Belsky ve T. Nezworski (Eds.), *Child Psychology. Clinical Implications of Attachment* (p. 300–323). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Chen, Z., Guo, F., Yang, X., Li, X., Duan, Q., Zhang, J., ve Ge, X. (2009). Emotional and Behavioral Effects of Romantic Relationships in Chinese Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(10), 1282–1293. doi:10.1007/s10964-009-9405-0.
- Clark, M. S. ve Reis, H. T. (1998). Interpersonal Processes in Close Relationships. *Ann. Rev. Psychol.* 1988. 39:609-72.
- Connolly, J. A., ve McIsaac, C. (2009). Romantic Relationships in Adolescence. In R. M. Lerner ve L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology: Contextual Influences on Adolescent Development* (pp. 104–151). John Wiley ve Sons, Inc.. <https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy002005>.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13- 23.
- Çakmak, E. (2011) Vajinismusu Olan Kadınlarda Bağlanmanın Cinsel İşlevler ve Klinik Bulgulara Etkisi, Tıpta Uzmanlık Tezi. İstanbul, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Has. Eğt. ve Arş. Hastanesi.
- Daidson, K., Darling, C. A., Norton, L. (1995). Religiosity And The Sexuality Of Women: Sexual Behavior And Sexual Satisfaction Revisited. *The Journal Of Sex Research*, 32(3), 235-243.
- Davis, D., Shaver, P. R., Widaman, K., Vernon, M. L., Follette, W. C. ve Beitz, K. (2006). “I Can’t Get No Satisfaction”: Insecure Attachment, Inhibited Sexual Communication and Sexual Dissatisfaction. *Personal Relationships*, 13, 465-483.
- Deveci, G. (2020). Yetişkin Bireylerin Nesne İlişkileri ve Savunma Düzenekleri ile Romantik İlişki Doyumları ve Cinsel Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi.

- Dewitte, M., ve Mayer, A. (2018). *Exploring the Link Between Daily Relationship Quality, Sexual Desire, and Sexual Activity in Couples*. *Archives of Sexual Behavior*, 47(6), 1675–1686. doi:10.1007/s10508-018-1175-x
- Diamond, L. M. (2003). What Does Sexual Orientation Orient? A Biobehavioral Model Distinguishing Romantic Love and Sexual Desire. *Psychological Review*, 110, 173–192.
- Dundon, C., M., ve Rellini, A., H. (2010). More Than Sexual Function: Predictors Of Sexual Satisfaction İn A Sample Of Women Age 40–70. *International Society For Sexual Medicine*, 7, 896-904.
- Dünya Sağlık Örgütü (2021). Erişim Adresi: <https://www.who.int/> Erişim Tarihi: 18.09.2021
- Erdoğan, İ. (2018). Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasında ki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. Norton & Co.
- Ersoy, E. (2009). Cinsiyet Kültürü İçerisinde Kadın ve Erkek Kimliği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19 (2), 209-230.
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., ve Thomas, G. (2000). The Measurement of Perceived Relationship Quality Components: A Confirmatory Factor Analytic Approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354.
- Ford, M. B., ve Collins, N. L. (2010). Self-esteem Moderates Neuroendocrine and Psychological Responses to Interpersonal Rejection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(3), 405–419. <https://doi.org/10.1037/a0017345>
- Eşici, H. (2014). Romantik İlişki Kalitesinin Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Bağlanma ve Psikolojik İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi, Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Fallis, E. E., Rehman, U. S., Woody, E. Z., ve Purdon, C. (2016). The Longitudinal Association of Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction in Long-term

Relationships. *Journal of Family Psychology*, 30(7), 822–831. <https://doi.org/10.1037/fam0000205>

Freud, S. (1905). *Three Essays on the Theory of Sexuality*. Se, 7.

Fricker, J. ve Moore, S. (2002). Relationship Satisfaction: The Role of Love Styles and Attachment Styles. *Current Research in Social Psychology*, 7 (11).

Furman, W., ve Shaffer, L. (2003). The Role of Romantic Relationships in Adolescent Development. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent Romantic Relations and Sexual Behavior: Theory, Research, and Practical Implications* (p. 3–22). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Glasser, W. (2003). Seçim Teorisi (çev: Müge İzmirli). İstanbul: Hayat Yayınları.

Goldsmith, K. M., Dunkley, C. R., Dang, S. S., ve Gorzalka, B. B. (2016). *Sexuality and Romantic Relationships: Investigating the Relation Between Attachment Style and Sexual Satisfaction*. *Sexual and Relationship Therapy*, 31(2), 190–206. doi:10.1080/14681994.2016.1158804

Gottman, J. M. (1979). *Marital Interaction: Experimental Investigations*. New York: Academic Press.

Gülsün, M., AK, M., Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik Açıdan Evlilik Ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 68-79

Haack, K. R., ve FalckeA, D. (2014). Love and Marital Quality in Romantic Relationships Mediated and Non-mediated by Internet. *Paidéia*, 24(57), 105–113. <https://doi.org/10.1590/1982-43272457201413>

Hadden, B. W., Smith, C. V., ve Webster, G. D. (2013). *Relationship Duration Moderates Associations Between Attachment and Relationship Quality*. *Personality and Social Psychology Review*, 18(1), 42–58. doi:10.1177/1088868313501885

Hazan, C., Shaver, P.R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1). 1-22

Hazan, Z., ZEİFMAN, D. (1994). Sex And The Psychological Tether. *Advances In Personal Relationships*, 5, 151-177

- Hendrick, S. S. (1988). *A Generic Measure of Relationship Satisfaction*. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93. doi:10.2307/352430.
- Howe, D. (2011). *Attachment Across the Lifecourse : A Brief Introduction*. New York: Palgrave Macmillan.
- Huston, T. L., Levinger, G. (1978). Interpersonal Attraction and Relationships. *Annual Review of Psychology*, 29(1), 115-156.
- İncesu, C. (2004). Cinsel İşlev ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7:3, 3-13.
- Kiecolt-Glaser, J. K., ve Newton, T. L. (2001). Marriage and Health: His and Hers. *Psychological Bulletin*, 127, 472–503.
- Kingsbeg, S. A. ve Janata, J.W. (2007). Female Sexual Disorder: Assessment, Diagnosis and Treatment. *Urol Clin N Am*, 34:497-506.
- Kirkpatrick, L. A., ve Davis, K. E. (1994). Attachment Style, Gender, and Relationship Stability: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 502–512. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.3.502>
- Koçak, G. (2009). *Sexual Self-Schemas: An Exploration of Their Impact on Frequency of Masturbation and Sexual Activity, Sexual Satisfaction, and Marital Adjustment*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Körük, S. (2017). Early Maladaptive Schemas and Attachment Styles Predicting Tendencies in Intimate Relationship. *European Journals of Education Studies*. 3(9). doi: 10.5281/zenodo.889032.
- Küt, D. (2018) *Genç Yetişkin Kadın Bireylerin Bağlanma Stilleri ile Cinsel Yaşam Kalitesi Düzeyleri, Cinsel Özgüven ve Psikolojik Belirtilerinin İncelenmesi*, Doktora Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi.
- Laursen, B., ve Williams, V. A. (1997). Perceptions of Interdependence and Closeness in Family and Peer Relationships Among Adolescents with and without Romantic Partners. In S. Shulman & W. A. Collins (Eds.), *New Directions for Child*

- Development, No. 78. Romantic Relationships in Adolescence: Developmental Perspectives (p. 3–20). Jossey-Bass/Wiley.
- Lawrence, K. ve Byers, E.S. (1995). Sexual Satisfaction In Long-Term Heterosexual Relationships: The Interpersonal Exchange Model Of Sexual Satisfaction. *Personal Relationships*, 2(4), 267-285
- Lee, J. A. (1973). *The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving*. Toronto: New Press.
- Li, T., ve Chan, D. K. S. (2012). *How Anxious and Avoidant Attachment Affect Romantic Relationship Quality Differently: A Meta-analytic Review*. *European Journal of Social Psychology*, 42(4), 406–419. doi:10.1002/ejsp.1842.
- Lyness, A. P. (2007). Twenty American Families' Stories of Adaptation: Adoption of Children from Russian and Romanian Institutions. *Journal of Marital and Family Therapy*.
- Madey, S. F., ve Rodgers, L. (2009). The Effect of Attachment and Sternberg's Triangular Theory of Love on Relationship Satisfaction. *Individual Differences Research*, 7(2), 76–84.
- Mark, K. P., ve Jozkowski, K. N. (2013). The Mediating Role of Sexual and Nonsexual Communication Between Relationship and Sexual Satisfaction in a Sample of College-age Heterosexual Couples. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 39(5), 410–427. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2011.644652>
- Masters, W.H., Johnson, V.E. ve Kolodny, R.C (1994). *Heterosexuality*. New York; London: HarperCollins. ISBN 978-0-7225-3027-6.
- McNulty, J. K., Wenner, C. A., Fisher, T. D. (2016). Longitudinal Associations Among Relationship Satisfaction, Sexual Satisfaction, and Frequency of Sex in Early Marriage. *Archives of Sexual Behavior*, 45, 85–97.
- Mikulincer, M., ve Erev, I. (1991). Attachment Style and the Structure of Romantic Love. *British Journal of Social Psychology*, 30(4), 273–291. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1991.tb00946.x>

- Moss, B. F., Schwebel, A. I. (1993). Defining İntimacy İn Romantic Relationships. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal Of Applied Family Studies*, 42(1), 31-37.
- Okci, B. (2017) Cinsel Yönelimin Bağlanma Stilleri, Cinsel Doyum Ve Psikopatoloji Yönünden Değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Işık Üniversitesi.
- Özcan, Ö., Cumurcu-Elbozan, B., Karlıdağ, R., Ünal, S., Mutlu-Aktan, E. ve Kartalcı, Ş. (2015). Attachment Styles İn Women With Vaginismus. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16:37-43.
- Özdemir Ş. N. (2018). Yetişkin Bağlanma Stilleri İle Cinsel Doyum Arasındaki İlişki (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sbe.
- Öztürk, C., ve Arkar, H. (2014). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumunu Ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*, 1(3): 16-24.
- Paquette, V., Rapaport, M., St-Louis, A. C., Ve Vallerand, R. J. (2020). Why Are You Passionately İn Love? Attachment Styles As Determinants Of Romantic Passion And Conflict Resolution Strategies. *Motivation And Emotion*. Advance Online Publication. <https://doi.org/10.1007/S11031-020-09821-X>.
- Perrone, K. M., Ve Worthington, E. L., Jr. (2001). Factors İnfluencing Ratings Of Marital Quality By Individuals Within Dual-Career Marriages: A Conceptual Model. *Journal Of Counseling Psychology*, 48; 3–9.
- Phinney, J. S. (1990). Ethnic Identity İn Adolescents And Adults: Review Of Research. *Psychological Bulletin*, 108(3), 499–514. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.3.499>
- Prager, K. J. (2000). Intimacy İn Personal Relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close Relationships: A Sourcebook* (Pp. 229–242). Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781452220437.N17>
- Regan, P. (2008). *The Mating Game A Primer On Love, Sex, And Marriage*. Sage Publications: Los Angeles.
- Rubin, Z. (1973). *Liking And Loving: An Invitation To Social Psychology*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

- Rusbult, C. E. (1980). Commitment And Satisfaction İn Romantic Dissociations: A Test Of The Investment Model, *Journal Of Experimental Social Psychology*, 16,172-186.
- Ryan, R. ve Deci, E. (2000). Self-Determination Theory And The Facilitation Of İntrinsic Motivation, Social Development And Well- Being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Sağkal, A. S. Ve Özdemir, Y. (2018). Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin (Arikö) Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 46 (2018): 22-40.
- Sağkal, A. S. Ve Özdemir, Y. (2019). Need Satisfaction, Partner Attachment, And Romantic Relationship Quality: A Multiple Mediation Model. *Anadolu Journal Of Educational Sciences International*, 9 (1), 163-180. Doi: 10.18039/Ajesi.520839.
- Santrock, John W. 2011. Yaşam Boyu Gelişim. Çev. Ed. Galip Yüksel. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Sarı, T. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları Ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler, Doktora Tezi. Ankara:Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Shaver, P. R., Schachner, D. A., ve Mikulincer, M. (2005). Attachment Style, Excessive Reassurance Seeking, Relationship Processes, And Depression. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 31(3), 343–359. <https://doi.org/10.1177/0146167204271709>
- Shulman, S., ve Connolly, J. (2013). The Challenge Of Romantic Relationships In Emerging Adulthood: Reconceptualization Of The Field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>
- Sigelman, C. K. ve Rider, E. A. (2018). Life-Span Human Development (9th Ed.). Boston: Cengage Learning.
- Snell, W. E., Jr., Schicke, M., Arbeiter, T. (1996). The Multidimensional Relationship Questionnaire: Psychological Dispositions Associated With İntimate Relations. Submitted For Publication.

- Sprecher, S. (2002). Sexual Satisfaction İn Premarital Relationships: Associations With Satisfaction, Love, Commitment, And Stability. *The Journal Of Sex Research*, 39:190-196.
- Stanik, C. E., ve Bryant, C. M. (2012). *Sexual Satisfaction, Perceived Availability Of Alternative Partners, And Marital Quality İn Newlywed African American Couples*. *Journal Of Sex Research*, 49(4), 400–407. Doi:10.1080/00224499.2011.568127
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory Of Love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Sternberg, R. J. (1998). *Cupid's Arrow*. Cambridge: Cambridge University Press
- Steinberg, L. (2007). Risk Taking İn Adolescence: New Perspectives From Brain And Behavioral Science. *Current Directions İn Psychological Science*, 16(2), 55– 59. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00475.x>.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th Ed.). Allyn ve Bacon/Pearson Education.
- Tarakcı, K. (2019). Kadınlarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Beden Algısı Ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Thibaut, J. W., ve Kelley, H. H. (1959). *The Social Psychology Of Groups*. New York: John Wiley.
- Timm, T. M., ve Keiley, M. K. (2011). *The Effects Of Differentiation Of Self, Adult Attachment, And Sexual Communication On Sexual And Marital Satisfaction: A Path Analysis*. *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 37(3), 206–223. Doi:10.1080/0092623x.2011.564513.
- Uluyol, F. M. (2019). Bağlanma, Duygu Düzenleme Süreçleri Ve Cinsel İşlev Bozukluğu Arasındaki İlişki: Bir Model Önerisi. *Current Approaches İn Psychiatry*, 11(1), 220-233

- Vallerand, R. J., Paquet, Y., Philippe, F. L., ve Charest, J. (2010). On The Role Of Passion For Work In Burnout: A Process Model. *Journal Of Personality*, 78(1), 289–312. <https://doi.org/10.1111/J.1467-6494.2009.00616.X>.
- Van Den Brink, F., Vollmann, M., Sternheim, L. C., Berkhout, L. J., Zomerdijs, R. A., ve Woertman, L. (2018). Negative Body Attitudes And Sexual Dissatisfaction In Men: The Mediating Role Of Body Selfconsciousness During Physical Intimacy. *Archives Of Sexual Behavior*, 47, 693–701. Doi:10.1007/S10508-017-1016-3
- Varma, G. S., Karadağ, F., Oğuzhanoglu, N. K., Özdel, O. Ve Kökten, S. (2006). Menopoz: Klimakterik Belirtiler Ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. *New/Yeni Symposium Journal*, Cilt: 44, Sayı: 4, Ss. 182-188.
- Vural, B. Ve Temel, B. A. (2010). Cinsel Doyumun Yordanmasında Bazı Faktörlerin İncelenmesi. *Anadolu Hemşirelik Ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 13 (1), 24-34.
- Weaver, A. D., Ve Byers, E. S. (2006). *The Relationships Among Body Image, Body Mass Index, Exercise, And Sexual Functioning In Heterosexual Women. Psychology Of Women Quarterly*, 30(4), 333–339. Doi:10.1111/J.1471-6402.2006.00308.X
- Wright, P. H. (1982). Men's Friendships, Women's Friendships And The Alleged Inferiority Of The Latter. *Sex Roles: A Journal Of Research*, 8(1), 1–20. <https://doi.org/10.1007/Bf00287670>.
- Yeh, H.-C., Lorenz, F. O., Wickrama, K. A. S., Conger, R. D., Ve Elder, G. H. (2006). Relationships Among Sexual Satisfaction, Marital Quality, And Marital Instability At Midlife. *Journal Of Family Psychology*, 20, 339–343.
- Yilmaztürk-Yıldırım, H. K. (2021). Evli Çiftlerde Bağlanma Stillerinin Ve Ontolojik İyi Oluşun Cinsel Doyum Üzerine Etkisi. *Opus International Journal Of Society Researches*, 18 (39) , 382-404 . Doi: 10.26466/Opus.851659
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2002). *The Development Of Romantic Relationships And Adaptations In The System Of Peer Relationships. Journal Of Adolescent Health*, 31(6), 216–225. Doi:10.1016/S1054-139x(02)00504-9.

EKLER

EK 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu araştırma İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Tezi kapsamında ve Dr. Öğr. Üyesi Dilek ANUK danışmanlığında yapılmaktadır. Çalışmanın amacı bireylerin bağlanma stillerinin, romantik ilişki kalitesi ve cinsel doyum üzerine etkisini araştırmaktır. Anketimiz yaklaşık olarak 15-20 dakika sürecektir. Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırma sırasında ayrılmak isterseniz, istediğiniz an bırakabilirsiniz. Bu ankette sizden alınan bilgiler tüm gizlilik koşullarınca araştırmacılar tarafından saklanacak olup, sadece bilimsel çalışma için kullanılacaktır. Ankette bulunan soruların doğru veya yanlış cevabı bulunmamaktadır. Önemli olan size en çok uyan seçeneği işaretlemenizdir. Bu nedenle, ankette bulunan tüm sorulara samimiyetle cevap vermenizi rica eder, iş birliğiniz için teşekkür ederiz.

EK 2: Kişisel Bilgi Formu

1. Yaşınız?

2. Eğitim Durumunuz? İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü ()

3. Çalışma Durumunuz Nedir? Çalışıyorum () Çalışmıyorum ()

4. Halen devam eden fiziksel bir rahatsızlığınız var mı? Evet () Hayır ()

Var ise belirtiniz.

5. Bugüne kadar aldığınız psikiyatrik bir tanı var mı? Evet () Hayır ()

Var ise belirtiniz.

6. Alkol – madde kullanımınız var mı? Evet () Hayır ()

Var ise tipini, kullanım miktarını ve süresini belirtiniz.

7. Şu anda yaşadığınız ilişki için aşağıdakilerden hangisi uygundur?

Bekar () İlişkisi Var () Evli () Boşanmış/Dul ()

8. Şu anki ilişkiniz ne kadar süredir devam etmektedir? örn: 3 yıl 5 ay

9. Partnerinizle cinsel birliktelik yaşıyor musunuz? Evet () Hayır ()

10. Ne sıklıkla cinsel birliktelik yaşıyorsunuz?

Haftada birden fazla () Haftada bir () Ayda birden fazla () Ayda bir () Yılda
bir veya birden fazla ()

11. Kaç kardeşiniz var?

Kardeşim yok () 1 () 2 () 3 () 3'ten fazla ()

12. Aşağıda sizin için uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

Annem ve babam sağ () Annem ve babam vefat etti ()

Annem sağ, babam vefat etti () Annem vefat etti, babam sağ ()

13. Aşağıda sizin için uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

Annem ve babam öz () Annem öz, babam üvey () Annem üvey, babam öz ()

14. Anne ve babanızın medeni durumu:

Annem ve babam birlikteler () Annem ve babam boşandılar () Boşanmadılar
ama ayrı yaşıyorlar () Anne – Babamdan biri hayatta değil () İkisi de hayatta
değil ()

15. Boşanma/vefat sonrası kiminle birlikte yaşadınız ?

Annem ile () Babam ile () Akkrabam ile () Diğer ()

16. Cinsel Yöneliminiz nedir?

Heteroseksüel - Farklı cinsiyete ilgi duymak ()

Homoseksüel - Aynı cinsiyete ilgi duymak ()

Biseksüel - Aynı cinsiyete ya da farklı cinsiyetlere ilgi duymak ()

Aseksüel - Hiçbir cinsiyete ilgi duymamak () Diğer () Belirtmek istemiyorum ()

17. Cinsiyetiniz? Kadın () Erkek () Diğer ()

EK 3: Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1.	Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.					
2.	Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.					
3.	Karar alırken kimseyi önemsemem.					
4.	Sorunu olan birisini gördüğümde kendimi onun yerine koyabiliyorum.					
5.	Başkalarının benim kadar değerli olduklarını düşünmüyorum.					
6.	İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm.					
7.	Ebeveynimle (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi anlaşıyorum.					
8.	İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.					
9.	Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakilerin sorunlu olmasıdır.					
10.	Kendimi mutlu bir insan olarak tanımlıyorum.					
11.	Duygusal ilişki yaşadığım kişinin beni gerçekten sevmediğini düşünerek kaygılanıyorum.					
12.	Yalnızca kendime değer veririm.					
13.	Başkalarının üzüntülerini anlayabiliyorum.					
14.	Duygusal ilişkilerden uzak duruyorum çünkü terkedilmek istemiyorum.					
15.	İnsanların görüşleri benim için önemsizdir					
16.	Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) genelde kırıncı sözler söylemem.					
17.	İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar mutlu olurum.					
18.	Başkaları çok da umurumda değildir.					

EK 4: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)

Aşağıdaki ifadelere ne düzeyde katıldığınızı belirtirken, lütfen ŞU ANKI partneriniz ve ilişkiniz hakkında dikkatlice düşününüz. Her bir ifadeye sadece tek bir sayıyı daire içerisine alınız.

1. İlişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 ÇOK

2. İlişkinize kendinizi ne kadar adadınız?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 ÇOK

3. İlişkinizde birbirinize karşı ne kadar yakınlık hissediyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 ÇOK

4. İlişkinizde partnerinize ne kadar güveniyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 ÇOK

5. İlişkiniz ne kadar tutkulu?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 ÇOK

6. İlişkinizde partnerinizi ne kadar seviyorsunuz?

HİÇ 1 2 3 4 5 6 7 ÇOK

EK 5: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Kadın Formu (GRCDÖ-K)

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için "hiçbir zaman", "nadiren", "çoğu zaman", "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz.
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin altındaki parantezin içine (X) işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.
4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1.	Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?					
2.	Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorar mısınız?					
3.	Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)					
4.	Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?					
5.	Sizce, sizin ve eşinizin ön sevişmeye (öpme, okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?					
6.	Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?					
7.	Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?					
8.	Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşabilir misiniz?					
9.	Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?					
10.	Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr bulur musunuz?					

11.	Gerekirse rahatsızlık ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?					
12.	Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?					
13.	Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, rahatsız olur musunuz?					
14.	Sizin için doyuma (orgazma) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?					
15.	Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?					
16.	Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?					
17.	Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?					
18.	Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?					
19.	Eşinizin cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alar mısınız?					
20.	Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?					
21.	Ön sevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazm) ulaşabilir misiniz?					
22.	Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?					
23.	Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?					
24.	Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?					
25.	Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?					
26.	Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?					
27.	Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?					
28.	Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?					

EK 6: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği-Erkek Formu (GRCDÖ-E)

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Her soru için "hiçbir zaman", "nadiren", "bazen", "çoğu zaman", "her zaman" şeklinde beş cevap şıkkı yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır.

Cevaplandırırken:

1. Her soruyu dikkatle okuyunuz.
2. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz
3. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin

altındaki parantezin içine (X) işareti koyarak cevabınızı belirtiniz.

4. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız.

Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz.

Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan, sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.

		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1.	Haftada 2 defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?					
2.	Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?					
3.	Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?					
4.	Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz, boşalmayı geciktirebilir misiniz?					
5.	Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?					
6.	Eşinizin cinsel organına dokunup, okşamaktan rahatsız olur musunuz?					
7.	Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?					
8.	Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden zevk alır mısınız?					
9.	Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorar mısınız?					
10.	İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?					

11.	Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?					
12.	Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?					
13.	Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?					
14.	Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?					
15.	Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkâr buluyor musunuz?					
16.	Ön sevişme (öpme, okşama gibi) sırasında cinsel organınızın sertleştiği olur mu?					
17.	Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (hastalık gibi nedenler dışında)					
18.	Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alır mısınız?					
19.	Eşinizle sevişmek istediğinizde, ilişkiyi siz başlatır mısınız?					
20.	Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?					
21.	İstedığınız kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?					
22.	Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?					
23.	Cinsel birleşme sırasında, cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?					
24.	Cinsel organınız, eşinizin cinsel organına girer girmez istmeden boşaldığınız olur mu?					
25.	Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?					
26.	Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?					
27.	Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istmeden boşaldığınız olur mu?					
28.	Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?					

ÖZGEÇMİŞ

Hatice Sevgi ARSLAN; İzmir Ekonomi Üniversitesi Psikoloji bölümünden 2018 yılında mezun oldu. Lisans döneminde birçok farklı yerde staj yaptı. Mezuniyetinden 1 sene önce ilk yayını yaptı. 2018 yılında İstanbul Kent Üniversitesi'nde tezli Klinik Psikoloji Yüksek Lisansına başladı.

