

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK KISKANÇLIK
İLE ROMANTİK İLİŞKİ İNANÇLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Halide Begüm UTKAN

YÜKSEK LİSANS

ADANA / 2016

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

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK KISKANÇLIK
İLE ROMANTİK İLİŞKİ İNANÇLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Halide Begüm UTKAN

**Danışman : Prof. Dr. Turan AKBAŞ
Üye : Yrd. Doç. Dr. İsmail SANBERK
Üye : Yrd. Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU**

YÜKSEK LİSANS

ADANA / 2016

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Turan AKBAŞ
(Danışman)

Üye: Yrd. Doç. Dr. İsmail SANBERK

Üye: Yrd. Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

.../.../2016

Prof. Dr. Yıldırım Beyazıt ÖNAL
Enstitü Müdürü

NOT: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 21/06/2016

Halide Begüm UTKAN

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK KISKANÇLIK İLE ROMANTİK İLİŞKİ İNANÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Halide Begüm UTKAN

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Turan AKBAŞ

Haziran 2016, 109 sayfa

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu ana amacın yanında üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik işlevsel olmayan inançlarının, cinsiyet, kendini kıskanç olarak algılayıp algılamama, geçmiş ilişki deneyimi ve şu anki ilişki durumu gibi değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma Çukurova Üniversitesi'nin çeşitli fakülteleri ve bölümlerinde öğrenim görmekte olan 509 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada öğrencilerin romantik kıskançlık düzeylerine ilişkin veriler, Pines ve Aronson (1983) tarafından geliştirilen ve Demirtaş (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Romantik Kıskançlık Ölçeği"; işlevsel olmayan romantik ilişki inançlarına ilişkin veriler, Romans ve DeBord (1995) tarafından geliştirilen ve Gizir (2012) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "İlişki İnançları Ölçeği"; kişisel ve ailesel özelliklere ilişkin veriler de araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, Bağımsız Gruplar t- Testi, parametrik olmayan testlerden de Mann Whitney U Testi'nden yararlanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; öğrencilerin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterebileceği toplam kıskançlık düzeyleri ile işlevsel olmayan toplam ilişki inançları ve İlişki İnançları Ölçeği'nin tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, üniversite öğrencilerinin işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanı ile Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık durumunda verilen bilişsel, fiziksel ve duygusal tepkiler, yapıcı baş etme,

kıskançlığın olumlu ve olumsuz etkileri ve kaybetme korkusu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken, yıkıcı baş etme ve yetersizlik duygusu puanları ile işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Üniversite öğrencilerinin puanlarına cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında, Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin yalnızca bilişsel tepkiler, yapıcı baş etme, olumlu ve olumsuz etkiler alt boyutlarında, İlişki İnançları Ölçeği'nin de “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” “Her şeyi Birlikte Yapmalıyız” ve “Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz” alt boyutlarında kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin puanlarına, kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama değişkeni açısından bakıldığında ise, Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık tetikleyicileri, fiziksel, bilişsel ve duygusal tepkiler, yapıcı baş etme, kıskançlığın olumlu etkileri ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Son olarak da romantik ilişki deneyimi ve şu anda bir romantik ilişkisi olup olmamasına göre öğrencilerin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterebileceği toplam kıskançlık düzeylerinin anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuştur. İşlevsel olmayan ilişki inançları açısından bakıldığında ise geçmişte romantik ilişki deneyimi olan ve hiç romantik ilişki deneyimi olmayan üniversite öğrencilerinin puanları arasında herhangi bir fark bulunamazken, şu anda romantik ilişkisi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin şuanda ilişkisi olmayan öğrencilere göre işlevsel olmayan ilişki inançlarına daha fazla sahip oldukları ortaya çıkan bulgulardandır.

Anahtar Kelimeler: Romantik kıskançlık, kıskançlık, ilişki inançları, romantik ilişkiler, işlevsel olmayan inançlar.

ABSTRACT**THE RELATIONSHIP BETWEEN ROMANTIC JEALOUSY AND ROMANTIC
RELATIONSHIP BELIEFS IN COLLEGE STUDENTS****Halide Begüm UTKAN****Master's Thesis, Department of Educational Sciences****Supervisor: Prof. Dr. Turan AKBAŞ****June 2016, 109 pages**

The aim of the current study is to determine the relationship between romantic jealousy levels and romantic relationship beliefs in college students. In addition to this main goal, the study also examines whether romantic jealousy levels and dysfunctional romantic relationship beliefs differ in terms of gender, self-perception of jealousy, experiences in the past and current relationship status.

The study was completed with 509 students from various faculties and departments in Çukurova University. The data related to students' romantic jealousy levels was gathered using the Romantic Jealousy Scale, which was originally developed by Pines and Aronson (1983) and adapted to Turkish by Demirtaş (2004). The data about dysfunctional romantic relationship beliefs was gathered using the Relationship Beliefs Scale, which was developed by Romans and DeBord (1995) and adapted to Turkish by Gizir (2012). Additionally, to gather personal information and family features, the researcher prepared the Personal Information Form. For data analysis, the researcher used the Pearson Product-Moment Correlation, Independent Samples t-Test and the Mann Whitney U Test which is originally a nonparametric test.

The study findings suggest that there are meaningful and positive relationships among the jealousy trigger levels and the total scores of dysfunctional relationship beliefs of students and all subscales of the Relationship Beliefs Scale. However, while there is a positive relationship between the total score of students' dysfunctional beliefs and their cognitive, physical and emotional reactions, constructive coping, fear of loss and the negative and positive effects of jealousy subscales, there is not a meaningful relationship between destructive coping, feelings of inadequacy, and the total score of dysfunctional relationship beliefs. Considering the students' scores in terms of gender,

there are meaningful differences among boys and girls under the following subscales: cognitive reactions, constructive coping, positive and negative effects in the Romantic Jealousy Scale, and under the subscales of “We should meet all the needs of each other”, “We should do everything together” and “We should be able to change each other” in the Relationship Beliefs Scale. Considering the total scores of students in terms of whether they perceive themselves as jealous, the researcher observed meaningful differences between jealousy triggers, physical, cognitive and emotional reactions, constructive coping, positive effects of the jealousy subscales of the Romantic Jealousy Scale and the total score of dysfunctional beliefs. In terms of past and current relationship variables, jealousy triggers differentiate significantly. With regard to dysfunctional relationship beliefs, there was no difference between the scores of students who had past romantic relationship experiences and those who did not, whereas the students who are currently in relationships were found to have more dysfunctional relationship beliefs than those who are not.

Keywords: Romantic jealousy, jealousy, relationship beliefs, romantic relationships, dysfunctional beliefs.

ÖNSÖZ

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlık ile ilişki inançları arasındaki ilişkiyi incelenmek amacıyla yapılmıştır. Yüksek lisans eğitimim boyunca ve araştırma süresince pek çok kişinin desteği ve araştırmaya katkısı bulunmuştur.

Öncelikle tez konusunu seçerken isteklerimi göz önünde bulundurup bana yardımcı olan ve tezimin her aşamasında desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım tez danışmanım Prof. Dr. Turan AKBAŞ'a, tezimi okuyarak değerli katkılarda bulunan jüri üyesi Yrd. Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU'na, hem jüri üyesi olarak hem de başta çalışmanın analizleri olmak üzere araştırmanın çoğu kısmındaki yönlendirme ve bilgilendirmeleriyle bana destek olan Yrd. Doç. Dr. İsmail SANBERK'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Araştırmamın farklı kısımlarında yardımlarını esirgemeyen Doç. Dr. Ahmet DOĞANAY'a, Doç. Dr. Fulya CENKSEVEN ÖNDER'e, Yrd. Doç. Dr.ERCÜMENT YERLİKAYA'ya, Yrd. Doç. Dr. Mustafa YAŞAR'a, Yrd. Doç. Dr. Oğuzhan KIRDÖK'e, Yrd. Doç. Dr. Fatoş BULUT ATEŞ'e ve bu süreçte büyük yardımlarını gördüğüm Hamide İŞLERDEMİR YÜCE'ye teşekkür ederim. Çukurova Üniversitesinde verilerin toplanması aşamasında yardımcı olan tüm öğretim üyelerine, araştırmaya katılan Çukurova Üniversitesi öğrencilerine çok teşekkür ederim.

Araştırmamın başından sonuna kadar bana destek olan ve umudumu yitirdiğim zamanlarda bile beni cesaretlendiren değerli müdürüm Murat DURAN' a ve özellikle araştırmamın son aşamasında desteğini esirgemeyen değerli müdürüm Hüseyin TUNCER'e teşekkürü borç bilirim. Her zaman iyi ki varlar dediğim ve araştırma sürecine de hatırı sayılır katkıları olan kıymetli arkadaşlarım Ahmetcan ÇULCU, Erdiñ ÇAĞLAYAN ve Serap Nimet GÖRGÜ'ye çok teşekkür ederim.

Bana her zaman güvenen ve tezi bitirebilmemde özellikle de Demir ile ilgilenme konusunda büyük yardımları olan canım kardeşim G. Bahar IŞIK' a, annem Besime IŞIK'a ve babam Önder IŞIK'a yanımda oldukları için sonsuz teşekkürler.

Yaşamımın birçok alanında olduğu gibi akademik çalışmalarımda da beni hep destekleyen ve hiç yalnız bırakmayan, tezimin başından sonuna kadar her aşamasında bana sabır gösteren biricik eşim Çağrı UTKAN'a ve araştırma süreci boyunca istediğim kadar zaman ayıramadığımı düşündüğüm enerji ve mutluluk kaynağım biricik oğlum Demir UTKAN'a sonsuz sevgimi ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Ayrıca katkılarından dolayı Sosyal Bilimler Enstitüsü çalışanlarına ve Çukurova Üniversitesi Araştırma Fonu Saymanlığı'na (EF2013YL10) teşekkür ederim.

Halide Begüm UTKAN

Haziran, 2016



İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	vi
ÖNSÖZ	viii
TABLolar LİSTESİ	xiv
ŞEKİLLER LİSTESİ	xvi
EKLER LİSTESİ	xvii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	5
1.4. Sayıtlılar.....	6
1.5. Sınırlıklar	6
1.6. Tanımlar.....	7

BÖLÜM II

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Açıklamalar	8
2.1.1. Romantik Kıskançlık	8
2.1.2. Romantik Kıskançlığa Yönelik Kuramsal Bakış Açısı	11
2.1.2.1. Bilişsel Yaklaşımlara Göre Romantik Kıskançlık	11
2.1.2.2. Psikodinamik Yaklaşım Göre Kıskançlık	15
2.1.2.3. Kişilerarası İlişkiler Kuramı'na Göre (Harry Stack Sullivan)	
Kıskançlık	17
2.1.2.4. Sistemik Yaklaşım Göre Kıskançlık	17
2.1.2.5. Bağlanma Kuramına Göre Kıskançlık	18
2.1.2.6. Yatırım Kuramına Göre Kıskançlık	20
2.1.2.7. Evrim Kuramına Göre Kıskançlık.....	22
2.1.2.8. Sosyal Karşılaştırma Kuramına Göre Romantik Kıskançlık.....	23
2.1.2.9. Hata Yönetimi Kuramına Göre Kıskançlık	24
2.1.2.10. Bilişsel Olgusal Kurama Göre Kıskançlık	25
2.1.2.11. Sosyal Mübadele Kuramına Göre Kıskançlık	26

2.1.2.12. Transaksiyonel Yaklaşım Göre Kıskançlık	27
2.1.3. Romantik İlişki İnançları	28
2.1.4. Romantik İlişki İnançlarına Yönelik Kuramsal Bakış Açısı	29
2.1.4.1. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım	29
2.1.4.2. Akılcı Duygusal ve Davranışsal Terapi	32
2.2. İlgili Araştırmalar	34
2.2.1. Romantik Kıskançlıkla İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar	34
2.2.2. Romantik Kıskançlıkla İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	38
2.2.3. İlişki İnançları İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar	40
2.2.4. İlişki İnançları İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	43

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli	47
3.2. Evren ve Örneklem	47
3.3. Veri Toplama Araçları	50
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	50
3.3.2. Romantik Kıskançlık Ölçeği (RKÖ)	51
3.3.3. İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ)	53
3.4. Verilerin Toplanması	54
3.5. Verilerin Analizi	54

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Araştırmanın Örneklemine İlişkin Bulgular	57
4.1.1. Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumlarına Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular	57
4.1.2. Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Birliktelik Sürelerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular	58
4.1.3. Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Önceki İlişkilerinin Sonlanma Şekillerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular	58
4.1.4. Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Tanışma Şekilleri, Anne Babalarının Evlenme Şekilleri ve Anne Babalarının Birliktelik Durumlarını Değerlendirmelerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular	59
4.2. Araştırmanın Denencelerine İlişkin Bulgular	61

4.2.1. Romantik Kıskançlık ve Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular	61
4.2.2. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre romantik kıskançlık alt ölçeklerinden aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular	65
4.2.3. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre İlişki İnançları Toplam Puanı ve Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular.....	66
4.2.4. Öğrencilerin Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamalarına Göre Romantik Kıskançlık Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular	69
4.2.5 Öğrencilerin Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamalarına Göre İlişki İnançları Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanı İlişkin Bulgular	70
4.2.7. Öğrencilerin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmamasına Göre İlişki İnançları Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanı İlişkin Bulgular	72
4.2.8. Öğrencilerin Şu Anda İlişkileri Olup Olmaması Açısından Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeyleri ve İlişki İnançları Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanı İlişkin Bulgular	73

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Romantik Kıskançlık ve Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkilere Yönelik Tartışma ve Yorum	75
5.2. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu.....	79
5.3. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu.....	81
5.4. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Alt Boyutlarının Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamaları Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	82
5.5. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamaları Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	83
5.6. Üniversite Öğrencilerinin Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmaması Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	83

5.7. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmaması Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	84
5.8. Üniversite Öğrencilerinin Şuanda Romantik İlişkileri Olup Olmaması Açısından Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeyleri ile İşlevsel Olmayan Toplam İlişki İnançlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	85

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç	87
6.2. Öneriler	90
6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler.....	90
6.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	91
KAYNAKÇA.....	92
EKLER	103
ÖZGEÇMİŞ	109

TABLOLAR LİSTESİ

Sayfa

Tablo 1. Sağlıklı ve Sağlıklı Olmayan Olumsuz Duygulara Örnek (Köroğlu,2008).....	12
Tablo 2. Akılcı ve Akılcı Olmayan Düşünceler (Dryden,2009)	13
Tablo 3. Öğrencilerin Cinsiyetlerine ve Bölümlerine Göre Dağılımları ve Yüzdeleri ..	48
Tablo 4. Örneklemi Oluşturan Öğrencilerin Anne Babalarının Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımları ve Yüzdeleri	49
Tablo 5. Örneklemi Oluşturan Öğrencilerin Anne Babalarının Birliktelik Durumlarına Göre Dağılımları ve Yüzdeleri	50
Tablo 6. Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt ölçekler ve Madde Sayıları	52
Tablo 7. İlişki İnançları Ölçeği(İİÖ) Faktörler, Maddeler ve Madde Sayıları.....	53
Tablo 8. Örneklemi Oluşturan Öğrencilerin Romantik İlişki Deneyimleri, Partnerlerinin Romantik İlişki Deneyimleri ve Şu anda İlişkileri Olup Olmamasına Göre Dağılımları ve Yüzdeleri	57
Tablo 9. Şu Anda Romantik İlişkisi Olan Öğrencilerin Birlikteliklerinin Süresine Göre Dağılımları ve Yüzdeleri	58
Tablo 10. Örneklemi Oluşturan Öğrencilerin Daha Önceki Romantik İlişkilerinin Sonlanma Şekline Göre Dağılımları ve Yüzdeleri	59
Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği ve İlişki İnançları Ölçeği Alt Boyutlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Standart Hata Değerleri (n=264)	60
Tablo 12. Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Korelasyon Matriksi	60
Tablo 13. Üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarını Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları	65
Tablo 14. Üniversite öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları.....	67
Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği Alt Boyutlarını Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları.....	68

Tablo 16. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarının Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamama Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları	69
Tablo 17. Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği'ne Ait Toplam Puanın Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamama Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları	71
Tablo 18. Üniversite Öğrencilerinin Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmaması Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları.....	72
Tablo 19. Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği'ne Ait Toplam Puanının Romantik İlişki Deneyimine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları	73
Tablo 20. Üniversite Öğrencilerinin Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerinin ile İşlevsel Olmayan İlişki İnançlarına Ait Toplam Puanlarının Şu Anda Romantik İlişkileri Olup Olmaması Açısından Karşılaştırılmak	74

ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa
Şekil 1. Kıskançlığın Elementleri, Mullen (1990).....	9
Şekil 2. Çıkış, Konuşma, Bağlılık ve Umursamama: Yakın İlişkilerde Verilen Tepkilerin Tipolojisi (Rusbult, Johnson, Morrow, 1986).....	21



EKLER LİSTESİ

	Sayfa
EK-1. Kişisel Bilgi Formu	103
EK-2. RKÖ	107
EK-3. İİÖ	108



BÖLÜM I

GİRİŞ

“Kendi hayal gücüm üzerindeki kontrolümü kaybettim. Benim yerime o, çizmeye başladı en uçuk renklerle ve tarzda, kıskançlığımı daha da ateşleyen resimler dizisi arka arakaya geliyordu...Hepsi de aynıydı: Orada benim yokluğumda, onun bana sadakatsizliğinde neler oluyordu...onların birlikte oldukları zamanki resmi düşünüyordum, kendimi bu düşüncelerden koparamıyor, onları zihnimden silemiyor ve bunları düşünüp durmaktan kendimi alı koyamıyordum. Fakat hepsi bu kadar da değil; bu hayali resimleri ne kadar çok kurdukça, onların gerçek olduğuna daha çok inanıyordum...”

Tolstoy

1.1. Problem

Geçmişten günümüze kadar her koşulda bireyler için önemli bir yere sahip olduğu görülen romantik ilişkiler, bireylerin karşılıklı olarak kabul ettiği bir ilişki türü (Collins, 2003) ya da sevgililer ve evli çiftler arasında kurulan çoğunlukla kişinin özgürce seçtiği tutku, bağlanma ve yakınlıkla betimlenen bir birliktelik olarak (Sternberg, 1986) tanımlanmaktadır. Hem kadınlar hem de erkekler açısından verilen bu önem çift ilişkisine yönelik bir takım olumlu, zaman zaman da olumsuz duygu ve düşüncelere sebep olabilmektedir.

Adler’e göre (1964), iş, arkadaşlık ve sevgi (aşk) bireylerin yaşamında kaçınılmaz bir şekilde karşılaştıkları ödevlerden biridir (Akt. İnanc ve Yerlikaya, 2009). Bu bağlamda başlangıçta romantik ilişkiler mutlu bir birliktelik umudu ile kuruluyor olsa da çift ilişkine yönelik bir takım beklentiler, inançlar ya da sosyal çevrenin etkisi, çiftler arasındaki birtakım anlaşmazlıklar ve sorunları da beraberinde getirebilmektedir. Bireylerin romantik ilişkilere yönelik birtakım zorluklarla ve ödevlerle yüz yüze gelmek zorunda kaldıkları en yoğun dönemin ise, yakın ilişkiler kurma istek ve beklentisinin yoğun olarak yaşandığı, genç yetişkinlik dönemini içinde barındıran üniversite yılları olduğu dikkati çekmektedir.

Üniversite yıllarında çiftlerin, romantik ilişkilerinde yaşadıkları zorluklardan en göze çarpan faktörlerden birisinin önemsedikleri ilişkilerini kaybetmekle

yüzleştiklerinde, kendilerinden ve ilişkilerinden emin olamayıp yetersizlik hissettiklerinde ya da olası bir rakibin varlığının ilişkiye yönelik tehdit olarak algılandığında tetiklenen ve hissedilen “kıskançlık duygusu” olduğunu söyleyebiliriz. Çift ilişkilerindeki “romantik kıskançlık” olarak nitelendirilen bu duyguyu Pines (1998), önemsenen bir ilişkinin yitirilmesine veya bozulmasına neden olabilecek bir tehlikenin varlığına yönelik algı sonucunda verilen karmaşık bir tepki olarak tanımlamıştır.

Romantik kıskançlık, yakın ilişkilerdeki en güçlü, yaygın ve yıpratıcı duygulardan biridir (Aune ve Comstock, 1991). Kıskançlığın baskın özelliği, baskı ve kaygı duygularına eşlik eden ızdıraplı ve kederli bir duygu olmasıdır (Tiggelaar, 1956; Akt. Mullen, 1990). Kıskançlık duygusu bu yıpratıcılığının yanında kişide beraberinde birçok olumsuz duygunun da yaşanmasına sebep olabilmektedir. Üzüntü, utanç, öfke, yetersizlik ve aşağılanmışlık kıskançlığa eşlik eden diğer duygulardan bir kaçıdır. Kıskançlıkta yaşanan kayıp hissi, gelecekteki tükenmiş olma korkusu ve boşluk, çoğunlukla üzüntüye neden olmaktadır. Üzüntünün sadece umut tamamen yitirildiği ve kayıp kabul edildiği zaman kıskançlığın yerini aldığı görülür. Utanç duygusu da üçüncü bir tarafın, istenmeden sürece dahil olması ile zedelenen mahremiyet sonucunda yaşanmaktadır. Öfke de yine kıskançlıkta sıklıkla var olan ve agresif/saldırgan davranışlara zemin hazırlayan bir duygudur. Ayrıca bir rakibe yenilmiş olma ve dünyanın gözünde yetersiz olma hisleriyle birlikte, aşağılanmışlık hisleri de kıskançlıkla birlikte görülebilen diğer duygulardandır (Mullen, 1990).

Duygular, değerlendirme/yargılama ve seçimleri içeren niyetli/kasıtlı durumlardır (Solomon, 1980; Akt. Mullen, 1990). Kıskanç kişi sıklıkla, tutkunun, öncelikle kendi yargılamalarına bağlı olduğunun farkında değildir. Kendi düşünceleri ve yargıları sonucu ortaya çıktığı inanılan bu kıskançlık duygusunun bireyin kendisi üzerindeki olumsuz etkilerinin yanında, çift ilişkileri, çift ve evlilik doyumu üzerinde de olumsuz etkileri olduğu bir çok araştırma tarafından da kanıtlanmıştır (Pines, 1992; Buunk ve Dijkstra, 2006; Dandurand ve Lafontaine, 2013).

Romantik kıskançlığın yanında, birçok bilişsel değerlendirmeyi içerisinde barındıran ve romantik ilişkilerde problem yaşanmasında üzerinde durulan değişkenlerden bir diğeri de romantik ilişkiye dair işlevsel (akılcı) olmayan inançlarımızdır. Epstein ve Eidelson (1982), işlevsel olmayan ilişki inançlarını, bireylerin ilişkilerine yönelik belirli idealleri kapsayan algı ve beklentiler olarak tanımlamıştır. Epstein, Baucom ve Rankin’e göre (1993), ilişki inançlarının işlevsel olmaması durumu çiftleri mutsuzluğa sürüklediğinden, yapılan çalışmaların birçoğunun

çiftlerin inançlarının içeriğine odaklandığı, işlevsel olmayan ilişki inançlarının ilişkilerdeki bağlılık, güven ve ilişkilerden alınan doyum üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Epstein ve Eidelson, 1982). Benzer şekilde Sullivan ve Schwebel (1995), üniversite öğrencilerinin sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurmalarında ilişkilerine yönelik bilişsel çarpıtmalarının önemli olduğunu vurgulamıştır. Bilişsel çarpıtmalar da, kişinin kendisi ve çevresini işlevsel olmayan şemalarına uydurabilmek için gerçeği çarpık olarak algılaması olarak tanımlanmaktadır. Bu algısal yanılgılar, kıskançlık duygusunda da yaşandığı gibi romantik ilişkiler açısından oldukça olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir.

Kıskançlık yaşandığı durumda hayal, inanç ve yaşanan gerçeklik arasındaki çizgiler, çoğunlukla muğlak ve tam tanımlanmamıştır. Kıskançlık yaşandığı durumda şüphelerin bir takım imgelere, imgelerin inançlara ve sonunda da bilgilere dönüştüğü görülmektedir (Mullen,1990). Bu durumlar, çift ilişkilerinde yaşanan kıskançlığın da ilişki inançları üzerinde önemli bir etkisi olduğunu düşündürmektedir.

Bu nedenlerden dolayı bu araştırma kapsamında, kıskançlık tetiklendiğinde belirtilen kıskançlık düzeyleri, kıskançlık durumunda verilen tepkiler (fiziksel, duygusal ve bilişsel); kıskançlığın etkileri (olumlu, olumsuz); kıskançlığın nedenleri (yetersizlik ve kaybetme korkusu); kıskançlıkla başetme yöntemleri (çıkış, konuşma, bağlılık, umursamama) ile kişilerin ilişkiye yönelik işlevsel olmayan inançları arasındaki ilişki araştırılarak, romantik ilişki inançları ve romantik kıskançlık kavramları kuramsal bir çerçevede ele alınmıştır. Bu ana hedefin yanında araştırma kapsamında romantik kıskançlık ve ilişki inançları değişkenlerinin, cinsiyet, bireylerin kendilerine yönelik kıskançlık algısı, geçmiş ilişki deneyimi ve şu anki ilişki durumu gibi değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu ana amaçla birlikte, üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişkinin cinsiyet, kendini kıskanç algılayıp algılamama, geçmiş ilişki deneyimi ve şu anki ilişki durumu gibi değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlar sıranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutları (*kıskançlık tetikleyicileri, kıskançlık durumunda verilen fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkiler; kıskançlığın olumlu, olumsuz etkileri; kıskançlığın yetersizlik ya da kaybetme korkusu kaynaklı nedenleri; kıskançlığın yıkıcı ve yapıcı baş etme yöntemleri*) ile işlevsel olmayan ilişki inancı toplam puanı ve İlişki İnançları Ölçeği alt boyutları (*“Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız”, “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız”, “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz”, “Romantik idealizm”*) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarından alınan puanlar cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. İşlevsel olmayan ilişki inancı toplam puanı ve İlişki İnançları Ölçeği alt boyutlarından alınan puanlar cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarından alınan puanlar öğrencilerin kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamamalarına göre farklılaşmakta mıdır?
5. İşlevsel olmayan ilişki inancı toplam puanı öğrencilerin kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamamalarına göre farklılaşmakta mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeyleri geçmişte romantik ilişki deneyimi olup olmamasına göre farklılaşmakta mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin işlevsel olmayan ilişki inancı toplam puanı geçmişte romantik ilişki deneyimi olup olmamasına göre farklılaşmakta mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeyleri ile işlevsel olmayan ilişki inancı toplam puanları şu anda romantik ilişkileri olup olmamasına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Romantik ilişkiler yaşanmasının üniversite dönemindeki öğrenciler için oldukça büyük bir önem arz ettiği görülmektedir. Bu dönemde bu ilişkilerin sağlıklı kurulabilmesi, öğrencilerin özgüvenini arttırıp, benlik algısını güçlendirirken, sağlıklı ilişkilerin kurulmasının da kişiler arası çatışmalara, kişilerde olumsuz benlik algısına ve de duygu durum bozukluklarına neden olabildiği görülmüştür (Larson,1988; Larson ve Richards,1994; Neider ve Seiffge-Krenke,2001; Roisman, Collins, Sroufe ve Egeland, 2005; Montgomery ve Sorell,1997; Akt. Küçükarslan, 2011). Bütün bunlar nedeniyle sağlıklı romantik ilişkiler kurulmasını engelleyici rolü olduğu düşünülen hem romantik kıskançlığın hem de çiftlerin ilişkilerine yönelik işlevsel olmayan ilişki inançlarının ve ikisi arasındaki ilişkilerin araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Romantik ilişkilerin, üniversite yıllarında sorunsuz ve mutlu devam etmesi ve sürekliliğinin olması gibi niteliklere sahip olmasının, öğrencilerin içinde bulundukları zamandaki psikolojik iyi oluşlarına olumlu katkısı olacağı gibi ilerideki olası evlilik yaşantılarına etki edeceği düşünülmektedir.

Romantik ilişki içerisinde olan çiftler arasındaki son yıllarda yaşanan problemlere baktığımızda; dünyada, özellikle de ülkemizde çiftler arasındaki kıskançlık kaynaklı yaşanan anlaşmazlıkların, kavgaların, ayrılımların ve boşanmaların sıklıkla yaşanıyor olması araştırmacıları bu konuyu derinlemesine incelemeye yönlendirmiştir. Sungur (2009), boşanma nedenleri arasında sadakatsizliğin ilk üç sıra içinde yer aldığını, terapistlerin de çiftler arasındaki sorunlardan “sevgi bağının kaybı” ve “alkol bağımlılığı”ndan sonra en çok zorlanılan sorunun sadakatsizlik olduğunu dile getirdiklerini ifade etmiştir. İlişkilerde yaşanan kıskançlık duygusu kimi zaman ölümle bile sonuçlanabilmekte, çiftler arasında cinayetlere ve yaralanmalara yol açabilmektedir (Buunk & Bringle, 1987). Bu bağlamda bu konularla ilgili yapılacak çalışmaların toplumsal huzurun sağlanmasına da yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Kıskançlık duygusunu tetikleyen, ilişkinin tehdit altında olduğu düşüncesi ve yargısı, bireyin bu tehdide yönelik tepkisinin yönlendirilmesi, bu süreçte yaşanan bilişsel değerlendirmeler, sosyal psikologlarca sıklıkla çalışılmıştır (White & Mullen,1989). Bunların yanında, yurtdışı literatürde romantik kıskançlıkla ilişkilere yönelik işlevsel olmayan ilişki inançlarının ilişkili olduğu bir çok çalışmaya rastlanmakla (Hansen,1985; Lester, Deluca, Hellinghausen ve Scribner, 1985; Rorer, 1989; Deutsch, 2006; Easton, Schipper ve Shackelford, 2007) birlikte Türkiye’de

romantik kıskançlıkla ilgili olarak yapılan araştırmalar incelendiğinde, ilişkilere ait akılcı olmayan inançlara yeteri kadar yer verilmediği görülmektedir. Bu alandaki boşluk bu çalışmanın yapılmasını gerekli ve önemli kılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin sağlıklı romantik ilişkiler geliştirebilmelerinde olumsuz etkisi olduğu düşünülen işlevsel olmayan ilişki inançlarının ve bu inançların romantik kıskançlıkla ilişkisinin belirlenmesi, bu inançları ve yaşanan kıskançlığı azaltmaya yönelik çift terapisinde kullanılacak Bilişsel Davranışçı Kuram ya da Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram temelli müdahale programlarının ortaya konması ve etkili yöntemler geliştirilmesine katkı sağlaması açısından büyük önem taşıdığı düşünülmektedir. Aynı zamanda kıskançlığın tetikleyicilerinin, kıskançlık durumunda verilen fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkilerin, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinin, kıskançlığın ilişkilere olumlu ve olumsuz etkilerinin ve kıskançlığın nedenlerinin ve bunların hepsinin işlevsel olmayan ilişki inançları ile ilişkilerinin bilinmesinin çift terapisti alanındaki çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunların yanında çift ve evlilik terapistlerince, çiftlerde yaşanan romantik kıskançlıkların ve işlevsel olmayan ilişki inançlarının ilişkilere dair etkisinin anlaşılmasının, bu konularda problem yaşayan danışanlarına yaklaşımları açısından aydınlatıcı olacağına inanılmaktadır.

1.4. Sayıtlar

1. Bu araştırmada kullanılan ölçme araçlarının ölçtükleri özellikler açısından geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
2. Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin araştırmada kullanılan ölçekleri gerçek durumlarını yansıtacak şekilde doğal ve içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır.
3. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan üniversite öğrencilerinden oluşan çalışma grubunun evreni yeterli düzeyde temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlıklar

1. Bu araştırma Çukurova Üniversitesi'nin çeşitli fakülte ve bölümlerinde öğrenimine devam etmekte olan öğrencilerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma Kişisel Bilgi Formu, Romantik Kıskançlık Ölçeği ve İlişki İnançları Ölçeği'nin ölçtüğü değişkenlerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Romantik İlişkiler: Sevgililer ve evli çiftler arasında kurulan çoğunlukla kişinin özgürce seçtiği, tutku, bağlanma ve yakınlıkla betimlenen bir birliktelik türüdür (Sternberg, 1986).

Romantik Kıskançlık : Bireyin birlikte olduğu kişiyle düşlenen ya da gerçek bir rakip arasındaki gerçek ya da olası bir ilişki nedeniyle algılanan, ilişkinin varlığına ya da niteliğine ve/veya bireyin kendine saygısına yönelik tehditlere eşlik eden duygu, düşünce ve davranışlar bütünüdür (White,1981).

Kıskançlık Tetikleyicileri: Romantik kıskançlığın belli bir yatkınlık ile belirli bir başlatıcı olay arasındaki etkileşimin sonucu ortaya çıkmasını sağlayan unsurlardır (Pines,1992).

Romantik İlişki İnançları: Romantik ilişkilere yönelik belirli idealleri oluşturan algı ve beklentilerdir (Eidelson ve Epstein, 1982).

Bilişsel Çarpıtma : Olumsuz duygudurumla bağdaşan bilinçli ve kendiliğinden ortaya çıkan, beyin okuma, aşırı genelleme, kişiselleştirme vb. şekillerde ortaya çıkan, düşüncelerdeki tipik hatalardır (Leahy, 2004).

İşlevsel (Akılcı) Olmayan İlişki İnançları: Bireyin ilişkinin doğasına, kendisine ve partnerine ilişkin abartılmış, katı, mantıklı olmamakla birlikte değişmeye dirençli inançlar olarak tanımlanmaktadır (Ellis, 1986).

BÖLÜM II

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, romantik kıskançlık ve romantik ilişki inançları ile ilgili kuramsal bilgilere ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde, romantik kıskançlık ve romantik ilişki inançları ile ilgili kuramsal bilgilere yer verilmiştir.

2.1.1. Romantik Kıskançlık

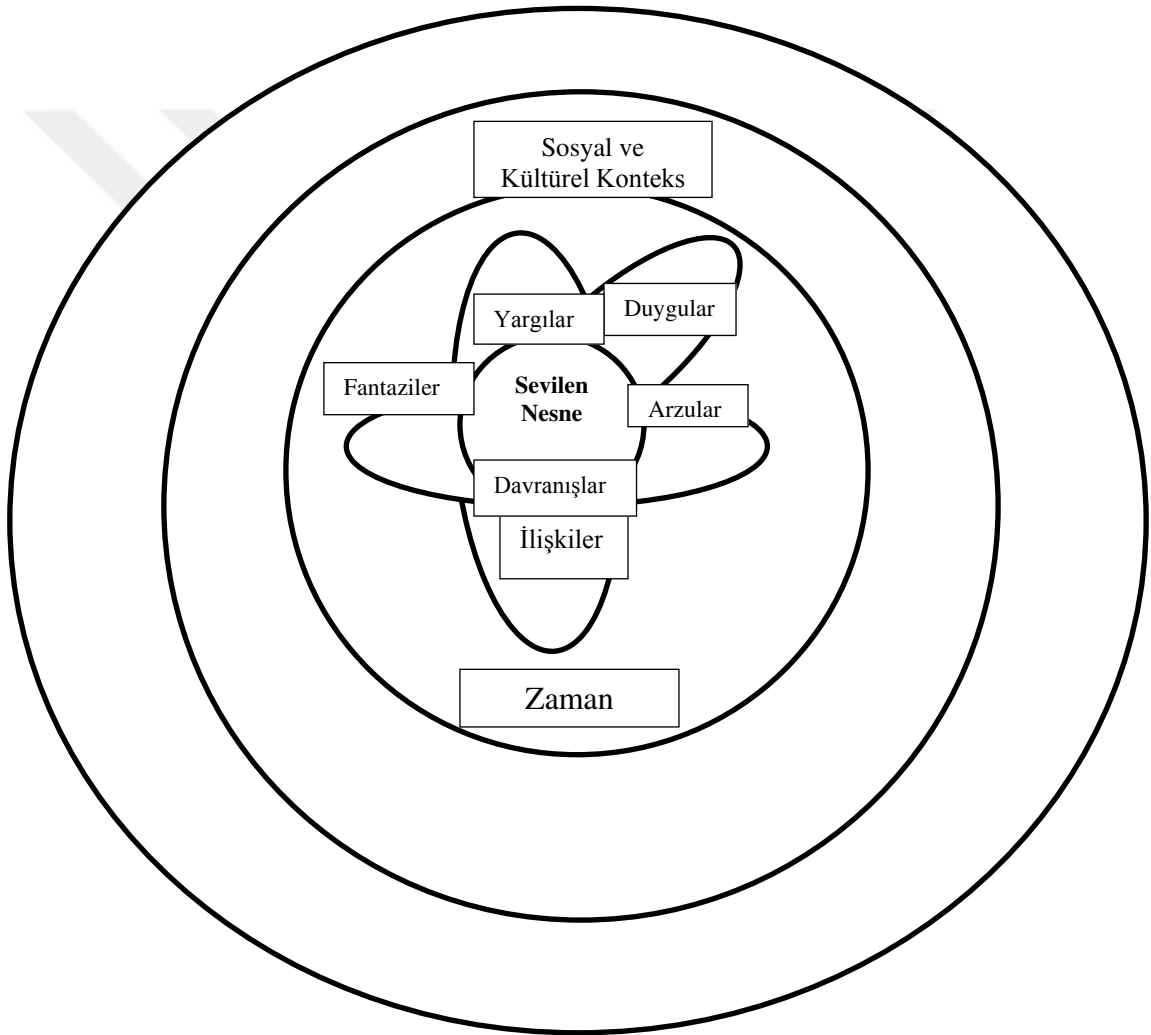
Romantik kıskançlık; birbirinden farklı birçok tanımı yapılmakla birlikte, kısacası: “Değer verilen bir ilişkinin kaybedilmesine ya da bozulmasına yol açabilecek olası bir tehlikenin varlığına ilişkin algı sonucunda verilen karmaşık bir tepki” (Pines,1998) ya da “Kişinin partneri ile hayali ya da gerçek bir rakip arasındaki gerçek ya da olası bir ilişki sebebiyle algılanan, birlikteliğin varlığına ya da değerine veya kişinin kendisine saygısına yönelik birtakım tehditlere eşlik eden düşünce, duygu ve davranışlar bütünü.” (White,1981) olarak tanımlanmaktadır.

Kıskançlığı tetikleyen unsurlar bireyin kimliği ve benlik algısı ile bağlantılıdır. Kıskançlığın kökleri bireyin kendisini güçlü bağımsız ve arzulanır hissettirecek sevgiden yoksun kaldığı çocukluk ya gençlik yıllarına dayanır. Yani kıskançlığın bireyin çaresiz ve küçük düşmüş olduğu bir dönemdeki duruma verdiği gecikmiş bir tepki olarak da karşımıza çıktığı söylenebilir (Blévis ve Heal, 2009).

Kıskançlığı şiddetli bir şekilde yaşayan insanların çoğunlukla nevroitik, bağımlı, güvensiz, kaygılı, alçakgönüllü, mutsuz, dış kontrol odaklı, dogmatik, yaşamdan hoşnutsuz oldukları ve dünyaya karşı olumsuz yargıları olma eğilimleri bulundukları söylenebilir (Biringle, Roach, Adler ve Evenbeck, 1979; Mathes, Phillips, Skowarn ve Dick, 1982; Mathes ve Severa, 1981).

Kıskançlığın, yoğunluğu ve çeşitliliği ile bize sanki bir sürekliliği varmış gibi gelse ve bir birlik illüzyonu yaratsa da, tek sürekli ve bölünmez bir tutku olmadığı her biri ardı ardına gelen farklı kıskançlıklardan oluştuğu savunulmaktadır (Proust,1922; Akt. Mullen,1990).

Kıskançlık yaşantısında sevilen kişi kıskançlığın merkezindedir. Kıskançlığa katkıda bulunan öğeler içinde yer alan yargılamalar, arzular, duygular, fantaziler ve davranış eğilimlerinin hepsi öncelikli olarak sevilen kişiye yönlendirilir. İkinci olarak gerçek ya da sözde rakibe de yönlendirilebilir. Kıskançlık bir ilişkinin yakın kontekstinde yaşanır. Sosyal ve kültürel gerçekler de kıskanç birey ve partneri için çift ilişkisini oluşturan normların ve varsayımların yapılandırılmasında önemli rol oynar Mullen (1990). Kıskançlığı betimlemeye yarayan öğeler şematik olarak Şekil 1’de gösterilmiştir.



Şekil 1. Kıskançlığın elementleri

Kaynak: Mullen (1990).

Kıskançlık yaşandığı durumda, bireye ait olan çok kişisel bir şeyi başkasına kaptırmak, daha önce bizim sahip olduğumuz şeye şu an başkasının sahip olması durumu söz konusudur (Ben-Ze'ev, 2010). Kendini rakiple karşılaştırma endişesi olarak

adlandırılan bu durumda; örneğin fiziksel çekiciliğe önem veren bireylerde, rakipleri aşırı derecede çekici olduğunda, kıskançlık tepkisi daha çok görülür (Salovey ve Rodin, 1989). İlişkimize yönelik tehdit de rakip bizim partnerimizin arzuladığı şeylerle uyumlu olduğunda artacaktır (DeSteno ve Salovey, 1996). Yani eğer partnerimizin zeki insanlardan hoşlandığını biliyorsak ve rakibimiz de zeki biri ise, yaşayacağımız kıskançlık daha yoğun olacaktır (Ben-Ze'ev, 2010).

Kıskançlık sadece istenen bir ilişkiyi başkasına kaptırmakla ilgili olumsuz yaşantıdan kaynaklanmaz, aynı zamanda böyle bir olayın gerçekleşebilecek olması ihtimalinde bile kıskançlık ortaya çıkar. Aslında, birisi onun partnerine aşık olabilir ve ilişki biterse, kişi buna çok üzülebilir, fakat eğer kişi partnerine ve ona yönelik sevgisine güveniyorsa, onu başka birine kaptırma ihtimalini, makul bir seçenek olarak düşünmeyebilir ve bu nedenle bu kişi partnerini kıskanmayabilir. Kıskançlıkta korku, sıklıkla hayalidir, çünkü gelecekteki muhtemel bir değişimle ilgilidir. Bizim kıskançlığımız, hatamızı anladığımız zaman çoğunlukla sona ermez; bu duyguyu tekrar canlandırmak için herhangi bir bahane yeterlidir (Ben-Ze'ev, 2010).

Kıskançlık içerisinde içsel ve dışsal öğeleri barındıran karmaşık bir tepkidir. Kıskançlığın içsel öğeleri genellikle dışardan belli olmayan, duygular düşünceler ve fiziksel belirtileri kapsar. Kıskançlık, acı, kızgınlık, üzüntü, korku, keder, öfke, aşağılanma gibi duygular içerirken, “Bana nasıl böyle yalan söyler?” “Nasıl oldu da bu kadar kör ve aptal olabildim?” gibi düşünceler, yüz kızarması, terleme, nabzın hızlı atması, nefes alamama, uykusuzluk gibi fiziksel belirtiler gösterebilir. Kıskançlığın dışsal öğeleri ise, sorun hakkında konuşma, bağırma, alaya alma, karşılık verme, şiddete başvurma gibi kolayca fark edilebilen davranışları içerir. Kıskançlıkla başa çıkabilmek için kıskançlığın bu içsel ve dışsal öğelerini bilmek büyük önem taşımaktadır. Bireyler kıskançlığın dışsal öğeleri üzerinde içsel öğelerine nazaran daha fazla kontrole sahiptirler. Bireyler kıskançlıkla boğuşurken duygularını kontrol etmenin zor olduğunu düşünürler fakat kıskançlığı tetikleyen düşüncelerini değiştirerek duygularını kontrol altına alınabileceği de bilinmelidir (Pines,1998).

Blévis’e göre (2009), kıskançlıktan vazgeçebilmenin zor olmasının sebebi, kıskançlığın aslında sevginin en gözde tuzaklarından olmasındandır. Ona göre kıskançlığı geride bırakabilmek insanı yepyeni bir hayat ve sevme kapasitesi ile ödüllendirebilmektedir.

2.1.2. Romantik Kıskançlığa Yönelik Kuramsal Bakış Açısı

Araştırmada romantik kıskançlığın ilişki inançlarının işlevsel olmayan yönü ile ilişkisinin araştırılmasında “Bilişsel Kuramlar” temel alınmıştır. Bu bölümde Bilişsel yaklaşımların romantik kıskançlığı açıklama biçimlerinin yanında, bir çok farklı kurama ve her bir kuramın kıskançlığı açıklama biçimlerine de ayrı ayrı yer verilmiştir.

2.1.2.1. Bilişsel Yaklaşımlara Göre Romantik Kıskançlık (Albert Ellis & Aaron T. Beck)

Psikoterapide bilişsel yaklaşımın temelleri başlangıçta 1960 yıllarında Aaron T. Beck tarafından depresyon tedavisi için atılmış, 1970’li yıllarda ise, Albert Ellis’e ait “Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşım” ya da diğer adı ile “Düşünsel Duygulanımcı Davranışçı Yaklaşım” ve Beck tarafından ortaya atılan “Bilişsel Davranışçı Yaklaşım” olarak adlandırılan birbirine yakın iki kuramsal yaklaşım ortaya çıkmıştır (Karahana& Sardoğan, 2004).

Akılcı Duygusal Davranışçı yaklaşıma göre, düşünce ve duygular birbiri ile iç içe geçmiştir. Ellis’e göre duygusal rahatsızlıklar altta yatan mantıksız düşüncelerden kaynaklanmaktadır. Beck’ göre ise bireylerin duygusal ve davranışsal tepkileri düşünce ve inançlar tarafından şekillendirilmektedir. Kişiler olayları nasıl algılıyor ve yorumluyor ise, tepki de buna bağlı olarak değişiklik göstermektedir (Karahana& Sardoğan, 2004).

Düşünsel Duygulanımcı bakış açısına göre, duygular sağlıklı ve sağlıklı olmayan duygular olarak ikiye ayrılmaktadır. Sağlıksız duygular, kişileri amaçlarına ulaşmaktan alıkoyan, yaşamlarının tadını kaçıran ve kendilerine zarar verici bir takım davranışlar geliştirmelerine yol açan duygulardır. Bireylerde yaşanan kıskançlık duygusunu da sağlıklı ve sağlıksız olarak ikiye ayırmak mümkündür (Köroğlu, 2008). Kıskançlık duygusunun sağlıklı ve sağlıklı olmayan yönü, kıskançlık durumunda ortaya çıkabilecek olan bilişsel sonuçlar ve eylemler Tablo 1’de örnek olarak gösterilmiştir.

Tablo 1

Sağlıklı ve Sağlıklı Olmayan Olumsuz Duygulara Örnek

Duygu	Sağlıklı ya da Sağlıklı Değil	Çıkarım	Düşünce Biçimi	Bilişsel Sonuçları	Eylem
Kıskançlık	Sağlıklı Değil	Rakip birinden ötürü ilişkinin zora düşüyormuş gibi olması	Akılcı Olmayan	-Görünür bir sebep yokken ilişkinin zor durumda olduğunu ve yakın bir gelecekte sona ereceğini düşünür -Partnerinin günlük konuşmalarını duygusal ya da cinsel nedenlere bağlayıp yanlış yorumlar ve ters anlamlar yükler -Partnerinin kendisini aldattığına yönelik görsel imgeler kurgular -Partneri başka bir hemcinsini çekici bulduğunda o kişi için terkedileceğini düşünür	-Sevildiğine yönelik sürekli güvence bekleme -Partnerinin duygu ve davranışlarını devamlı gözleme -Partnerinin başka biri ile ilişkisi olduğuna yönelik kanıt arama -Partnerinin etkinliklerini kısıtlamaya çalışma -Partnerinin varsayılan aldatmasına aynı şekilde karşılık verme -Surat asma,somurtma, küsme
İlişkisi ile ilgili olarak tasalanma	Sağlıklı	Rakip birinden ötürü ilişkinin zora düşüyormuş gibi olması	Akılcı	-Görünür birsebep yokken ilişkinin zor durumda olduğunu veyakınbir gelecekte sona ereceğini düşünmez -Eşinin olağan konuşmalarını duygusal veya cinsel nedenlere bağlayıp, yanlış yorumlayıp, ters anlamlar yüklemmez -Partnerinin kendisini aldattığına yönelik görsel imgeler üretmez -Partnerini bir diğerini hoş bulmasını bir gözdağı olarak görmez	Güvence verilmeden de partnerinin sevgisini göstermesine izin verme Partnerini izleme gereksinimi duymadan ona özgürlük tanıma Partnerinin karşı cinsten olanlarla doğal iletişimlerinin olmasına izin verme ve birtakım sınamalarda bulunmama

Kaynak: Köroğlu,2008

Bilişsel Davranışçı yaklaşım ve Akılcı Duygusal Davranışçı yaklaşımın her ikisinde de düşünce-duygu-davranış üçlüsünün önemli bir yere sahip olduğunu söyleyebiliriz. Bilişsel Davranışçı yaklaşım aynı olayın nasıl farklı düşünce duygu ve davranışlara yol açtığını A-B-C tekniği (A: Başlatıcı olay, B:Düşünce/inanç, C: Sonuç /Duygu ve Davranış) ile açıklarken, Akılcı Duygusal Davranışçı yaklaşım O: Olay; Y: Yüklenen anlam ya da Yerleşik Düşünce; S: Sonuç; U: Usavurma/Usamlama; N: Nitel Değişim şeklinde açıkladığı görülmektedir (Leahy,2003; Köroğlu,2008; Dryden,2009).

Düşünsel Duygulanımcı Davranışçı yaklaşıma göre akılcı düşünceler; esnek olması, ruhsal sağlığı göstermesi, hedeflerine ulaşmada bireye yardımcı olması,

gerçekçi ve akla uygun olması gibi özellikler barındırırken; akılcı olmayan düşünceler; katı olması, psikolojik bozukluklara sebebiyet vermesi, hedeflerine ulaşmada kişiye engel olması, gerçek dışı ve mantıksız olması gibi özellikler taşır. 4 ana akılcı ve akılcı olmayan düşünce olduğu savunulmaktadır. Bunlar Tablo 2’de ifade edildiği gibidir.

Tablo 2

Akılcı ve Akılcı Olmayan Düşünceler

Akılcı Düşünceler	Örnek	Akılcı olmayan düşünceler	Örnek
Tercihler	Partnerim sadece benimle ilgilenmesini isterim öyle olmaması çok da sorun olmaz	-meli/-malılar veya dayatmalar	Partnerim sadece benimle ilgilenmeli
Korkunç Görmeme	Partnerimin başka biri ile ilgilenmesi çok kötü olur fakat dünyanın sonu değildir	Korkunç Görme	Partnerimin benden başka biri ile ilgilenmesi korkunç bir şey olur
Yüksek engellenme eşiği	Partnerim başka biri ile ilgilenmesine dayanmak oldukça zordur fakat katlanabilirim	Düşük engellenme eşiği	Partnerimin bir başkası ile ilgilenmesine dayanamam
Kabul (Kendini ya da partneri kabul)	Partnerimin başka biri ile ilgileniyor olması benim değersiz olduğum anlamına gelmez ya da partnerimin başka biri ile ilgilenmesi onu kötü bir insan yapmaz sadece bana göre hatalı bir insan olur	Küçümseme (Kendini ya da partnerini küçümseme)	Partnerimin benden başkası ile ilgilenmesi benim değersiz olduğumun bir kanıtıdır. Ya da partnerimin benden başka biri ile ilgilenmesi onun kötü bir insan olduğunun kanıtıdır.

Kaynak: Dryden,2009

Akılcı olmayan kıskançlık, bireyin bilinçli ya da dolaylı olan, gidip gelen şiddetli arzularına yönelik düşüncelerinden kaynaklanmaktadır. Ellis’e göre insanoğlu genellikle sevdikleri nesneye ilişkin kıskançlıkla ilgili güçlü eğilimlerle dünyaya gelirler ve bu doğuştan gelen eğilimler sosyal öğrenme ile etkileşim halinde devam eder. Bunların yanında, mantıksızca olan kıskançlık duygusu; içerisinde, güvensizlik, öfke ve hayal kırıklığına karşı düşük tolerans gibi duygulara neden olan bir dizi akılcı olmayan inancı barındırmaktadır (Ellis,1996).

Düşünsel duygulanımcı yaklaşıma göre kıskançlığın altında yatan nedenlerine baktığımızda ise;

1. *Aşırı ego güvensizliği* : Kıskanç kişiler genellikle yoğun olarak sevdikleri partnerleri tarafından yalnızca "iyi" ,"değerli" ya da "kabul edilebilir" olarak değerlendirilmeyi beklerler. Eğer kendilerinin olması gerektiğini düşündükleri gibi sevilmediklerine inandıklarında, kendini kabul duyguları tehlikeye girer ve kıskançlık oluşur.
2. *Ciddi düşmanlık*: İnsanların kendilerine hep adil ve düşünceli davranmalarını beklerler böyle olmadığında bu kişileri kendilerine düşman ilan ederler ve bu durum rakiplerine yönelik öfke patlamalarına dönüşür.
3. *Aşırı düşük engellenme toleransı*: Partnerin aşkına ilişkin gerçek ya da olası bir hayal kırıklığı kıskançlık hissedilmesine yol açabilmektedir.
4. *Yoğun sevgi ihtiyacı ve bağımlılık*: Partnerin dikkatini çekmeye ve sevgisine ihtiyaç duyulduğunda ve daha çok bağımlı olduğunda daha çok kıskançlık hissedilmektedir.
5. *Obsesif kompulsif bağlanma*: Bazı insanlar obsesif kompulsif bozukluk içindedir ve birçok şey onlar için bağımlı hale gelebilir.
6. *Yansıtma*: Genellikle kıskanç kişi partnerinin diğerlerine de aynı derecede ilgili olduğu varsayımındadır. Bu yoğun şüphe bu gibi bir ilgilinin varlığı ve paranoyakça ortaya çıkan bulgularla ilgilidir.
7. *Partnerinin davranışını sevgisiz ve kışkırtıcı olarak anlamlandırmak*: Partneri başkası ile ilgileniyor gibi görüldüğünde, kıskançlık genellikle çok yoğun hissedilmektedir.
8. *Çocukluk travmaları*: ayrılık anksiyetesi, kardeş rekabeti, ya da diğer tehlikeli durumları içeren erken çocukluk yaşantıları gibi bir çok faktörün kıskançlığın oluşmasında etkili olduğu görülmektedir (Ellis,1996).

Düşünsel duygulanımcı yaklaşımın savunucuları tedavide bireyin ya da çiftlerin her birinin kendi kendini çözümüleme becerisi geliştirmesi, bunları yeni ya da farklı sorun alanlarında kullanabilmesini amaçlamaktadır. Kişinin kendine özgü işlevsel olmayan yerleşik düşüncelerini ayıklayabilmesi ve bunları işlevsel olan düşüncelerle değiştirebilmesi önemlidir (Köroğlu, 2008).

2.1.2.2. Psikodinamik Yaklaşım Göre Kıskançlık

Freud'a göre kıskançlık evrenseldir. Kıskançlığın evrensel olması insanın doğasında var olmasından değil, kaçınılmaz olmasındandır. Kıskançlık, çocukluğumuzda hepimizin yaşadığı acı dolu deneyimlerimizden kaynaklanır ve kimse kaçamaz. Yetişkinlikte yaşanan kıskançlık da bu evrensel çocukluk travmalarının yeniden hayat bulmasının bir sonucudur (Pines, 1998).

Freud kıskançlığı üzüntü gibi normal olan duygulanımlardan biri olarak tanımlar. Kıskançlığı hiç yaşamadığını iddia eden biri de ona göre bu duyguyu şiddetle bastırıp bilinç dışına itmiştir. Freud'a göre kıskançlık normal bir duygu olmakla birlikte tamamen mantık çerçevesinde, bilinç düzeyindeki gerçek olaylarla bağlantılı değildir. Normal kıskançlıkta da bilinçdışının derinliklerine gömülmüş bilinçdışı öğeler etkili olmaktadır. Psikodinamik yaklaşıma göre kıskançlığı harekete geçiren dürtüler, istekler, korkular ve travmatik hatıralar gibi bu bilinçdışı güçlerdir (Pines, 1998).

Freud (1922) romantik kıskançlığın yaşamın ilk yıllarında anneye olan rekabete dayalı aşkla ilişkili odipal çatışmanın bir tekrarlama olduğu inancındadır (Deutsch, 2006).

Odipus ve Elektra, Yunan mitolojisinin trajik kahramanlarıdır. Odipus babasını öldürür ve annesiyle evlenir. Elektra babasını sevmekte ve babasını aldatıp onun ölümüne sebep olan annesinden nefret etmektedir. Babasının ölümünün öcünü almak için erkek kardeşini annesini öldürmeye ikna eder. Freud'a göre her çocuk Odipus ve Elektra'nın acısının bir kısmını yaşar. Oğlan annesine kız babasına aşıktır. Ancak her ikisinin de kaçınılmaz bir rakibi vardır. Kız çocuklar anneye, erkek çocuklar da babayla özdeşim kurarak bunun üstesinden gelmeye çalışırlar. Üzüntü ve kaybın yarattığı acı, güçsüzlük istedikleri her şeyi elde edemeyeceklerini fark etmek, bu orijinal üçgende başarılı bir rakibe karşı kaybettiklerinde duydukları düşmanlık, onların zihinlerinde yer edinir ve yetişkinlikte benzeri bir aşk üçgeni ile tekrar ortaya çıkar (Pines, 1998).

Kıskançlık babaya duyulan rekabet ve kuşkudan kaynaklanır. Sevginin kaybı ya da kaybedilme ihtimali, sevilen kişiye ve rakibe karşı düşmanlık duyguları ile benlik saygısını azaltan narsistik darbe kıskançlığın temelini oluşturmaktadır (Klein, 1999; Akt. Çapkın, 2012).

Freud'a göre kıskançlığın sınıflandırılması 3 farklı şekilde olmaktadır. Yarışmacı ya da normal kıskançlık, yansıtılmış kıskançlık ve üçüncüsü sanrısız kıskançlık (Mathes, 1992). Yarışmacı ya da normal kıskançlıkta birey, sevdiği bir şeyi

bir rakibe kaptırdığı ya da kaptıracağı düşüncesiyle acı çeker. Bu kıskançlıkta sevilen kişiyi kaybetme, kendine olan saygıyı yitirme, rakip görülen kişiye duyulan haset ve sevilen kişinin kaybedilmesi nedeniyle kendini eleştirme ve suçluluk duygularının hepsi yaşanmaktadır. Yansıtılmış kıskançlıkta, birey bastırılmış aldatma dürtüleri ya da gerçek bir aldatma öyküsü nedeniyle kıskançlık yaşamaktadır. Başka bir kadını arzulayan fakat bu durumu eyleme geçiremeyen bir erkek ya da gerçek bir aldatma girişiminde bulunmuş bir erkek bunu karısına yansıtabilir ve onu kendisinin yapmayı istediği ya da yaptığı şeylerle suçlama yoluna gidebilir. Freud’a göre herkeste aldatma eğilimi vardır ve bu eğilimle baş edebilmenin en kolay yolu “yansıtma” dır. Sanrısallıkta ise, birey yine aldatmaya ilişkin bastırılmış dürtülerin etkisi altındadır fakat sanrılı kıskançlık paranoyanın bir türüdür. Freud’a göre burada kıskançlık nesnesi kıskanç bireyle aynı cinstendir. Freud bebeklerin ve küçük çocukların biseksüel (çift yönlü) olduğuna inanır. Olgunluk ve sosyal baskılar sonucu cinsel tercih heteroseksüelliğe doğru yönelir. Odipal safhadan önceki küçük çocuklar karşı cins ebeveyne olduğu kadar aynı cins ebeveyne de ilgi duyarlar. Bu duygular o dönemde bastırılmaktadır fakat yetişkinlikte rakibe karşı bilinçli ya da bilinçsiz olarak yeniden su yüzüne çıkabilir. Freud’a göre sanrısallıkta kıskançlığın birincil nedeni bu eşcinsel ilgidir. Eşcinsel dürtü heteroseksüel dürtüye göre daha fazla kaygıya neden olduğundan kendini ona karşı savunmak için gerçek çarpıtılarak ortaya çıkabilir (Pines, 1998).

Psikodinamik yaklaşımın, kıskançlığın kökenlerinin çocukluk deneyimlerinde yattığı görüşü ve sanrılı kıskançlığın altında yatan bilinçdışı süreçleri farketmemizi sağlama gibi katkıları olmuştur. Bunun yanında Psikodinamik yaklaşıma yöneltilen ilk eleştiri, tüm kıskançlığın az da olsa sanrılı olduğu görüşüdür. Kıskançlığın altında yatan gerçekleri göz ardı ederek, gerçek kıskançlığa çok az yer verildiği ileri sürülmektedir. Bunun yanında bilinçli beklentilere ve kıskançlığı canlı tutan gerçek olaylara yeterince yer vermeyip daha çok bilinçdışına odaklanması yönünden de eleştirilmektedir. Diğer bir eleştiri de; bireyi kıskançlık sorununu yaratma konusunda suçlama eğilimidir. Yapılan başka bir eleştiri de psikodinamik yaklaşımın şu an var olan ilişki dinamiklerine önem vermeyip daha çok erken çocukluk dönemi üzerinde fazlaca durmasıdır (Demirtaş, 2004).

2.1.2.3. Kişilerarası İlişkiler Kuramı'na Göre (Harry Stack Sullivan) Kıskançlık

Sullivan da kıskançlığı Freud gibi paranoyayla ilişkili bulmakta fakat homoseksüel eğilimlerin kıskançlığa olan etkisi kısmında Freud'dan ayrılmaktadır. Sullivan göre kıskançlık nahoş bir duygudur. Kıskançlık yaşayan birey kendine acımakta ve yoğun yetersizlik duyguları hissetmektedir. Bu nedenle de yakın ilişkilerinin kendisinden daha iyi olduğuna inandığı üçüncü bir kişi tarafından bitirileceğine inancına sahiptir (Mathes, 1992).

Bunun yanında Sullivan olgun bireylerle daha az olgunlaşmış bireylerin kıskançlık seviyelerinin farklılığına inanmaktadır. Ona göre olgun kişiler daha az olgunlaşmış kişilerden daha farklı olarak daha az kıskançtır ve birden fazla ilişkiyi aynı anda idare edebilmenin güç olduğunun farkında olduklarından, bu farkındalığın onları koruduğunu savunmaktadır (Mathes, 1992).

2.1.2.4. Sistemik Yaklaşım Göre Kıskançlık

Aile terapisinin temelleri Don D. Jackson tarafından 1950'li yıllarda ortaya atılmıştır. Jackson'a göre iki veya daha fazla insan arasındaki etkileşim bir denge merkezine sahip bir sistem olarak görülebilir ve bir insan diğer insanlarla etkileşimde bulundukça onlarla ilişkisinin doğasını tanımlamaya başlar (Dallos ve Draper, 2012).

Sistemik kuramının kökleri ise, 1940'larda kuramcılarının mekanik ve biyolojik birimlerin yapısal işleyiş şekillerini oluşturdukları matematik, fizik ve mühendislik çalışmalarına dayanmaktadır. Bu çalışmalar sayesinde kuramcılar parçaların düzenli bir şekilde bir araya gelerek bir bütünü oluşturduğunu farketmişlerdir. Sistem kuramına göre bütün parçalar arasındaki etkileşimden oluşur ve parçaların hiç birinde olmayan özelliklere sahiptir (Nichols, 2013). Bu sebeplerden sistemik bakış açısına göre bir aile üyesindeki problemi tüm aile üyelerini işin içine katmadan yalnızca ilgili kişi ile çalışarak anlamaya çalışmak çok da anlamlı olmayacaktır. Sistemik kurama göre aile üyelerinden birinde olan değişim tüm aile üyelerinde de bir takım değişimleri de beraberinde getirmektedir.

Kıskançlığa sistemik kuram açısından baktığımızda ise, sistemik yaklaşımın savunucuları kıskançlığın işlevselliğinden bahsetmektedirler. Eşlerden birinde yaşanan kıskançlık, çiftin ilişkisinin bir parçası olup ilişkideki problemi göstermektedir. Bu yaklaşıma göre bireyin davranışlarından daha önemli olan çiftlerin ilişki kalıplarıdır. Odaklanması gereken nokta da bu ilişkidir. Önemli olan kıskançlığın çift ilişkisinde

neye hizmet ettiğini bulmaktır. Kıskançlık ve yaşanan duygular çift ilişkisinde bir iletişim aracı olarak görülebilir (Dokur ve Profeta, 2006).

Sistemik yaklaşıma göre kıskançlık ilişki dinamiklerinin bir sonucudur ve bir sistem birbirini etkileyen parçalardan ve onları organize eden ilişkilerden meydana gelir. Psikodinamik yaklaşımın tersine geçmişi kıskançlığın tedavisi ile ilişkilendirmez. Bilinçdışı kökenler önemli değildir. Önemli olan bireyin içinde bulunduğu sistemler bütünüdür. Sistemin içerisinde ilk olarak çift yer alır bunun yanında çiftin soyları içinde yaşadığı toplumun kültürü de etkilidir. Örneğin üst sistem içerisinde yer alan çift, kıskanç kişinin düşünce davranış ve duygularının yer aldığı alt sistemlerle etkileşim halindedir. Kıskançlık yıkıcı ve kendini güçlendiren bu ilişki kalıbından doğmakta ve bireyin geçmişi buna neden olmamaktadır. Sistemik yönelimli terapistler kıskançlığın çiftin sisteminde bir işlevi olduğuna inanırlar. Kıskançlık çiftlerden biri tarafından ifade edilmesine rağmen çift ilişkisinin bir parçasıdır ve aile içerisinde meydana gelen bir rahatsızlığın göstergesidir (Pines, 1998).

Sistemik terapinin birincil hedefi nedenler üzerinde durmak, yıkıcı kalıbın nedenini bulmak değil, bu kalıbı kırmaktır. Sistemik yönelimli terapistler sistemin bir kısmındaki (örneğin eşlerden birindeki değişim) değişimin diğer kısımlarında da (diğer eş) değişime sebep olduğuna inanırlar. Çiftlerden birinin karşılığı diğerinde uyarıcı etki yapar. Çiftlerden biri kendini geri çektiğinde diğeri ona yaklaşma çabasına girebilir (Pines, 1998).

Sistemik yaklaşımın en büyük katkısı, odak noktası ilişki olmasının yanında çifti tedavi etmenin bireysel değişimi de beraberinde getirdiğini anlamamızı sağlamasıdır. Sistemik terapi ile çiftler eşlerini ve ilişkilerini daha gerçekçi bir şekilde görmeye başladıklarında kendilerini daha iyi hissetmeye başlamaktadırlar. Her iki taraf da ilişkilerini bozan yıkıcı kalıptan uzaklaştıklarında, olumlu bir etkileşim oluşur. Sistemik yaklaşıma yapılan en önemli eleştiri ise kıskançlığın bilinçdışı kökenlerini ve erken çocukluk dönemi yaşantılarını önemsememesidir (Pines, 1998).

2.1.2.5. Bağlanma Kuramına Göre Kıskançlık

Bağlanma kuramı ilk olarak çocuk ve ebeveyn arasındaki çocuğun gelişimini etkileyen bağı anlamak amacıyla ortaya atılmıştır (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Bowlby, 1969, 1973, 1980).

Bağlanma kuramında Bowlby bağlanmayı ve keşfetmeyi birbirleriyle yakın ilişkisi olan sistemler olduğunu savunmaktadır (Elliot ve Reis, 2003). Bowlby'e göre bebeklik döneminde bebeğin bağlanma figürüne yakın olması bağlanma sisteminin temel işlevidir. Bağlanma figürüne yakınlık ile bebek güven ve rahatlık duygusu yaşar ve bu figürü tehlike durumunda sığınabileceği bir liman gibi kullanarak çevresini rahatça araştırabilir (Bowlby, 1969,1973). Bağlanma figürünün bebeğe gösterdiği duyarlılık, bebeğin duygusal yaşantılarını nasıl kodlayacağını belirler. Bağlanma kişisi eğer bebeğin yaşadığı korku, kaygı gibi negatif duygulara sakinleştirici yönde yanıt verirse, bebek rahatlama yaşayacak ve bu da güvenli bağlanmanın oluşmasını sağlayacaktır. Aksi durumda, bebek negatif duygular ile olumsuz sonuçlar arasındaki bağı öğrenecek ve güvensiz bağlanmaya katkıda bulunan baş etme stratejileri geliştirmesine sebep olacaktır (Brown ve Wright, 2001). Yaşamın ilk yıllarında bağlanma figürü ile gerçekleşen bu yaşantıların bireyin kişiliği ve kişilerarası ilişkilere yaklaşım biçimi üzerinde ömür boyu süren kalıcı bir etkisi vardır (Bowlby,1969,1973).

Ainsworth ve arkadaşlarına göre (1978), bebek ve bakıcısı arasında üç farklı bağlanma stili bulunmaktadır. Bunlar; güvenli, kaçınan, kaygılı/kararsız bağlanma stilleridir. Güvenli bağlanma yaşayan çocuklar, güven duygusunu bakıcılarıyla yaşarlar ve ayrılma durumu söz konusu olduğunda gerginlik yaşamazlar. Kaçınan bağlanma stilini benimseyen çocuklar ise, bakıcıları ile mesafelidir ya da bu durumda geçmişte bağlanma figürü tarafından reddedilmesinin bir sonucu olarak kendi kendine yetebilme davranışı geliştirmiştir. Kaygılı ve kararsız tarzda bağlananlar da bakıcılarından ayrılma durumuna karşı aşırı duyarlılık gösterirler. Bakıcılarıyla geliştirdikleri tutarlı olmayan bağlanma süreci, çocukta istek ve ihtiyaçlarının karşılanmama korkusuna sebep olmaktadır. Hazan ve Shaver (1987), çocuklukta var olan bağlanma stillerinin, yetişkinlik döneminde yaşanan romantik ilişkilerdeki bağlanmaya benzer özellikler taşımakta olduğunu öne sürmüşlerdir.

Bağlanma kuramının bireysel farklılıklar açısından romantik kıskançlığı incelemek amacıyla kapsamlı bir çerçeve sağlayabileceği öne sürülmektedir. Bağlanma kuramı; kişinin hayatındaki bir çok önemli ilişkide olduğu gibi, romantik ilişkiler hakkında da fikir verir ve bize onların dinamikleri üzerine ışık tutacak bir alan oluşturur. Romantik ilişkilerin doğasında kaybetme ve ayrılmaya karşı tepkiler, ilişkiye yönelik tehditler ya da bir başkası için terkedilme olasılığına karşı belirgin düzeyde bir kaygı durumu söz konusudur. Güvensiz bağlanmada rakibi suçlama ve kıskançlık çok

yoğunken, güvenli bağlanmanın kıskançlıkla ilişkisinin az olduğu görülmüştür (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997).

White (1981), partner olarak kendilerinin yetersiz olduklarına inanan, parterlerinin ilişkiye bağlılıklarının az olduğunu düşünen bireylerin yani kaygılı-kararsız bağlanma stilleri olan kişilerin yüksek düzeyde kıskançlık gösterdiklerinin görüldüğünü ileri sürmektedir.

Hazen ve Shaver (1987), bireylerin kendileri hakkındaki güvensizlikleri yoğun bir şekilde ilişkilerini etkilediğinden, kaygılı kararsız bağlanmış kişilerin güvenli ve kaçınan bağlanma stiline sahip bireylere oranla, daha fazla kıskançlığı deneyimlediklerini belirtmişlerdir.

Farklı bağlanma stillerinde kıskançlığın yoğunluğu ve frekansının yanında kıskançlık yaşantısındaki duygu, düşünce ve davranışların da farklılaştığı görülmüştür (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997).

2.1.2.6. Yatırım Kuramına Göre Kıskançlık

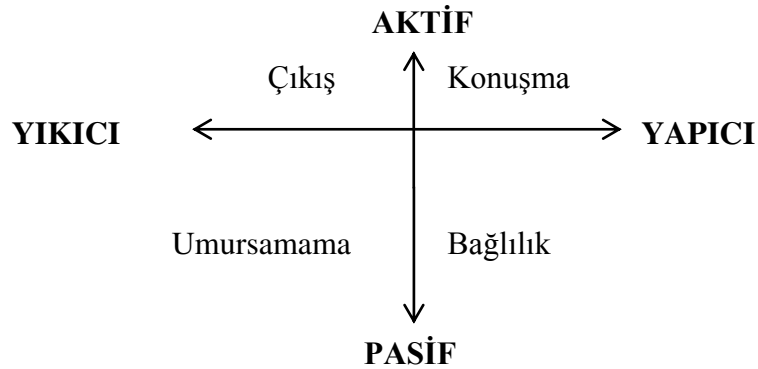
Rusbult (1983) tarafından önerilen Yatırım Kuramına göre ilişkiye bağlanım düzeyi romantik ilişkilerin en öne çıkan yönlerindendir. Romantik ilişkilerde bağlanım; kişisel ve kişilerarası ihtiyaçların karşılanması amacıyla ilişkiye dayanmadır (Rusbult, Matz ve Agnev, 1998). İlişkinin etkileşimi, ilerlemesi ve ne zaman biteceğinin saptanmasında, ilişkiye bağlanım düzeyi önemli bir yer tutmaktadır (Rusbult,1983). Bunun yanında bağlanım; romantik ilişkilerinin işlevi, bireylerin eşlerinin tepkilerini nasıl değerlendirdikleri ve kıskançlık gibi ilişkide yaşanan sorunlarla nasıl baş edilebileceğini anlamakta önemli bir yordayıcıdır. (Rusbult, Varette, Whitney, Slovik ve Lipkus, 1991; Akt. Çimen, 2007)

Sharpsteen'e (1995) göre, ilişkiye bağlılık düzeyinin yanında, ilişkiye dair algılanan tehdit de kıskançlığın belirlenmesin de önemlidir. Romantik ilişki tehlike altındaysa romantik ilişkiye dair yatırımlara yönelik de bir tehdit söz konusudur (Rusbult, Morrow ve Johnson, 1987). Yapılan araştırmalar da ilişkiye bağlanım düzeyi yüksek olan bireylerin daha fazla kıskançlık yaşadıklarını desteklemektedir (Rydell, McConnell ve Bringle, 2004).

Yatırım modeli ilişkilerin kurulması, devam etmesi ve sonlanması üzerinde durmaktadır. Kuram, Thibaut ve Kelly' nin karşılıklı bağımlılık kuramına ait iki kavramın üzerine inşaa edilmiştir: "Karşılaştırma düzeyi" ve "Seçenekler için

Karşılaştırma düzeyi". Kurama göre ilişki doyumu olup olmadığı kararında karşılaştırma düzeyi; ilişkinin devam edip etmemesi kararında da seçenekler için karşılaştırma düzeyi ölçütleri kullanılmaktadır. Karşılaştırma düzeyinde ödül ve kazançlar kişinin beklentileri, değerleri ve standartları aracılığı ile belirlenmektedir. Kişinin geçmiş ilişkilerindeki kazançları ya da şuan var olan ilişkisindeki kazançları değerlendirmesi etrafındaki diğer ilişkileri gözlemleme yolu ile gerçekleşmektedir. Yatırım kuramına göre ilişkiden alınan doyum kazancın karşılaştırma düzeyinin üzerine çıkması sonucu gerçekleşmektedir. Seçenekler için karşılaştırma düzeyinde ise vurgu yapılan nokta bireyin şuan var olan ilişkisinin haricinde ulaşılma ihtimalinin olduğu diğer ilişkilerden elde edebileceği ödüllerdir. Bireyler potansiyel ilişki yaşama alternatiflerindeki kazançlarının mevcut ilişkilerine göre fazla olduğu yönünde bir değerlendirmeye varırlarsa ilişkilerini sonlandırma ve diğer seçeneğe yönelmeyi tercih edeceklerdir. Fakat aksi durumda mevcut olan ilişkilerinde kalmayı seçebilirler (Thibaut ve Kelly, 1959; Akt. Houser, 2009).

Rusbult'un yatırım kuramına göre ayrıca romantik ilişkilerde bireyler kıskançlık ya da başka bir problemle karşılaştıklarında, iki boyutta (aktif-pasif ve yıkıcı- yapıcı) ve dört farklı şekilde tepki vermektedirler. Bunlar şekil 2'de gösterildiği gibi: Çıkış, konuşma, bağlılık ve umursamama şeklindedir.



Şekil 2. Çıkış, konuşma, bağlılık ve umursamama: yakın ilişkilerde verilen tepkilerin tipolojisi

Kaynak: Rusbult, Johnson ve Morrow, 1986.

İlki olan “çıkış tepkisi” yıkıcı ve aktif bir tepkidir. Kişi ilişkiden daha çok kendi benlik saygısını korumayı amaçlamaktadır. “Konuşma” aktif ve yapıcı bir tepkidir. Bu davranışta amaç hem benlik saygısını hem de ilişkiyi korumaktır. Kişi burada problemi çözmek amacıyla partneri ile konuşma yolunu seçmektedir. Bir diğer davranış biçimi de

“bağlılıktır”. Pasif ve yapıcı bir tepkidir. Birey benlik saygısını korumayı değil ilişkiyi devam ettirmeyi amaçlamaktadır. Birey burada ilişkisinin düzeleceğine inanmakta ve herhangi bir eyleme girmeden beklemektedir. “Umursamama” ise yıkıcı ve pasif bir tepkidir. Ne benlik saygısı ne de ilişkinin sürdürülmesi önemlidir. Burada kişi yaşadığı problemi görmezden gelmekte, çözmek için çaba sarf etmemektedir. “Konuşma” ve “bağlılık” gibi yapıcı tepkiler ilişki yatırımı ve doyumunun artmasıyla, “konuşma” ve “çıkış” gibi aktif tepkiler nitelikli alternatiflerin bulunmasıyla ilişkili iken, “bağlılık” ve “umursamama” gibi pasif tepkiler de daha az nitelikli alternatiflerle ilişkilidir (Rusbult, Johnson ve Morrow, 1986).

2.1.2.7. Evrim Kuramına Göre Kıskançlık

Darwin’in evrim kuramı kıskançlıkla ilgili görüşlerini daha çok cinsiyet farklılıkları üzerinde durarak açıklamaktadır. Darwin’e göre kıskançlık ilişkiyi korumak adına hizmet eden bir içgüdüdür ve kökeninde evrimsel nedenler yatmaktadır (Kenrick ve Trost, 1997; Akt. Demirtaş, 2004).

Evrimsel yaklaşımı benimseyen psikologlar aldatılma durumunda verilen tepkilerde cinsel farklılıkların oldukça belirgin olduğunu ileri sürmektedir. Kadınların duygusal aldatılmaya erkeklerin ise cinsel aldatılmaya olan tepkilerinin daha şiddetli olduğunu belirtmektedirler. Erkekler daha çok çocuklarının gerçek babası olup olmamak konusunda kuşkuya düştüklerinden kadınların karşılaşmadığı bir sorunla karşılaşmaktadırlar. Erkekler için cinsel açıdan tek tercih olmak önemli bir koşuldur. Cinsel aldatılma durumunda erkek bir başkasının çocuğuna babalık etmek zorunda kalmakta ve belki de maddi manevi kaynaklarını kendi soyundan olmayan bir çocuğa aktarmakla yüz yüze gelmek zorunda kalmaktadır.

Kadınlar için ise doğurganlık kendilerine özgü olduğundan annelik ile ilgili herhangi bir tehdit söz konusu değildir. Fakat duygusal açıdan aldatılmak kadın için ilişkisini kaybetme tehdidi ile yüzleşmek anlamına geldiğinden kadınların böyle bir durumla yüz yüze gelmekten daha çok rahatsız olarak kıskançlık yaşadıkları görülmektedir (Buunk, Angleitner, Oubaid ve Buss 1996). Wideman ve Allgeier’e göre (1993) de kadınların ve erkeklerin karşılaştıkları bu iki aldatılma durumuna yükledikleri anlamların farklı olmasından kaynaklı cinsiyet farklılıkları ortaya çıkmaktadır.

Evrimsel yaklaşım, özellikle yöntem açısından eleştirilmektedir. DeSteno ve Salovey (1996), sadece “cinsiyet”in bağımsız değişken olarak alınmasının ve sonuçları etkileyebilecek başka değişkenlerin olabileceğinin göz ardı edilmiş olmasının önemli bir eksiklik olduğunu belirtmektedirler (Demirtaş, 2004).

2.1.2.8. Sosyal Karşılaştırma Kuramına Göre Romantik Kıskançlık

Evrimsel psikoloji temelinde ele alınan kuramlardan Sosyal Karşılaştırma Kuramı ilk kez Leon Festinger tarafından 1954 yılında ileri sürülmüştür. Sosyal Karşılaştırma (social comparison) “Bireyin kendisi hakkında bir fikir edinebilmek ve sahip olduğu fikri korumak için kendini diğerleri ile karşılaştırma süreci” olarak tanımlanmaktadır (Bilgin, 2003). Kuramda, kişilerin kendileri hakkında bilgi edinebilmek amacıyla kendilerini başkalarıyla karşılaştırma ihtiyacı duymalarının yattığı savunulmaktadır. Fakat karşılaştırma yapma sıklığı ve miktarı yani Sosyal Karşılaştırma Yönelimi diye adlandırılan durum kişiler arasında farklılıklar gösterebilmektedir (Gibbons ve Buunk, 1999).

Salovey’ e (1991) göre sosyal karşılaştırmaların duygusal sonuçlarından biri de kıskançlıktır. Bireylerdeki sosyal karşılaştırma yönelimi romantik ilişkilerdeki aynı cinsten rakip olan kişi ile rekabette önemli bir yer tutmaktadır. Bireylerin şu anda var olan ilişkilerinde tehdit oluşturabilecek bir rakiple kendisini karşılaştırması sonucunda oluşacak negatif geribildirimler kıskançlığın oluşmasına sebep olabilmektedir (Dijkstra ve Buunk, 2002). Karşılaştırma alanı ve kişinin benliği ile ne kadar ilişkili olduğu kıskançlık durumunda verilen tepkiyi farklılaştırabilmektedir.

Rakipleri aşırı derecede çekici olduğunda fiziksel çekiciliğe önem veren bireylerde kıskançlık tepkisi daha çok görülür (Salovey& Rodin, 1989). Kıskançlıkta, rakibin başarılarının önemi, sadece bizim kendimiz olma arzumuzla ilgili değil aynı zamanda partnerimizin de bunu arzulanabilir bulduğuna inanmamıza dayanmaktadır. Yani, eğer partnerimizin zeki insanlardan hoşlandığını biliyorsak ve rakibimiz de zeki biriye, yaşayacağımız kıskançlık daha yoğun olacaktır. İlişkimize yönelik tehdit, rakip, bizim partnerimizin arzuladığı şeylerle uyumlu olduğunda artacaktır (DeSteno & Salovey, 1996).

Kişinin benliği ile düşük düzeyde bir ilişki söz konusu ise karşılaştırma durumunda kıskançlık yerine bireyin rakibin kendisinden üstün özelliği ile özdeşim kurarak olumlu bir değerlendirme yapılırken; karşılaştırma alanı kişinin doğrudan

benliğine yönelikse karşılaştırmaya bağlı benliği yeniden tanımlamaya çalışma, karşılaştırma alanının kendisi için önemini düşürme, rakibin kendisinden üstün özelliğini ya da diğeri ile olan ilişkisini küçümseme gibi farklı stratejik tepkiler gösterebilir (Tesser ve Campbell, 1980).

Yapılan araştırmalar sosyal karşılaştırma yönelimi yüksek kişilerin partner seçiminde arzulanan rakibin özelliklerine yönelik kıskançlık tepkilerinin daha fazla olduğunu göstermektedir (Dijkstra ve Buunk, 2002; Buunk ve Dijkstra, 2004).

2.1.2.9. Hata Yönetimi Kuramına Göre Kıskançlık

Evrin psikoloji temelinde ele alınan kuramlardan bir diğeri de 1998 yılında Haselton, Buss ve De Kay tarafından ortaya atılan hata yönetimi kuramıdır. Hata yönetimi kuramına göre, bireyler belli olmayan durumlar söz konusu olduğunda, hayatta kalabilmek için ve üreme açısından kendilerine en fazla yarar sağladıkları adaptif hataya eğilim göstermektedirler. Adaptif hatalar bireyin gördükleri ya da algıladıklarında en kötüsünü varsayan bu yüzden de hayatta kalma temelinde bireyin daha güvende kalmasına yardımcı olan hatalar olarak adlandırılmaktadır (Buss, 2000).

Evrimsel yaklaşıma göre çift problemlerinde ve çözüm bulma yaklaşımlarında kadınlar ve erkeklerde farklılıkların görülmesi cinsiyet açısından farklı adaptif yanlılıklar ortaya çıkarmıştır (Buss, 2001). Hata yönetimi kuramı ile açıklık kazandırılan bu yanlılıklarından biri “Abartılı Değerlendirme Yanlılığı” olarak adlandırılan, Haselton ve Buss (2000) tarafından ortaya atılan eşleşme yanlılığıdır (Hill,2007). Bu yanlılıkta cinsiyet içi rekabette hemcinsye yönelik varsayımlardaki abartılı değerlendirme söz konusudur. Romantik ilişkilerde bireyin rakip olarak gördüğü kişiyi karşı cinsin değerlendirmesi açısından olduğundan daha fazla çekici olarak algılaması, rekabet sırasında kendisini avantajlı bir konuma taşıyabilir. Kişide bu durumda kıskançlık mekanizmaları devreye girmiştir ve olabilecek tehditlere karşı tetiktedir. Bu durumlar yaşandığında kişi en kötü ihtimalle zaman ve enerji kaybedecektir fakat rekabette rakibin çekiciliğinin basite alınması yenilgi ile karşı karşıya kalmak ya da mevcut partnerin kaybı gibi daha ağır bedellerle sonuçlanabilmektedir. Dolayısıyla bireylerin rakip olarak gördükleri kişilerin çekiciliklerini abartılı algılamaları bir tür adaptasyondur (Yılmaz, 2011).

Başka bir deyişle hata yönetimi kuramının temel prensibi kıskançlığın bazı durumlarda neden irrasyonel olduğuna açıklık getirmektir. Karmaşık ipuçları ve

belirsizliklerin bulunduğu dünyada hassas bir savunma sistemi geliştirmek kaçınılmazdır (Yılmaz, 2011). Buss(2000), bu sistemi yalnızca sadakatsizliğin var olduğu durumlarda ortaya çıkmayan, böyle bir olasılığın olabileceği her durumda önlem alınabilmesi için uyarı veren bir alarm sistemine benzetmektedir.

2.1.2.10. Bilişsel Olgusal Kurama Göre Kıskançlık

Lazarus'un Bilişsel-Olgusal Kuramı bazı araştırmacılar (Hupka,1981; Mathes,1991; White, 1981) tarafından kıskançlığa uyarlanarak somutlaştırılma yoluna gidilmiştir. Lazarus'a göre bireyler içinde bulundukları durumu sürekli ve aşamalı olarak değerlendirmektedirler. Olaylar karşısında birincil, ikincil ve yeniden değerlendirme yapılmaktadır. Birincil değerlendirme; kişinin içinde bulunduğu durumun iyilik halidir. Olumlu ve ılımlı durumlar kişinin iyilik halini arttırır. İçinde bulunulan durum stres vericiyse ikincil değerlendirmeye geçilir. İkincil değerlendirmede, stres verici durumla baş etme stratejileri gözden geçirilir. Yeniden değerlendirmede ise başa çıkma davranışından sonra durum yeniden değerlendirilir ve olay artık stres verici olmaktan çıktıysa ve her şey ılımlı ve olumluysa kişi başka sorunlara ve çözüm yollarına geçebilir fakat yeniden değerlendirme sonrası olay hala stres verici ise yeni bir çözüm yolu seçilir ve eyleme geçilir. Bu süreç olay stres verici olmaktan çıkana kadar devam eder (Demirtaş, 2004).

White, Lazarus'un Bilişsel-Olgusal Kuramın kıskançlığa ilişkin açıklamalarında, kıskançlığı tetikleyen asıl faktörün kişinin partnerini bir rakibe kaptıracağına inanması ya da kaptırması olduğunu ileri sürmektedir. Birey bu durumda eşini elinden almaya çalışan bir rakiple yüz yüzedir. Kurama göre böyle bir durumda birey öncelikli olarak durumun ilişkisiz mi, olumlu/ılımlı mı yoksa stres verici mi olduğuna karar verir. Böyle bir durumda rakibin eş ile ilişki kurma olasılığı yoksa ilişkisiz seçeneğinde kalınır, eğer rakip eş daha önce elde etmişse ya da olasılık varsa durum stres verici olarak, eğer eş ve rakip cinsel bir ilişkiye girmişse, birey ile eş arasındaki özel bağ zarara uğrayacak ve durum oldukça stres verici olarak değerlendirilecektir. Böyle bir durumda birey çözüm yolu aramak için ikincil değerlendirmeye geçecek ve kıskançlık boy gösterecektir. Böyle bir durumda bireyin ikincil değerlendirmesi eş ile ilişkisini iyileştirmek için, kendini rakiple bir yarış içinde bulup kazanma şansının ne olduğuna bakmak için eşe ödüllendirmelerde bulunma yolunu seçebilir. İkincil değerlendirme sonucunda birey eş cezalandırma yolunu da seçebilir. Bu cezalandırmalar, fiziksel ya da duygusal şiddete

başvurmak, ayrılmak, cinsel, fiziksel ya da maddi katılımı çekmek şeklinde olabilir. İkincil değerlendirmede birey evliyse, sözlü ya da nişanlıysa ahlaksal, normatif ve yasal güçleri de kullanabilir. Bireyin ikincil değerlendirmede kullanabileceği diğer bir yöntem ise bireyin stresini azaltabilmek adına savunma mekanizmalarına başvurusudur. Birey böyle bir durumda eşini aslında çok da sevmediğini, onu yeterince sıcak bulmadığını vb. düşünerek yadsıma, kaçınma, mantığa bürüne yoluna gidebilir. İkincil değerlendirme sırasında birey başka bir çıkış yolu olarak da akademide, sporda, kariyerde başarılar elde ederek, kendisine saygısını yükseltecek girişimlerde bulunma yolunu deneyebilir. Birey bu baş etme yollarını denemeye başladığında yeniden değerlendirme süreci başlamış demektir. Eğer denenen çözüm yollarında başarısız olunursa birey durumu yeniden değerlendirecek ve yeni çözüm yolları arayacaktır (Demirtaş, 2004).

2.1.2.11. Sosyal Mübadele Kuramına Göre Kıskançlık

Sosyal mübadele kuramında öne çıkan nokta ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesi aşamasında ilişkiden elde edilen ödüllerin önemli rol oynamasıdır. Kişi ilişkisinde partnerine birtakım ödüller sunmakta ve bunu da ödül almak için yapmaktadır. Kendi ödülleri yaptığı yatırımın aldığı ödüllerin üzerine çıkıp çıkmadığı birey için önemlidir. İlişki süresince bu ödüllendirmeler karşılıklı hale gelmekte ve birinin yaşadığı pozitif yaşantılar diğeri için bir ödül niteliği taşımaktadır (Buunk, 1991).

Çift ilişkilerinde kişilerin kendilerini ödüllendirenlerden etkilendikleri varsayımından yola çıkarak karşılıklı bağımlılık üzerinde duran Thibaut ve Kelley' nin Karşılıklı bağımlılık kuramı Sosyal mübadele kuramları içerisinde en öne çıkanlarıdır (Azizoğlu- Binici ve Hovardaoğlu, 1996).

Çiftlerarası kıskançlık üzerine yaptığı araştırmalardan elde ettiği bulguları Thibaut ve Kelley'nin Karşılıklı Bağımlılık Kuramı çerçevesinde yeniden açıklayan Buunk'a göre ilişkideki en yüksek doyum çiftlerin her birinin ilişki dışı etkinliklerde bulunabilme özgürlüğü ile sağlanmaktadır. Ancak bu durum çok fazla uzun sürememektedir. Çiftlerden dış etkinliklere en çok ihtiyaç duyup, bunu doyuran taraf daha az kıskançlık hissederken, diğer taraf için kıskançlık baş göstermektedir (Buunk; 1981, 1982, 1988; Akt. Demirtaş, 2004).

2.1.2.12. Transaksiyonel Yaklaşım Göre Kıskançlık

Transaksiyonel yaklaşıma göre kıskançlığın oluşmasını sağlayan birden fazla faktör söz konusudur. Bireylerin yakın ilişkilerindeki kararları ve düşüncelerinde sosyal çevrelerinin önemi büyüktür. Kişilerin yaşadıkları kıskançlıklar; kişinin kişilik özellikleri, değerleri, inançları beklentileri ve geçmiş yaşantıları, toplumsal çevreyle etkileşimleri çerçevesinde açıklanır. Bireyin toplumsal çevresi ile arasındaki etkileşim, olaylara ilişkin algılamasını belirler. Transaksiyonel yaklaşımda kıskançlık kısacası birden fazla etmen tarafından tetiklenmektedir. Öncelikli olarak da tetikleyiciler bireyin içinde yaşadığı kültürel ortamdır (Bringle, 1991).

Transaksiyonel kurama göre; üçüncü bir kişi ile kurulan ilişki, taraflardan birinin ilişkiye ait ödüllерinin azalması veya kaybetme riskinin ortaya çıkmasına sebep oluyorsa kıskançlık kendini göstermektedir. Kıskançlığa yönelik tehditlere bakıldığında; eşin kaybedilmesi korkusunun yanında, zaman kaybı, ilişki kaybı, statü kaybı, yetersizlik algısı, özel alana müdahale, olumsuz duygudurum, eşe yönelik nefret duyguları gibi durumlar öne çıkmaktadır (Bringle, 1995).

Transaksiyonel yaklaşım göre; kıskançlığın ortaya çıkmasını sağlayan 3 ana değişken vardır. Bağlanma, güvensizlik duygusu ve uyarılabilirlik. Bu değişkenlerden hiçbirisi tek başına kıskançlığın oluşmasına sebep olamamakta ve üçünün bir arada olması gerekmektedir. Bağlanma; bu yaklaşımda karşılıklı bağımlılık anlamında kullanılmaktadır (Bringle ve Buunk, 1985; Akt. Demirtaş, 2004). Birey yatırım gerektiren bir ilişki içinde olduğundan ve gelecekle ilgili beklentisi olduğundan ilişki zarar görür ya da sonlanırsa birtakım kayıplarla karşılaşılabilir. Yatırım ve sonuca yönelik beklentinin artması bağlanmanın artmasına, bağlanmanın artması da kıskançlığa verilen tepiklerin şiddetinin artmasına neden olmaktadır (Bringle, 1991). Güvensizlik duygusu da partnerinin birliktelik ilişkilerine bağlılığına yönelik algısı ile ilişkilidir. İlişkideki ilişkişel sonuçların sürekliliğinde bir belirsizlik ortaya çıktığında kıskançlık yaşanmaktadır. Bağlanma güvensizlik duygusu ile birlikte kıskançlığa sebep olmakta ve eşin ilişkiye bağlanma düzeyi ve yatırımları azaldıkça güvensizlik duygusu artış göstermektedir (Erber ve Erber, 2001). Uyarılabilirlik ise kıskançlığı ortaya çıkaran durumlara verilen duygusal tepkilerin şiddetini arttıran uyarılmaya yatkınlıktır. Bu yatkınlık durumu verilen duygusal tepkilere ek olarak ileriye yönelik bilişsel değişiklikler de meydana getirmektedir.

Transaksiyonel yaklaşıma göre; kıskançlık; içsel ve dışsal değişkenler arasındaki etkileşim sonucu oluşmaktadır. İçsel ve dışsal değişkenlerin önemi kişiden kişiye değişmekle birlikte bu iki değişken, kıskançlığa verilen tepkileri belirleme de her zaman eşit derecede etkili değildir. Bu bağlamda transaksiyonel yaklaşıma göre kıskançlığın ikiye ayrıldığı söylenebilir; kuşkucu kıskançlık ve tepkisel kıskançlık (Bringle, 1995; Buunk,1997; Pfeiffer ve Wong, 1989).

Kuşkucu kıskançlık içsel değişkenler tarafından belirlenen tepkilerle kendini göstermektedir. Kaygı, öfke, kuşku ve üzüntü ön plandadır. Eşe yönelik güvensizlik saplantılıdır ve kişi sanki kıskançlığı tetikleyen durum arayışı içindedir. Partnerin davranışları denetlenir ve açığı aranır. En ufak bir tetikleyici ortada anlamlı kanıtlar olmasa dahi abartılı tepkilere yol açar. Tepkisel kıskançlık da ise tepkiler dışsal değişkenler tarafından belirlenir. Bu kıskançlık türü ilişkinin zarar gördüğü ve çıktılardan azaldığı sıradan olmayan durumlarda sergilenen kıskançlıktır (Demirtaş, 2004).

2.1.3. Romantik İlişki İnançları

Bireyler çocukluk yıllarından itibaren, kendileri başkaları ve dünyaları ile ilgili belirli fikirler geliştirirler. Temel inançlar olarak ifade edilen bu fikirler, kişilerin kendilerine bile ifade edemedikleri kalıcı, köklü ve derinlerdedir. Bireylerin sahip oldukları bu temel inançlar, kişinin olaylara olan bakış açısını, bu da bireyin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını etkilemektedir (Beck, 2011).

İlişkilere dair inançlar ise, romantik ilişkilere yönelik belirli idealleri oluşturan algı ve beklentiler (Eidelson ve Epstein, 1982) olarak tanımlanmaktadır. Bu algı ve beklentiler bazı olumsuzlukları da beraberinde getirebildiklerinden çiftlerin yaşadıkları ilişkide oldukça önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir. Sprecher ve Metts'e göre (1999) de bireyler ilişkilerinin nasıl olması gerektiği ile ilgili daha önceden sahip oldukları bir takım inançlara sahiplerdir. Bu inançlar işlevsel ve işlevsel olmayan inançlar şeklinde ayrılmaktadır (Epstein ve Eidelson,1981) .

Bireylerin kendileri ile ilgili şemalarının odak noktası olan kendilerinin diğerleri ile ilişkilerine yönelik bu temel inançlar işlevsizse, ilişkilerde problemlerin ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Greenberg ve Johnson, 2014).

İşlevsel olmayan ilişki inançlarının ebeveyn ilişkilerini ve başka çiftleri gözlem yolu (Haferkamp, 1999) ya da medya yoluyla (Sharp ve Ganong, 2000) şekillendiğini belirten araştırmalar bulunmaktadır. Ellis'e (1996) göre, 3 ana işlevsel olmayan ilişki

inancı bulunmaktadır. Bunlardan birincisi başkaları tarafından sevilme veya onaylanma gerekliliği inancı, ikincisi tamamen yeterli ve uygun olma beklentisi, üçüncüsü ise istediğimiz gibi şeyler olmadığında bunun bir felaket olacağı inancıdır.

Terapistlerin, ilişkilerde yaşanan anlaşmazlık ve problemlerde kişilerin olaylara bakışındaki bilişsel bileşenlerin etkisini fark etmelerinde artış olması sonucu işlevsel olmayan inançlara ve bu inançların ilişkiye olan olumsuz etkisini anlamaya yöneltmiş ve ilişkilerdeki işlevsel olmayan inançların sistematik değerlendirilmesi bu sebeplerle gerekli görülmüştür (Eidelson ve Epstein, 1982).

2.1.4. Romantik İlişki İnançlarına Yönelik Kuramsal Bakış Açısı

Romantik ilişkilerle ilgili işlevsel olmayan inançların kuramsal alt yapısını diğer kuramlardan daha fazla öne çıkan, Beck’e ait olan “Bilişsel Davranışçı Yaklaşım’ın” ve Albert Ellis’in kurucusu olduğu “Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapinin (Rational - Emotive Behavioral Therapy)” ya da diğer adıyla “Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi’nin” oluşturduğunu söyleyebiliriz.

2.1.4.1. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

1960’ların başında Aaron T.Beck tarafından “bilişsel terapi” olarak tanımlanan bir psikoterapi formu ortaya atılmıştır. Bu form bu alanda çalışanlar tarafından “Bilişsel davranış terapisi” olarak adlandırılmaktadır. Öncelikli olarak depresyon için yapılandırılmış olan yaklaşım, sonrasında geniş çapta birçok bozukluğa uyarlanmıştır (Beck, 2015).

Bilişsel terapi modelinin üstünde durduğu üç temel bilişsel yapı bulunmaktadır; otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel inançlar. Otomatik düşünceler herhangi bir gayret sarf etmeksizin kendiliğinden ortaya çıkmaktadırlar. Kendiliğinden zihnimizde beliren bu düşünceler, çok kısa ve hızlıdır. Nadir olarak bu düşüncelerin farkına varırız fakat düşüncelerin ardından gelen duygu ve davranışların daha çok farkında olma eğilimindeyizdir (Beck, 2015).

Beck’e göre çocukluk dönemi ile birlikte temel inançlar ve ara inançlar oluşmaya başlamaktadır. Otomatik düşünceler de bu inançların bir sonucudur. İnançlar söz konusu olduğunda şemalar üzerinde durmak gerekir. Bilişsel şemalar dışardan gelen uyarıcıları değerlendirmemizi sağlayan bilişsel yapılar olarak adlandırılmaktadır. Kısacası inançların şemaların içeriği olduğu söylenebilir. Aslında bireylerin çevreye

uyumunu kolaylaştırmak için gelişmiş olan şemalar uyumu bozucu işlevi de bulunmaktadır. Şemalar da bilgiyi alma ve işleme sürecinden bir takım bilişsel hatalara veya çarpıtmalara sebep olmaktadır. Keyfi çıkarımda bulunma, küçümseme ya da büyütme, ya hep ya hiç şeklinde düşünme, kişiselleştirme olumluyu yok sayma/görmezden gelme, duygusal çıkarımda bulunma, etiketleme, zihin okuma, örnek olarak verilebilecek bilişsel hatalardır (Karahan& Sardoğan, 2004).

Çoğu zaman insanlar tarafından duygu ve düşünceler ifade edilirken birbirine karıştırılabilir. Düşünceler duygulardan farklıdır. Örneğin kaygı, çökkünlük, kızgınlık, mutluluk vb. duygular hissedebiliriz. Bu duygularımız aklımızdan geçen düşüncelerimiz tarafından oluşturulabilir. Örneğin “umutsuzluk” duygusu, “bir daha asla mutlu olamayacağım” düşüncesinin ardından gelebilir. Duyguları tartışmamız mümkün olmamakla birlikte bu duygulara yol açan düşüncelerimize karşı çıkıp tartışabilmek mümkündür. Kişiler düşünceleri mutlak gerçekmiş gibi algılarlar oysaki düşünceler varsayımlar, bakış açıları hatta tahminlerdir (Leahy, 2003).

Düşünceler, daha kalıcı olan inançlarımızla ilgilidir. Bu inançları iki kategoride tanımlamak mümkündür: Ara İnançlar ve temel İnançlar. Ara İnançlar, bireyin kendisi, başkaları ve kişisel yaşantısı ile alakalı tutum ve varsayımlardır. Ara inançlar, temel inançlardan etkilenir. Ara inançlar bireyin her hangi bir durumu algılamasını etkilemekte ve bu algılar ise kişinin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarında belirleyici olmaktadır. Bunların yanısıra ara inançlar, temel inançlara nazaran daha kolay değiştirilebilirler fakat temel inançlar bireyin kendisi ve diğerlerine yönelik olan genel katı değerlendirme ve yargıları içeren ve en derinlerde olan zihinsel yapı taşlarıdır (Beck, 2015).

Bilişsel Davranışçı Terapi yaklaşımı düşünceler, duygular ve gerçekler arasındaki ayrımın farkına varabilmek amacıyla aynı olayın nasıl farklı düşünce duygu ve davranışlara yol açtığını açıklamak için A-B-C tekniğini ortaya koymuştur. A: Başlatıcı olay, B:Düşünce/inanç, C: Sonuç /Duygu ve Davranış olarak tanımlanabilir. Örneğin A olayı: “pencere tıktırmasını duyuyorum” şeklinde ise B açıklanırken iki farklı alternatif olabilir birincisi “evime birisi giriyor ” düşüncesi, bu durumda, kaygı duygusu yaşanabilir ve davranışsal olarak da kapıyı kilitleme ve polisi arama (C) söz konusu olabilir. Aynı olay durumunda “dışarda rüzgarın olması ve pencerenin eski ve gevşek olmasından dolayı olabilir” (B) düşüncesi sonucu duygu ve davranışlar, hafif huzursuzluk ve pencereyi kapatmak ve yatağa dönmek (C) şeklinde olacaktır (Leahy, 2003).

Beck'e (1976) göre erken dönem çocukluk yaşantıları bireyin kendisi ve içinde bulunduğu çevresi ile ilgili bazı temel işlevsel olmayan şemaların ortaya çıkmasına yol açar. Bu şemalardan bir kısmının son derece katı ve değişmeye dirençli olmasından dolayı işlevsel olmadığı söylenebilir. Bireylerin bu işlevsel olmayan otomatik düşünceleri bilişsel çarpıtmaları içermektedir. Bütün bu bilişsel çarpıtmalar da çoğunlukla akılcı olmayan inançlar olarak kendini göstermektedir. Bilişsel davranışçı yaklaşım, işlevsel olmayan inançlar ya da bilişsel çarpıtmalar olarak da adlandırılan akılcı olmayan inançların psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasında ve devam etmesinde önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır (Beck, 1976; Akt. Sarı, 2008)

Baucom, Epstein, Sayers ve Sher'e (1989) göre, çift ilişkilerinde de çatışma ve problem üzerinde etkisi olan beş farklı otomatik düşünce yer almaktadır. Bunlar şu şekilde sıralanabilir: (1) seçici dikkat (bireylerin ilişkilerinde olayların yalnızca bazı yönlerine dikkat edip diğerlerini göz ardı etmeleri), (2) ilişkilerdeki olumlu ve olumsuz durumların nedenlerine ilişkin yapılan çıkarım ve yorumlamalar, (3) ilişkinin geleceği ile ilgili tahminler, (4) ilişkiye dair inançlar ve bunların içeren varsayımlar, (5) ilişkiye yönelik standart olması gerektiği düşünülen niteliklere yönelik inançlar (Leahy, 2003).

Bireylerin partnerlerine ilişkin duygu ve davranışlarını, partnerinin davranış şekillerinden daha çok, partneri hakkında kendisinin daha önceden sahip olduğu genel duygu ve düşünceleri belirlemektedir. "Duygu baskınlığı" diye adlandırılan bu terim çiftler arasındaki davranışların kışkırtmasına yol açabilmektedir. Örneğin partnerinin geçmişteki ilişkilerine ilişkin tasalanmasına kızan bir kişi, onun bir terapist ya da başka birinin yapıcı önerilerine bile öfkelenenebilir (Leahy, 2003).

Beck (1989), diğer insanların zihinlerini, düşüncelerini ve duygularını gerçek anlamda hiçbir zaman bilemeyeceğimizi, bildiğimizi sandıklarımızın da genellikle pek de belirli olmayan ipuçlarına dayalı olduğunu, bu pek de belirgin olmayan ipuçlarını çözmek içinde hatalı olan kodlama sistemimizi kullandığımızı belirtmektedir. Bu kodu çözme yöntemlerimizde de o anki duygu ve düşüncelerimizin etkili olabileceğini fakat bütün bunlara rağmen diğer insanların tutumlarını doğru olarak algılama eğiliminde ısrarcı olduğumuzu savunmaktadır. Bilişsel terapinin de çiftlerin birbirlerini algılama, yanlış anlama, iletişim kurma ve kuramama davranışları üzerine odaklandığını ifade etmektedir. Bilişsel teori, bu anlamda çarpıtmaları, düşünme ve iletişim hatalarını farketmek ve düzeltmeyi sağlamak üzere düzenlenmiştir (Beck, 2011).

2.1.4.2. Akılcı Duygusal ve Davranışsal Terapi

İşlevsel olmayan ilişki inançları ile ilgili diğer bir yaklaşım da, Albert Ellis’e ait “Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi (Rational-Emotive Behavioral Therapy)” dir. Akılcı- Duygusal Davranışçı Terapi (Rational-Emotive Behavioral Therapy-REBT), ilk defa klinik psikolog olan Albert Ellis tarafından (1955) “Akılcı Terapi” adıyla ortaya atılmıştır. Ellis 1961’de yaklaşımının adını “Akılcı-Duygusal Terapi” olarak değiştirmiştir. 1993 yılına gelindiğinde yaklaşımın duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki karşılıklık ve nedenselliği vurgulanması sebebiyle adı “Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi” olarak değiştirilmiştir (Corey, 2000; Nelson-Jones, 2000; Sharf, 2000; Akt. Sarı, 2008).

Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi, Bilişsel Davranışçı Kuramın bir başka formu da olsa akılcı olmayan inançlara olan vurgusu yönünden ondan ayrılmaktadır. Akılcı Duygusal Davranış Terapisinde işlevsiz duygusal durumlar ve psikopatolojinin çeşitli formları; abartma, aşırı basitleştirme, aşırı genelleme, mantıksızlaştırma, doğrulanmamış hipotezler, hatalı çıkarımlar, mutlak kavramlar nedeniyle ortaya çıkan fonksiyonel olmayan düşüncelerin bir sonucudur (Walen, DiGuseppe, & Dryden, 1992; Akt. Deutsch, 2006).

Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi’de ya da diğer adıyla Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisinde “OYSUN” adı verilen ve DDDT’nin ABC’si olarak adlandırılan bir taslak bulunmaktadır. O: Olay (hoşa gitmeyen ve istenmedik bir olaya ilişkin algımız); Y: Yüklenen anlam ya da Yerleşik Düşünce (kişinin düşünce dizgesi); S: Sonuç (kişiye rahatsızlık veren duygusal ya da davranışsal sonuçlar); U: Usavurma/Usamlama (kişinin akılcı olmayan yerleşik temel düşüncelerinin üzerine gitmesi ve sorgulaması); N: Nitel Değişim (duyguların sağlıksız olumsuzdan sağlıklı olumluya doğru değişmeye başlaması) (Köroğlu, 2008; Dryden, 2009)

Bireyin düşünce dizgesinin iki ögesi bulunmaktadır. Birincisi akılcı düşünceler, ikincisi ise akılcı olmayan düşüncelerdir. Kişiler olay ve sonuç arasındaki bilişlerinin düşüncelerinin, tutumlarının ve olaya yükledikleri anlamları göz ardı ederek, yaşadıkları olayın sonuçlardan direk sorumlu olduğuna inanmaktadırlar (Köroğlu, 2008).

Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisine göre akılcı düşünceler; esnek olması, ruhsal sağlığı göstermesi, hedeflerine ulaşmada bireye yardımcı olması, gerçekçi ve akla uygun olması gibi özellikler barındırırken; akılcı olmayan düşünceler;

katı olması, psikolojik bozukluklara sebebiyet vermesi, hedeflerine ulaşmada kişiye engel olması, gerçek dışı ve mantıksız olması gibi özellikler taşır.

Akılcı inançlar ihtiyaçlar, istekler, tercihler, beğeniler ve beğenilmeyenleri kapsayan bilişlere atıfta bulunmakta ve bünyesinde “eşle birlikte olunması” ve “yaşamsal hedeflere ulaşmanın engellenmemesi” gibi iki özelliği barındırmaktadır. Akılcı olmayan inançlarda ise, “olmalı, olmak zorunda” gibi dogmatik düşünceler ön plandadır ve yaşam amaçlarına ulaşmayı engelleyen olumsuz duyguları içermektedir (Ellis ve Dryden, 1997).

DiGiuseppe, Doyle, Dryden, ve Backx’e (2014) göre işlevsel olmayan bilişler işlevsel olmayan ifade ve davranış eğilimleri ile ilişkilidir. Bireyler karşı cinsle birlikteliklerinde içinde bulundukları romantik ilişkilerinde de bir takım akılcı olmayan düşünce ve inanç sistemine sahip olabilmektedirler. İlişkilerde gözlenen akılcı olmayan inançların 4 temel özelliğe ayrıldığı görülmüştür. (1) talepkarlık, (2) gereklilik, (3) tolerans düşüklüğü, (4) korkunçlaştırma (Ellis, Sichel, Yeager, Dimattia ve Diguisepe, 1989).

Romans ve DeBord’a göre (1995), ilişkilere yönelik inançlar 9 farklı şekilde ifade edilmektedir:

1. Birbirimize karşı her zaman açık ve dürüst olmalıyız,
2. Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz,
3. Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız,
4. Her şeyi beraber yapmalıyız,
5. Birbirimizi değiştirebilmeliyiz
6. Aramızdaki her şey mükemmel olmalı,
7. İyi ilişkileri devam ettirmek kolay olmalı,
8. Romantik idealizm,
9. Kişi, bir romantik ilişkisi olmadan kendisiyle bütünleşmiş sayılmaz.

Eidelshtein ve Epstein’ ın (1982) işlevsel olmayan ilişki inançlarını ölçmek amacıyla yürüttükleri bir ölçek geliştirme çalışmasında da, beş farklı rasyonel olmayan ilişki inancından bahsedilmektedir. Bunlar:

1. Anlaşmazlık yıkıcıdır,
2. Zihin okuma beklentisi,

3. Cinsel mükemmellik,
4. Kadın ve erkek farklıdır,
5. Eşler değişmez .

Akılcı- Duygusal Davranışçı Terapiye göre (REBT), kıskançlığın akılcı olmayan duygu ve düşüncelerle olan ilişkisine baktığımızda da, kıskançlıktaki akılcı olmayan duyguların genellikle akılcı olmayan inançların bir sonucu olduğu varsayılmaktadır. Çiftlerde romantik kıskançlık yaşandığında, bireylerin eşlerine olan sevgi ve aşkları yükselirken (REBT kuramına göre bunlar akılcı ve sağlıklı) bunun içinde gereklilik, zorunluluk ve eşinin aşkına olan ihtiyaçlar da ortaya çıkabiliyor ve çiftler romantik kıskançlıkla verilen sağlıksız değeri tecrübe ediniyor (Ellis,1996).

2.2. İlgili Araştırmalar

2.2.1. Romantik Kıskançlıkla İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Karakurt' un (2001), temel bağlanma boyutları ile romantik kıskançlıktaki temel süreçler arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmasında; davranışsal kıskançlığın bağlanma stillerini anlamlı düzeyde etkilediği, duygusal ve bilişsel kıskançlığın ise anlamlı düzeyde etkilemediği görülürken, korkulu bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin güvenli stile sahip olanlardan daha fazla davranışsal kıskançlık gösterdikleri görülmüştür. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin, kıskançlıkla başa çıkma davranışları açısından ilişkiyi koruma eğilimine daha yatkın, içselleştirme ve dışsallaştırmaya başvurmaya ise daha az yatkın oldukları bulunmuş, kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin ise en düşük düzeyde ilişkiyi koruma eğilimi gösterdikleri bulunmuştur.

Demirtaş (2004), kıskançlığın kapsamlı bir tanımını ve araştırmasını yaptığı, yakın ilişkisi olup, evli ya da evli olmayan kişiler üzerinde, bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler ile yakın ilişkilerde kıskançlık arasındaki ilişkileri incelediği, aynı zamanda Pines ve Aronson' un Romantik Kıskançlık Ölçeği' nin Türkçe'ye uyarlamasını yaptığı doktora çalışmasında, evli olmayan bireylerin, evli olanlara göre, evli olmayan kadınların evli kadınlara göre, evli kadınların da evli erkeklere göre kendilerini daha fazla kıskanç buldukları ortaya çıkmıştır. Belirtilen kıskançlık düzeyini en iyi şekilde yordayan değişkenlerin yaş, ilişkiden alınan doyum düzeyi ilişkinin geleceğine yönelik beklenti düzeyi, ve eşini fiziksel olarak çekici bulma düzeyi olduğu görülmüştür.

Kıskançlık tetiklendiğinde ifade edilen kıskançlık düzeyine göre ise erkeklerin kadınlara göre, evli olmayan kadınların evli olan kadınlara göre, evli kadınların da evli erkeklerle göre daha fazla kıskançlık belirttikleri bulunmuştur. Ayrıca araştırmada kıskançlık yaşanma durumunda, kadınların erkeklerden, evli olmayanların da evlilerden daha güçlü düzeyde fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkilerde bulundukları ortaya çıkmıştır. Kıskançlığın olumlu-olumsuz etkilerine yönelik görüşlere katılma düzeyi yönünden ise, olumlu etkiler, evli olmayanlarda, kadınlarda daha yüksek çıkmıştır. Kıskançlıkla baş etme yöntemlerinde ise, kadınlar ve evliler daha sıklıkla yapıcı yöntemlere, erkekler ve evli olmayanların ise daha sıklıkla yıkıcı yöntemlere başvurdukları bulunmuştur. Yine aynı araştırmada kıskançlığın yaşanma durumu ise, kadınların duygusal, erkeklerin ise cinsel aldatılmaya karşı daha çok kıskançlık duydukları ortaya çıkan bulgulardandır.

Çimen (2007), görücü usulü ve anlaşılarak evlenen bireyleri kıskançlık düzeyleri, kıskançlıkla ilgili tepki ve görüşler açısından karşılaştırmış, cinsiyet ve evlilik şeklinin kıskançlık düzeyinde herhangi bir etkisi bulunmazken, bağlanım düzeyi arttıkça belirtilen kıskançlık düzeyinin ve tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı tepki verileceği belirtilen kıskançlık düzeyinin arttığı bulunmuştur. Kadınların kıskançlık yaşadığı durumlarda daha fazla duygusal ve bilişsel tepki verdikleri görülmüş, kıskançlıkla baş etmede yıkıcı yöntemlere başvurmada cinsiyet farkı görülmezken, yapıcı yöntemlerde sonuçların daha çok kadınlar lehine olduğu görülmüştür. Kıskançlığın olumlu etkilerine yönelik görüşlere katılma düzeyi bakımından katılımcılar arasında fark görülmezken, kıskançlığın olumsuz etkilerine kadınların ve görücü usulü evlenen bireylerin daha fazla katıldığı bulunmuştur. Bunun yanında ilişki yatırımının yüksek olmasının da kıskançlığın olumlu değerlendirilmesine sebep olduğu ortaya çıkan sonuçlardandır.

İnce (2009), romantik ilişkilerdeki kıskançlığın gelişimsel kökenlerini ve kardeş ilişkileri açısından erken dönem aile ilişkilerinin genç yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkiler üzerine olan etkilerini incelediği araştırmasında, erken dönem kardeş kıskançlığı ile ileriki yaşlardaki romantik kıskançlık arasında herhangi bir ilişki olmadığı aynı şekilde romantik kıskançlık ile ebeveynlerin ayrımcı davranışları arasında da herhangi bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

Houser (2009), araştırmasında evli bireylerin evlilik doyumlarını romantik kıskançlık düzeyleri açısından incelemiş ve flört ederek evlilik yapan erkeklerde kıskançlığın evlilik doyumunu azalttığı, görücü usulü ile evlenenlerde ise arttırdığı yönünde bir bulguya ulaşmıştır.

Alpay (2009), bağışlama ile bazı psikolojik değişkenlerin ilişkisini incelediği araştırmasında, bağışlam anın en iyi yordayıcıları olarak 2. tür kıskançlık tetikleyicileri, empati, incinme derecesi ve benlik saygısı görölmüştür. Bu değişkenler içinde sadece incinme algısının bağışlamayı olumlu olarak yordadığı, diğer değişkenlerin evli bireylerde bağışlamayı anlamlı olarak yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Alkan'ın (2010), eşler arası ilişkilerde işleyen (iki eş arasındaki benzerlikler ve tamamlayıcılıklar kapsamında) yansıtma özdeşim süreçlerini incelediği araştırmasına göre; yansıtma özdeşim ile romantik kıskançlığın boyutlarından davranışsal, bilişsel kıskançlık ve çok boyutlu kıskançlık arasında anlamlı ilişkiler bulunmazken, duygusal kıskançlığın yansıtma özdeşimle ilişkili olduğu, çiftlerden birinde yüksek çıkan duygusal kıskançlığın diğer çiftte de yüksek çıkması ile sonuçlandığı, duygusal kıskançlığın aksine davranışsal ve bilişsel kıskançlıkta bu durumun yaşanmadığı görölmüştür.

Çapkın (2012), evli bireylerin kıskançlık düzeyleri ile kişilik özellikleri, benlik saygısı, evlilik doyumları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında, bağlanma stillerinde kaygı alt boyutu ile kıskançlık bilişsel alt boyutu arasında; kişilik özelliklerinden deneyime açıklık alt boyutu ile kıskançlığın duygusal alt boyutu arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur. Bunun yanında erkek katılımcıların kıskançlık bilişsel boyutu ile bağlanmanın kaygı boyutu ve kişilik özelliklerinden sorumluluk arasında anlamlı ilişkiler bulurken, kadınlarda, duygusal kıskançlık düzeyi ile kişilik özelliklerinden deneyime açıklık ve dışa dönüklük alt boyutları ile anlamlı ilişki bulunduğu görölmüştür.

Zeytinoğlu'nun (2013) evli bireylerin benlik saygıları, kıskançlık düzeyleri, evlilikte yaşadıkları çatışmalar ve evlilik doyumları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olup olmadığı ve bu değişkenlerin cinsiyet, yaşı, eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sayısı açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelediği araştırmasında, kıskançlık düzeyi ile diğer değişkenler arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmazken, yaşı ve eğitim düzeyinin kıskançlık düzeyi ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Tortamış (2014), evli bireylerde erken dönem uyumsuz şema alanlarının ve işlevsel olmayan ebeveynlik biçimlerinin romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğilimini ne ölçüde yordadığını incelediği araştırmasında, zedelenmiş özerklik şema alanı, anneye dair algılanan koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ve babaya dair algılanan koşullu başarı odaklı ebeveynlik biçiminin kadınlarda romantik kıskançlık düzeyi ile, anneye dair algılanan koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçiminin erkeklerde

romantik kıskançlık düzeyi ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Kadınlarda romantik kıskançlık düzeyi ile kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik, aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik, cezalandırıcı ebeveynlik arasındaki ilişkide zedelenmiş özerklik şema alanının; aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik ile de zedelenmiş sınırlar şema alanının aracı rol oynadığını ortaya koymuştur.

Akça (2014), üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, romantik kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik nedeni ve yıkıcı baş etme alt boyutları ile üniversite öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin sadece "Yapıcı Baş Etme" alt boyutunda cinsiyete yönelik anlamlı bir farklılık bulmuştur. Ayrıca öğrencilerin kendilerini kıskanç algılayıp algılamama değişkeni ile Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin "Tetikleyiciler", "Olumlu -Olumsuz Etkiler", "Yıkıcı ve Yapıcı Baş Etme" alt boyutları puanları arasında anlamlı farklılık bulunduğu görülmüştür.

Tunç (2015) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile ilişki doyumu, affetme ve kıskançlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, kıskançlık ve affetmenin alt boyutlarından kendini affetme ve başkasını affetme düzeyleri ile istismar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını bulmuştur.

Arslan (2015), çeşitli bireysel- ilişkisel farklılıkların kıskançlıktaki işlevini, romantik kıskançlık ve yetişkin bağlanma stilleri ilişkisinde tehdit evresine göre farklılaşmaları ve ilişkilerde romantik kıskançlık ve psikopatolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelediği araştırması sonucunda, romantik kıskançlığın yaşa ve cinsiyete, ilişki durumuna, şu anki ilişkinin süresine ve şu anki partnerle paylaşımların niteliğine göre farklılaşma gösterdiğini ortaya koymuştur. Kıskançlığın hem duygusal hem de iletişimsel ifadelerinin saplantılı ve korkulu bağlanma gösteren kişilerde güvenli ve kayıtsız bağlananlara göre daha fazla olduğu, kıskançlık tetiklendiği durumlardaki duygusal yoğunluk yaşanan duyguya göre farklılaştığı ve bu ilişkinin ayrı ayrı yetişkin bağlanma şekilleri ve tehdit evresine göre değişiklik gösterdiği bulunmuştur.

Yerlikaya (2015), kıskançlıkta cinsiyet farkları, bu farka etki edebilecek cinsel yönelim, ilişki durumu, ilişki deneyimi, aldatma ve aldatılma deneyimi, cinsiyet rolleri gibi başka değişkenleri de incelediği araştırmasında, kadınların duygusal sadakatsizlikten, erkeklerinse iki sadakatsizlik türünden hemen hemen eşit derecede rahatsız olduğunu, homoseksüel erkeklerin, heteroseksüel erkeklere göre daha fazla duygusal sadakatsizlikten rahatsızlık duyduklarını ortaya koymuştur.

2.2.2. Romantik Kıskançlıkla İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Lester, Deluca, Hellinghausen ve Scribner (1985) tarafından romantik kıskançlık ve irrasyonel düşünceler üzerine yapılan bir araştırmada, aşka yönelik daha romantik tutumu olan bireylerin daha kıskanç olarak tanımlandıkları, yüksek kıskançlık düzeyine sahip bireylerin daha yüksek rasyonel olmayan inançları olduğu, benlik saygısı ile aşka yönelik tutumlar arasında ilişki olmadığı bulunmuştur.

Melamed (1991) romantik kıskançlıktaki bireysel farklılıkları, yaşları 19 ile 61 arasında değişen, evli, birlikte yaşayan ya da flört ilişkisinde olan 41 erkek ve 59 kadın katılımcı üzerinde araştırdığı araştırmasında, kıskançlığı önceki “ilişkilerindeki kıskançlık, benlik saygısı, nevrotiklik, ilişkinin uzunluğu ve katılımcıların yaşı” ile ilişkili bulurken “yakınlık” değişkeni ile ilişkili olmadığını ortaya koymuştur. Bunun yanında kıskançlık ve kişilik arasındaki ilişkinin flört durumundaki çiftlerde daha belirgin olduğu da araştırmaya ait diğer sonuçlardadır.

Deutsch (2006), eş değeri (relative mate value), irrasyonel inançlar ve romantik kıskançlık arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, romantik ilişki içerisinde bulunan bireylerde eş değerinin romantik kıskançlığı etkileyip etkilemediği, romantik kıskançlıkla irrasyonel inançlar arasında ilişki olup olmadığına, üçüncü olarak da, eş değeri ve romantik kıskançlık arasındaki ilişkide irrasyonel inançların moderatör/aracı bir rolü olup olmadığını araştırdığı araştırmasında, romantik kıskançlığın irrasyonel inançlarla yüksek ilişkisi olduğu, eş değeri ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı, irrasyonel inançların da eş değeri ve romantik kıskançlık arasındaki ilişkide aracı bir rolü olmadığını bulmuştur.

Murphy, Vallacher, Shackelford, Bjorklund ve Yunger (2006), üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerdeki duygusal ve cinsel aldatmaya karşılık oluşan romantik kıskançlıktaki cinsiyet farklılıklarını araştırmış, araştırma sonuçları da kadınların daha çok duygusal, erkeklerin ise daha çok cinsel aldatılmaya yönelik kaygı yaşadıkları hipotezini doğrulamış ve özellikle erkeklerde daha belirgin farklar ortaya çıkmış ve daha önceden ilişki deneyimi olmayan erkeklerin bile cinsel aldatılmaya karşı yüksek düzeyde tedirginlik yaşadıkları bulunmuştur.

Warber (2007), yetişkin romantik ilişkilerinde bağlanma, romantik kıskançlık ve saldırganlığın farklı biçimlerinde, cinsiyetin ve toplumsal cinsiyet rollerinin etkisini araştırdığı çalışmada, romantik ilişkilerde bağlanma, saldırganlık ve romantik

kıskançlık arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve cinsiyete özgü farklı etkileri olduğunu göstermektedir. Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rolünün etkisi her zaman çok güçlü olmasa da bu çalışmada biyoloji, evrim ve sosyalleşme etkileşim halinden olup bağlanma, saldırganlık ve romantik kıskançlık değişkenlerini etkilediği ortaya konmuştur.

Mroz (2009), sosyal karşılaştırma süreci ile romantik kıskançlık arasındaki ilişkiyi niteliksel araştırma yöntemi ile gerçekleştirdiği 38 katılımcıdan kıskançlığı tetikleyen deneyimlerinin tarif edilmesini istemiş ve yapılan analizler sonucunda araştırma sonuçları bireylerin romantik kıskançlığı tetikleyen durumlardaki yaşantılarında kendi pozitif öz değerlendirmelerini korumak için sosyal karşılaştırmayı kullandıklarını desteklemiştir.

Powell (2010), yaş aralığı 18-24 olarak değişen katılımcılar ile gerçekleştirdiği rakibe karşıtlık, romantik kıskançlık ve saldırganlığın tahmincileri olarak rakibin üstünlüğü, cinsiyet, kronik kıskançlık ve narsizm üzerine yapmış olduğu araştırmasında, yüksek statüdeki rakibe karşı hasetin artmasına ve ardından da rakip kıskançlığının oluşmasına neden olduğunu, kadınların erkeklere oranla daha çok rakip yönelimli kıskançlık yaşadığını ve yüksek kronik kıskançlık ile düşük narsizm arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu bulmuştur.

Gehl (2010), üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlığın yaşanması ve ifadesinde öncül bir faktör olarak kişiliği araştırdığı çalışmasında, yetişkin bağlanma boyutlarının romantik kıskançlık yaşantılarının ve kıskançlığın ifade edilmesinin güçlü belirleyicileri olma eğiliminde olduğu ve diğer kişilik değişkenleri ile de önemli ve anlamlı ilişkiler sergilediği bulunmuştur.

German'ın (2012), romantik kıskançlıkta depresyonun etkisini araştırdığı çalışmasında, kıskançlığı tetikleyen durumlar ile depresyon, stres algısı, öz eleştiri ve duygusal kıskançlık durumları arasında ilişki bulunmuştur.

Elphinston, Feeney, Noller, Connor ve Fitzgerald'ın (2013), romantik kıskançlık ve ilişki memnuniyeti üzerine yaptıkları araştırmalarında, bilişsel kıskançlık ve izleme davranışlarının ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu, aynı konu üzerinde düşünüp durmanın da (rumination) romantik kıskançlık ve ilişki memnuniyetsizliği arasındaki ilişkiyi açıklayan bir faktör olduğu bulunmuştur.

Attridge (2013), 229 üniversite öğrencisinin evlilik öncesi ilişkilerinde romantik kıskançlığın olumlu ve olumsuz yanlarını araştırdığı çalışmasında, kıskançlığın pozitif yanları üzerinde durmuş, araştırma sonucunda duygusal/tepkisel kıskançlığın genellikle

olumlu, bilişsel/şüpheli kıskançlığın da olumsuz olarak nitelendirildiği, davranışsal kıskançlığın da oyun ve tutkulu davranışlar gibi aşk stilleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Dandurand ve Lafontaine (2013), kıskançlık, yakınlık ve çift doyumu üzerine yaptıkları bir araştırmada, duygusal yakınlaşma ve eş zamanlı olarak cinsel yakınlaşma ile çift doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuş ve romantik bağlanmanın, kıskançlığın çeşitli yönleri ile çift doyumu arasındaki ilişkiyi güçlü bir şekilde etkilediğini ortaya koymuştur.

Nelson(2014), üniversite öğrencileri üzerinde öz denetimin romantik kıskançlığa etkisini araştırdığı iki ayrı çalışma yapmış, araştırma sonuçları öz denetimin duruma bağlı olarak değişiklik göstermediği ve kadınlar ve erkekler arasında aldatma türlerinde farklılık olmadığı, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek öz denetim gösterdiği, kronik kıskançlık ve sürekli öz denetimin ilişkili olduğu, kıskançlık yaşantılarının öz denetim üzerinde etkisi olmadığı yönünde olmuştur.

Zandbergen'in (2014), 145 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirdiği romantik kıskançlıkta toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel farklılıklarla ilgili yapmış olduğu araştırmasında, duygusal aldatmada toplumsal cinsiyet rollerinin kültürden daha fazla belirleyici bir faktör olduğu, cinsel aldatmada ise kültürün toplumsal cinsiyet rollerine göre daha belirleyici olduğu görülmüştür. Bunlarla birlikte aldatılmaya yönelik kıskançlıkta ortaya çıkan temaların zaman, bağlılık beklentileri, sosyal medya ve benlik saygısı olduğu bulunmuştur.

Blomquist (2014), genç yetişkinlerde yakın ilişkilerde kıskançlıkla ilgili yapmış olduğu çalışmada, kız ve erkeklerde kıskançlığın aynı şekilde deneyimlendiğini fakat dostluklardaki kıskançlıkla romantik ilişkilerdeki kıskançlığın belirgin farklı niteliklere sahip olduğunu bulmuştur.

2.2.3 İlişki İnançları İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Beştav (2007), üniversite öğrencilerinde rasyonel olmayan ilişki inançları, aşka ilişkin tutumlar, bağlanma stilleri ve bazı değişkenlerin romantik ilişki doyumuna olan görece katkısını incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmada, romantik ilişkilerden sağlanan doyum ile “kadın ve erkek birbirini anlayamaz”, “anlaşmazlık yıkıcıdır ” ve “kadın ve erkeklerin “ilişki ihtiyaçları farklıdır”, “zihin okuma beklentisi”, gibi akılcı olmayan ilişki inançları arasında negatif yönde ilişki olduğunu ve ilişki doyumunun

yordanmasında, “zihin okuma beklentisi” şeklinde ifade edilen akılcı olmayan inanç türünün anlamlı katkısı olduğunu ortaya koymuştur.

Sarı (2008), üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları bağlanma boyutları, ilişki doyumu, yaş ve cinsiyet gibi birtakım değişkenlere göre incelemiş ve “zihin okuma, cinsiyet farklılıkları ve farklı düşünmek” gibi romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlara ilişkin alt boyutların bağlanmanın kaygı alt boyutunu olumlu olarak yordadığı; aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık ile ilgili rasyonel olmayan inançların da hem bağlanmanın kaygı alt boyutunu hem de ilişki doyumunu olumlu olarak yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Yine aynı çalışmasında romantik ilişkilerde akılcı olmayan ilişki inançların belirlenebilmesi amacı ile yazar tarafından “Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği” geliştirilmiştir.

Malkoç ve Erginsoy’a (2008), ait rekabetçi tutum özellikleri ile ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, , bilişsel çarpıtmalar ve kıskançlık değişkenlerinin rekabetçiliği etkileyen, önemli bir faktör olduğu, bilişsel çarpıtmaların gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve çok boyutlu kıskançlığın davranışsal kıskançlık boyutunun rekabetçi tutum özelliklerini anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Turan (2010), üniversite öğrencilerinin ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolünü incelediği çalışmasında; benlik saygısı ile yalnızlık değişkenlerinin ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmada önemli faktörler olduğu bulgusuna ulaşarak, benlik saygısı düştükçe ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtma düzeyinin önemli bir biçimde arttığı, yalnızlık düzeyi düştükçe ise ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtma düzeyinin önemli bir biçimde azaldığını ortaya koymuştur. Cinsiyet, yaş ve romantik ilişki yaşama durumunun ise ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmada önemli faktörler olmadığı ortaya çıkan bulgular arasındadır.

Tufan Çetin (2010), evlilik doyumunun yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları incelediği çalışmasında, cinsiyetin, yaşın, gerçekçi olmayan ilişki beklentisinin, zihin okumanın, kaçınmalı ve kaygılı bağlanmanın evlilik doyumunun anlamlı birer yordayıcısı olduğu ve bununla birlikte toplam varyansın az bir kısmını açıklamış olmakla birlikte, “yakınlıktan kaçınma”nın evlilik doyumunu negatif yönde anlamlı olarak yordamakta olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Küçükarslan (2011), romantik ilişkilere yönelik inançları üniversite öğrencilerinde romantik ilişki yaşama durumu cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf düzeyi

gibi birtakım değişkenler açısından incelediği araştırmasında, erkeklerin kızlara oranla romantik ilişkilere yönelik inançlardan “aşk bir yol bulur” ile “ilk görüşte aşk” inançlarına, birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinin “ilk ve tek” ile “idealleştirme” inançlarının dördüncü sınıflara göre daha yüksek düzeyde olduğu; daha öncesinde romantik ilişkisi olan öğrencilerin “aşk bir yol bulur”, “ilk ve tek” ile “idealleştirme” gibi ilişki inançlarının daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada yazar tarafından Sprecher ve Metts’ e ait (1989) Romantik İnançlar Ölçeğinin Türkçe’ye uyarlaması yapılmıştır.

Gizir (2013)’e ait olan üniversite öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelendiği araştırmasında; üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumuna göre farklılık gösterdiği, erkek öğrencilerin romantik ilişkilere yönelik inançlardan “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” ve “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” inançlarına kızlara oranla daha yüksek düzeyde sahip oldukları, “daha önce yaşamayıp, şimdi romantik bir ilişki yaşayan” öğrencilerle “daha önce ve şimdi romantik bir ilişki yaşayan” öğrencilerindeki gruplardaki öğrencilere nazaran daha yüksek düzeyde akılcı olmayan ilişki inançlarına sahip oldukları bulunmuştur.

Saraç (2013), tarafından üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ile evlilik öncesi ilişkiye dair algıları ve ilişki doyumları arasındaki ilişki araştırılmış, ilişkiden algılanan doyumu yordayan değişkenlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeğine ait "Cinsiyet Farklılıkları", "Aşırı Beklentiler", "Farklı Düşünmek" gibi alt boyutları ile Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeğine ait "Dini Değerler", "İletişim", "Arkadaş İlişkileri", "Aile İlişkileri" alt boyutları olduğu ve "Aşırı Beklentiler" alt boyutu puanları yükseldikçe ilişki doyumunun puanlarının da yükseldiği, "Farklı Düşünmek" ve "Cinsiyet Farklılıkları" alt boyutu puanları yükseldikçe de ilişki doyumuna ait puanların düştüğü ortaya çıkan bulgulardan olmuştur.

Aslan Dölen (2014) yakın ilişkileri olan üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerine bağlanımları ile romantik ilişkilerine yönelik akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında bağlanımın alt boyutlarından biri olan doyum ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlardan “Fiziksel Yakınlık” ile “Cinsiyet Farklılıkları” arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulurken, “Aşırı Beklentiler”, “Zihin Okuma”, “Sosyal Zaman Kullanımı” ve “Farklı Düşünmek”

arasında anlamlı ilişkiler olmadığını ortaya koymuştur. Bunun yanında yine “Alternatifler” alt boyutu ile “Fiziksel Yakınlık” arasında pozitif yönde; “Zihin Okuma”, “Farklı Düşünmek” ile negatif yönde; “Aşırı Beklentiler”, “Sosyal Zaman Kullanımı” ve “Cinsiyet Farklılıkları” arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur. “Yatırım” alt boyutu ile ise “Sosyal Zaman Kullanımı”, “Zihin Okuma” ve “Farklı Düşünmek” arasında pozitif yönde ilişki; “Aşırı Beklentiler” alt boyutu ile negatif yönde ilişki ortaya çıkan bulgulardandır.

Küçükçelik’e (2015) ait ilişkiye yönelik bilişsel çarpıtmalar ile inançların evlilik uyumuna etkisinin araştırıldığı çalışmada, inançlar ile de bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumunu etkilediği; ilişkilerde inanç ölçeğinin alt boyutlarından olan çaresizlik ve sevelemelik ile evlilik doyumu arasında ve yine aynı şekilde evlilik doyumu ile İlişkilere Yönelik Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği’nin alt boyutlarından “zihin okuma”, “yakınlıktan kaçınma” ve “gerçekçi olmayan ilişki beklentisi” arasında negatif ilişki olduğu bulunmuştur.

2.2.4. İlişki İnançları İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Metts ve Cupach (1990), tarafından 322 üniversite öğrencisi ile fonksiyonel olmayan ilişki inançları, problem çözme şekilleri ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada, fonksiyonel olmayan ilişki inançları ile yıkıcı problem çözme yollarından çıkış ve ihmal arasında pozitif bir ilişki bulunurken, yapıcı problem çözme şekillerinden konuşma ile negatif bir ilişki bulunmuştur. İlişki doyumu ile hem fonksiyonel olmayan inançlar hem de problem çözme biçimlerinin ilişkili olması da ortaya çıkan diğer sonuçlardandır.

Sullivan ve Schwebel (1995), genç yetişkinlerin ilişki beklentilerini, ilişkilerdeki irrasyonel inançlarının seviyesini ve şimdiki ilişkilerindeki doyumu ölçmeyi amaçladıkları iki çalışma yapmışlardır. Araştırmanın sonucu düşük irrasyonel ilişki inançlara sahip bireylerin, yüksek akılcı olmayan inançlara sahip kişilere göre daha yüksek ilişki doyumu eğilimi olduğunu ortaya koymuştur. Katılımcıların flört, nişanlılık ve evlilik dönemlerinde kendi ilişki doyumlarına dair ortalamanın üzerindeki beklentileri bulunduğu ve ilişki doyumunun seviyesinin flört döneminden evliliğe kadar artış gösterdiği (çiftlerin deneyimlerinin aksi bir sonuç olarak) ortaya çıkan sonuçlardandır. Ayrıca düşük ilişki inançlarına sahip katılımcıların partnerlerinin, şu anki flört ilişkilerini oldukça doyumlu buldukları bulunmuştur.

DeBord, Romans ve Krieschok (1996), evli ya da birlikte yaşayan çiftlerde genel irrasyonel inançlar ve ilişkilere dair inançların algılanan romantik ilişki kalitesine etkisini araştırdıkları çalışmalarında, genel ilişki inançlarını ölçmek için “İlişki İnançları Testi”ni (Irrational Beliefs Test); (Jones,1968) ve ilişkilere dair spesifik inançları ölçmek amacıyla da İlişki İnançları Ölçeği’ni (Relationship Belief Questionnaire), (Romans & DeBord, 1994) kullanmışlardır. Araştırma sonucunda, yüksek düzeyde irrasyonel ilişki inançları yüksek düzeyde çift uyumu ile açıklanırken beklenin aksine yüksek düzeydeki genel irrasyonel inançların düşük çift uyumu ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Sprecher, Cate ve Levin (1998), tarafından gerçekleştirilen boşanmış ailelerden gelen ya da gelmeyen üniversite öğrencilerini aşk ve romantik ilişkilerle ilgili inanç ve tutumları açısından karşılaştırdıkları çalışmada, ebeveyn boşanmasının ergenlik ve genç yetişkinlikte sevgi ve ilişki inançlarının gelişiminde önemli bir rolü olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Sprecher ve Metts’in (1999) romantik inançların ilişkilere ve ilişkilerin zaman içinde değişimine etkisi ile ilgili yaptığı çalışmada, romantik ilişki inançlarının partnere duyulan aşka etkisi, ilişkideki olumlu duygular ve ilişkinin dayanıklılığının nasıl sağlandığının araştırılmasının yanında, zaman içinde ilişki şekil değiştirdiğinde ilişkiye dair inançların nasıl değiştiği gibi sorular araştırılmıştır. Romantik ilişki inançları, aşk, doyum ve ilişkiye dair vaatlerle pozitif ilişkili bulunmuştur fakat zaman içinde bu duyguların değiştiği de ortaya çıkan bulgulardandır. Bunların dışında çiftlerin romantizm düzeyi araştırmanın dört yılı içinde ilişkinin devam edeceğini ya da sonlanacağını öngörememektedir. Romantizm değerinin çiftlerin nişanlanma durumu gibi ilişki geçişlerinde de düşme eğiliminde olduğunu gösterir bulgular ortaya çıkmıştır.

Haferkamp(1999), tarafından ilişki inançları ile televizyon izleme alışkanlığı, dizi izleme alışkanlığı ve kendini izleme davranışı arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada, yüksek televizyon izleme alışkanlığı ile ilişki inançları ve dizi izleme alışkanlığı ile çiftler arasındaki inançlardan zihin okuma beklentisi ilişkili bulunmuştur. Cinsiyetlerde de farklılaşma olduğu ortaya çıkan diğer bulgulardandır.

Sharp ve Ganong (2000), üniversite öğrencilerinde evlilik beklentileri hakkında bilinçlendirmede bütüncül öğrenmenin gerçekçi inançları ve ilişki inançlarına etkisini araştırdıkları çalışmalarında, bütüncül öğrenme sonucu gerçekçi olmayan inançlarda ve romantik ilişki inançlarında azalma olacağı ile ilgili hipotez doğrulanmıştır. Bunun yanında, karşılaştırmalı ve bütüncüleyici öğrenme gruplarının her ikisinde de gerçekçi

olmayan inançlar açısından azalma olduğu bulunmuştur. Her iki grupta da bayanların daha az gerçekçi olmayan inançlar ve ilişki inançları olduğu bulunmuştur.

Mahl (2001), boşanmış aileye sahip olmanın genç yetişkinlerde ilişki inançlarına etkisinin araştırdığı çalışmasında, 28 üniversite öğrencisi ile nitel bir araştırma gerçekleştirerek onların romantik ilişkileri ve ailelerinin boşanma yaşantıları üzerine görüşmeler gerçekleştirmiştir. Araştırma sonuçları ailelerin boşanmasının sadece olumsuz bir olay olarak görülmemesi gerektiği, aksine ailelerdeki boşanmaların aile ilişkilerini geliştirdiğini gösteren birçok durumun bulunduğunu ortaya çıkarmıştır.

Sprecher ve Toro-Morn (2002), ilişki inançlarını cinsiyetler ile Kuzey Amerika (Amerika kültürü içinde birden fazla alt kültürler de yer almıştır) ve Çin olmak üzere iki farklı kültür açısından benzerlik ve farklılıkları karşılaştırdıkları araştırmalarında, Çin kültürünün Amerikan kültürüne nazaran aşka yönelik daha idealist ve uygulamaya dönük bir yaklaşımı bulunmuştur. Genel olarak bakıldığında ilişki inançlarında kültürler arası farkların cinsiyetler arası farklara nazaran daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Bazı ilişki inançları açısından etnik kökene ve ırklara ait farklılıklar bulunsa da, cinsiyet farklılıkları ve benzerlikleri açısından Amerikan kültürü içindeki alt kültürler arasında farklılık olmadığı da ortaya çıkan sonuçlardandır.

Stackert ve Bursik'in (2003) araştırmasında, yetişkin bağlanma stilleri, cinsiyetlere göre akılcı olmayan ilişki inançları ve romantik ilişki doyumu üzerinde çalışmış, çalışmasında yetişkin bağlanma stillerinin (güvenli, kaygılı-kararsız, çekingen) ilişkilerdeki belirgin irrasyonel inançlarla ilişkisinde bireysel farklılıkların olup olmadığı ile akılcı olmayan ilişki inançlarının ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkili olup olmadığı gibi sorulara yanıt aramıştır. Araştırma sonuçları kaygılı-kararsız ve çekingen bağlanma stillerinin güvenli bağlanma stiline göre akılcı olmayan inançlarla önemli ölçüde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca araştırmada cinsiyetler açısından da bir dizi belirgin akılcı olmayan inanç olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte, güvensiz bağlanma stilleri ile ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlara güçlü bağlılığın düşük ilişki doyumu ile ilişkili olduğu ortaya çıkan bulgulardandır.

Goodwin ve Gaines (2004) tarafından ilişki inançları ve kültürler arası ilişki kalitesi üzerine yapılan çalışmada, ilişki inançları ile ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ülkelerin etkisine bakıldığında ise, araştırmaya dahil edilen üç ülkeden (Rusya, Macaristan ve Gürcistan) işlevsiz ilişki inançlarının ilişki kalitesine etkisini Macaristan'ın diğer ülkelere göre dört katı daha fazla açıkladığı ortaya çıkan bulgulardandır.

Weawer ve Ganong'ın (2004) Afrika Kökenli Amerikalılar ve Avrupa Kökenli Amerikalıların ilişki inançlarına yönelik faktör yapısını araştırdıkları çalışmalarında, İlişki inançları açısından farklılıklar ortaya çıktığı bulunmuştur.

Anderson (2005), internet kullanımı, romantik ilişki inançları ve internet ortamında yaşanan romantik ilişkilere yönelik algılar arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. İnternet ortamında yaşanan romantik ilişkilere yönelik algılar ile zamanını internet ortamında geçirme ve internete ilgili olmak arasında pozitif ilişki bulunurken, gerçekçilik algısı ve romantik inançlar arasında bir ilişki bulunamadığı görülmüş ve romantik ilişki inançlarının ilişkilerin daha geleneksel kavramları ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin toplanması amacıyla kullanılacak ölçme araçları ve bunlarla ilgili geçerlik-güvenirlik çalışmaları, verilerin toplanması ve istatistiksel analizlerde kullanılacak yöntemler hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik karşılaştırma türü ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırmadır (Karasar, 2003). Bu çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyi ve romantik ilişki inançları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca romantik kıskançlık ve romantik ilişki inançları düzeylerinin cinsiyet, kendini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama, geçmişte romantik ilişki deneyimi olup olmaması ve şundaki ilişki yaşama durumu gibi değişkenler açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evrenini, Çukurova Üniversitesi'nin çeşitli fakülteleri ve bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem ise, Çukurova Üniversitesi'nde yer alan fakültelerden seçkisiz/random örnekleme türlerinden “iki aşamalı örnekleme” yöntemi ile seçilmiş yaklaşık 554 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem öncelikli olarak random şekilde 5 fakültenin seçilmesi, ikinci aşama olarak da örneklem sayısına ulaşana kadar 11 bölümün de random yollarla seçilmesi ile oluşturulmuştur. Öğrencilerin ölçeklerde verdikleri yanıtlardaki eksiklik ve hatalar nedeni ile örnekleme de yer alan öğrenci sayısı 509'a düşmüştür. Örnekleme giren öğrencilerin genel dağılımı ve demografik özellikleri Tablo 3, Tablo 4 ve Tablo 5’de gösterilmiştir.

Örnekleme de yer alan öğrencileri Çukurova Üniversitesi'nin Eğitim Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Fen- Edebiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Güzel Sanatlar fakültesi olmak üzere 5 fakülte ve bu fakültelerin 11 bölümünde öğrenim

görmekte olan, yaş aralıkları 18 ile 34 arasında değişen, 267 kız (%52.4) ve 240 erkek(%47.1) oluşturmaktadır. 2 öğrencinin ise cinsiyet seçeneğini boş bıraktığı görülmüştür. Bu dağılıma baktığımızda örnekleme alınan öğrencilerin cinsiyete göre dağılımlarının dengeli olduğunu söyleyebiliriz. Örnekleme yer alan öğrencilerin cinsiyetlere ve fakültelere göre dağılımları da Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3

Öğrencilerin Cinsiyetlerine ve Bölümlerine Göre Dağılımları ve Yüzdeleri

Fakülteler	Kız		Erkek		Toplam	
	f	%	f	%	f	%
Eğitim Fakültesi	103	20.4	30	6.5	133	26.9
Mühendislik Fakültesi	57	11.2	137	15.6	194	26.8
Fen Edebiyat Fakültesi	37	7.3	35	6.9	72	14.2
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	59	11.7	32	6.3	91	18
Güzel Sanatlar Fakültesi	11	2.2	6	1.2	17	3.4

Tablo 3’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerden eğitim fakültesinde öğrenimine devam edenlerin %20.4’ü kız, %6.5’i ise erkek olmak üzere toplamda 133 öğrencidir (%26.9). Mühendislik fakültesine devam eden öğrencilerin %11.2’si kız, %15.6’sı ise erkek olmak üzere toplamda 194 öğrenci (%26.8); Fen-Edebiyat Fakültesine devam eden öğrencilerin %7.3’ü kız, %6.9’u erkek, toplamda 72 öğrenci (%14.2) ve İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesine devam eden öğrencilerin %11.7’si kız, %6.3’ü erkek, toplamda 91 öğrenci (%18) son olarak da Güzel Sanatlar Fakültesi’nde öğrenimine devam edenlerin %2.2’si kız, %1.2’si erkek, toplamda 17 öğrenci (%3.4) olduğu görülmektedir.

Örnekleme yer alan öğrencilerin anne ve babalarının öğrenim durumlarına göre dağılımları Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4

Örnekleme Oluşturan Öğrencilerin Anne Babalarının Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımları ve Yüzdeleri

Öğrenim Durumu	Anne		Baba	
	f	%	f	%
Okur –yazar değil	64	12.5	14	2.7
Okur yazar	41	8.0	27	5.3
İlkokul mezunu	182	35.7	143	28.0
Ortaokul mezunu	68	13.3	73	14.3
Lise mezunu	108	21.2	114	22.4
Yüksekokul mezunu	-	-	109	21.4
Üniversite Mezunu	40	7.8	3	0.6
Lisansüstü	2	0.4	-	-

Tablo 4’deki örnekleme yer alan öğrencilerin anne ve babalarının öğrenim durumlarına baktığımızda, öğrencilerin 64’ünün (%12.5) annesinin, 14’ünün (%2.7) de babasının okur- yazar olmadığı; okuma yazma bilen ve ilkokul mezunu olmayan annelerin sayısının 41 (%8), babaların sayısının ise 27 (%5.3) olduğu görülmektedir. Yine örnekleme yer alan öğrencilerin 182’sinin (%35,7) annesi, 143’ünün de (%28) babası ilkokul mezunudur. Annesi ortaokul mezununu olan öğrencilerin sayısı 68 (%13.3) iken annesi lise mezunu olan öğrencilerin sayısının 108 (%21.2) olduğu, ortaokul mezunu babaların sayısının 73 (%14.3), lise mezunu olan babaların sayısının da 114(%22.4) olduğu görülmektedir. Tablo 3’ e göre, örnekleme babası yüksekokul mezunu olan 109 öğrenci bulunurken, yüksek okul mezunu annesi olan hiç öğrenci olmadığı görülmektedir. Örnekleme yer alan öğrencilerden annesi lisans mezunu olan 40 öğrenci (%7.8) varken babası lisans mezunu olan 3 (%0.6) öğrenci bulunduğu, örnekleme yer alan öğrencilerden yalnızca 2’sinin (%0.4) annesi lisans üstü öğrenim mezunu iken, babaları lisansüstü öğrenime devam eden hiç öğrenci bulunmadığı görülmektedir. Örnekleme oluşturan üniversite öğrencilerinin anne ve babalarının birliktelik durumlarına ilişkin bilgiler ise Tablo 5’ te gösterilmiştir.

Tablo 5

Örnekleme Oluşturan Öğrencilerin Anne Babalarının Birliktelik Durumlarına Göre Dağılımları ve Yüzdeleri

Birliktelik Durumu	f	%
Evliler ve birlikte yaşıyorlar	438	85.9
Evliler fakat ayrı yaşıyorlar	5	1.0
Boşandılar	14	2.7
Annem hayatta değil	7	1.4
Babam hayatta değil	38	7.3
Anne ve babam her ikisi de hayatta değil	2	0.6
Diğer	3	0.2

Tablo 5’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun (%85.9) anne ve babasının evli ve birlikte yaşıyor olduğu dikkati çekmektedir. Tablo 4’e göre, öğrencilerden 5’inin (%1) anne ve babasının evli olduğu fakat ayrı yaşadığı, 14 öğrencinin (%2.7) anne ve babasının boşanmış olduğu, annesi hayatta olmayan 7 (%1.4), babası hayatta olmayan 38 (%7.3), anne ve babasının her ikisi de hayatta olmayan da 2 (%0.6) öğrenci bulunduğu görülmektedir. Örnekleme yer alan 3 (%0.2) öğrencinin de anne babalarının birliktelik durumlarına ilişkin “diğer” seçeneğini işaretledikleri görülmektedir.

Bununla birlikte, örnekleme yer alan öğrencilerin üniversite öncesi yaşantılarının büyük bir bölümünün geçtiği yeri 404 öğrencinin (%79.2) il merkezi iken, 74 (%14.5) öğrencinin ilçe, 26 (%5.1) öğrencinin köy, 3 (%0.6) öğrencinin de yurt dışı olarak belirttikleri görülmüştür.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, veri toplamak amacıyla katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin Kişisel bilgi formu, Romantik Kıskançlık Ölçeği (RKÖ) ve İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçme araçları ile ilgili ayrıntılı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Örnekleme oluşturan öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından “Kişisel Bilgi Formu” hazırlanmıştır. Bu formda üniversitede öğrenim gördükleri fakülte ve bölümleri, yaşları cinsiyetleri, medeni durumları, sınıfları, yaşantılarının geçtiği yer, anne ve baba öğrenim durumları,

ailelerinin gelirleri, öğrencilerin daha önceki ve şuanaki romantik ilişki durumları ve ilişki süreleri, öğrencilerin anne babalarının tanışıp evlenme şekilleri ve anne babalarının şu anki birliktelik durumlarına ilişkin sorular yer almaktadır.

3.3.2. Romantik Kıskançlık Ölçeği (RKÖ)

Romantik Kıskançlık Ölçeği, kıskançlığı çok boyutlu olarak değerlendirmek amacıyla Pines ve Aronson tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk toplumuna uyarlanması ise Demirtaş (2004) tarafından yapılmıştır. Uyarlama aşamasında ilk olarak ölçekte yer alan maddeler iki sosyal psikolog ve bir yabancı dil uzmanı aracılığıyla Türkçe'ye çevrilmiş, ardından üç farklı çevirideki ortak olan ve olmayan maddelerin karşılaştırılmış ve getirilen öneriler doğrultusunda da son düzeltmeler yapılmıştır.

Ölçek 129 maddeden oluşan 1-7 arası likert tipi bir ölçektir(1=hiç katılmıyorum, 7=tamamen katılıyorum) ve ters puanlanan maddeler bulunmamaktadır. Ölçek; kıskançlık tetikleyicileri (1., 2. ve 3. tür tetikleyiciler); kıskançlık durumunda verilen tepkiler (fiziksel, duygusal ve bilişsel); kıskançlığın etkileri (olumlu, olumsuz); kıskançlığın nedenleri (yetersizlik ve kaybetme korkusu); kıskançlıkla baş etme yöntemleri (çıkış, konuşma, bağlılık, umursamama) olarak adlandırılan 5 alt ölçekli bir yapıya sahiptir . Araştırmamıza bu alt ölçeklerin tamamı dahil edilmiştir. Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin alt ölçekleri ve madde sayıları Tablo 6' da verilmiştir.

Tablo 6

Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt ölçekler ve Madde Sayıları

Alt Ölçekler	Faktörler	Maddeler	Toplam Madde Sayıları
Kıskançlık Tetikleyicileri	1.Tür Tetikleyiciler 2.Tür Tetikleyiciler 3.Tür Tetikleyiciler	1-8. Maddeler 16-22. Maddeler 9-15. Maddeler	22
Kıskançlık Durumunda Verilen Tepkiler	Fiziksel Duygusal Bilişsel	23-41. Maddeler 42-64. Maddeler 65-81. Maddeler	59
Kıskançlıkla Baş etme Yöntemleri	Yıkıcı Çıkış Başetme Umursamama Yapıcı Bağlılık Başetme Konuşma	83,85,89,92,93,95,96 87,91,94,98 84,86,88,97 82,90	17
Kıskançlığın Etkileri	Olumlu Olumsuz	99-106. Maddeler 107-113. Maddeler	15
Kıskançlığın Nedenleri	Yetersizlik Duygusu Kaybetme Korkusu	114,115,116,117,123,124 125,126,127,128 118,119,120,121,122,129	16
Romantik Kıskançlık Ölçeği			129

Ölçeğin Geçerlilik ve güvenirlik çalışması Hacettepe, Ankara ve Başkent Üniversitelerinin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan 246'sı kız ve 168'i erkek, 414 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin ölçüt geçerliliğini ortaya koymak amacıyla, Hendrick, Hendrick ve Dicke tarafından 1998 yılında geliştirilmiş ve Türkiye'de geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları 2004 yılında Büyüksahin ve Hovardaoğlu tarafından yapılmış olan Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form'u (Love Attitudes Scale: Short Form-LAS) kullanılmıştır. Romantik Kıskançlık Ölçeğinin alt ölçekleri ile Aska ilişkin tutumlar ölçeği alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar $-.13$ ile $.47$ arasında değişmektedir. RKÖ'nin yapı geçerliliğini saptamak amacı ile de her bir alt ölçekten alınan puanlara varimaks rotasyonu yolu ile faktör analizi yapılmıştır.

Faktör analizi sonuçlarına göre; Kıskançlık tetikleyicileri alt ölçeği üç faktörlü bir yapı göstermiş ve üç faktörün bir arada toplam varyansın %69.01'ini; Kıskançlık durumunda verilen tepkiler üç faktörlü bir yapıya sahip olmakla birlikte, üç faktör toplam varyansın %40.51'ini; kıskançlığın nedenleri alt ölçeği de, 2 faktörlü bir yapı göstermiş ve toplam varyansın %55,20'sini; Kıskançlığın Etkileri alt ölçeği iki faktörlü bir yapıya sahip olup toplam varyansın %58.93'ünü; Kıskançlıkla Baş etme Yöntemleri ise dört faktörlü bir yapıya sahip olup toplam varyansın %49.40'ını açıkladığı görülmüştür. Bu değerler envanterin geçerli olduğuna katkı sağlamaktadır. Romantik

Kıskançlık Ölçeğinin iç tutarlılık (Cronbach alfa) katsayısı 0.92, iki yarı güvenilirliği de 0.72'dir. Bu değerler de envanterin güvenilir bir envanter olduğunu göstermektedir.

3.3.3. İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ)

İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ), romantik ilişkilere yönelik işlevsel olmayan ilişki inançlarını ölçmek amacıyla Romans ve DeBord (1995) tarafından geliştirilmiştir. Orijinal ölçek toplam 71 madde, 9 faktör ve 6'lı likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puanlar akılcı olmayan romantik ilişki inançlarını göstermektedir. Özgün ölçeğin toplam puanı dikkate alarak hesaplanan Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .95 iken, 9 faktör için ise, Cronbach alfa değeri .68 ile .91 arasında değişiklik göstermektedir.

İlişki İnançları Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları ise Gizir (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmaları sonucunda, temel ilişki inançlarını betimleyen, ayırt edici özelliklere sahip 6 faktör ve 37 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipi (1=hiç katılmıyorum, 5=tamamen katılıyorum) derecelendirme üzerinden ele alınan bir ölçek elde edilmiştir. Bununla birlikte ölçeği oluşturan faktörlerin hepsi birlikte "İşlevsel Olmayan İlişki İnançları" diye adlandırılan tek boyutlu bir yapı oluşturabildiği görülmüştür. Ölçekten en düşük 37, en yüksek 185 puan alınabilmekte ve ters puanlanan maddeler bulunmamaktadır. İlişki İnançları Ölçeği'ne ait faktörler, maddeler ve madde sayıları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7

İlişki İnançları Ölçeği(İİÖ) Faktörler, Maddeler ve Madde Sayıları

	Faktörler	Maddeler	Toplam
Faktör 1	" Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız"	1,7,13,19,25,31,34,37	8
Faktör 2	"Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz"	2,8,14,20,26,32	6
Faktör 3	"Her şeyi Birlikte Yapmalıyız"	3,9,15,21,27	5
Faktör 4	"Birbirimizin Bütün İhtiyaçlarını Karşılmalıyız"	4,10,16,22,28,33,36	7
Faktör 5	"Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz"	5,11,17,23,29	5
Faktör 6	" Romantik İdealizm"	6,12,18,24,30,35	6
İşlevsel Olmayan İlişki İnançları			37

İlişki İnançları Ölçeği'nin yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmış ayırt edici özelliklere sahip 6 faktör ve 37 maddeden oluşan kuramsal ve istatistiksel açıdan uygun bulunan bir yapı elde edilmiştir. Ölçekteki 6 faktörün aralarındaki ilişkileri betimleyen Pearson korelasyon katsayılarına göre; değişkenler arasında .552 ile .692 arasında değişiklik gösteren pozitif yönde orta ya da yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Faktörler arasındaki korelasyonlar dikkate alındığında, elde edilen verilere ikinci sıralı faktör analizi uygulanmış ve istatistiksel olarak kabul edilebilir uyum değerlerine sahip “İşlevsel Olmayan İlişki İnançları” adlı tek bir üst boyuta yüklenen 6 faktörlü yapı elde edildiği görülmüştür. Ölçeğe ait faktör yükleri ise .79 ile .94 arasında değişiklik göstermektedir. Elde edilen değerler faktör yüklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin güvenirliğini belirlemek amacıyla yapılan analizler sonucunda ise ölçeğe ait faktörlerin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayılarının .79 ile .85 arasında değişiklik gösterdiği görülmektedir. İlişki İnançları Ölçeğinin toplam puanından elde edilen Cronbach alfa değeri de .95'dir. Yapılan tüm bu çalışmalar sonucundaki bulgular, bu ölçeğin geçerli ve güvenilir olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Romantik Kıskançlık Ölçeği ve İlişki İnançları Ölçeği'nin uygulanması 2012-2013 Eğitim-Öğretim yılı Nisan ve Mayıs ayları içerisinde gerçekleştirilmiştir. Uygulamalar, bizzat araştırmacı tarafından yapılmıştır. Kullanılan üç ölçme aracının uygulanması, bölümlerdeki hocalar tarafından belirlenen sınıf ve ders saatlerinde gerçekleştirilmiştir. Uygulamadan önce, araştırmanın amacı, veri toplama araçları ve envanterlerin nasıl cevaplandırılacağı hakkında gerekli açıklamalar yapılarak, öğrencilere, Kişisel Bilgi Formu, Romantik Kıskançlık Ölçeği ve İlişki İnançları Ölçeği birlikte tek oturumda verilmiş ve yaklaşık 50-60 dakikalık sürelerde cevaplandığı gözlenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının uygulanması tamamlandıktan sonra, araştırma kapsamındaki ölçekler ve Kişisel Bilgi Formu tek tek kontrol edilmiş, eksik ve hatalı dolduranlar değerlendirmeye alınmamıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları ve diğer bütün istatistiksel

analizlerde SPSS 17.0 paket programından yararlanılmış, bulguların anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında .05 anlamlılık düzeyi ölçüt alınmıştır. Üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık tetikleyicileri, kıskançlık durumunda verilen tepkiler, kıskançlığın etkileri, kıskançlığın nedenleri, kıskançlıkla baş etme yöntemleri alt boyutları ile İlişki İnançları Ölçeğine ait “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız”, “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız”, “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz”, “Romantik idealizm” alt boyutları ve İlişki İnançları Ölçeği toplam puanı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarının ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılım normal olmadığından ve grup sayısı iki olduğundan parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmış, İlişki İnançları Ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Gruplar t Testi yapılmış, normallik sayıltısının karşılanamadığı alt ölçekler için ise yine Mann- Whitney U testi yapılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama değişkeni açısından Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarının ortalamaları ve işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puan ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılım alt boyutların büyük çoğunluğunda normal olmadığından ve grup sayısı iki olduğundan parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki deneyimi olup olmaması değişkeni açısından tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzey ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılımda normallik sayıltısı karşılanamaması sebebiyle parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmış, öğrencilerin İlişki İnançları Ölçeği toplam puanının romantik ilişki deneyimi olup olmamasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Gruplar t Testi yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin şuanda romantik ilişkileri olup olmaması açısından tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzey ortalamaları ve akılcı olmayan ilişki inançları toplam puan ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların

anlamalı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılımda normallik sayıltısı karşılanamamasından parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmıştır.



BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin örnekleme ilişkin bulgular ile üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve romantik ilişki inançları düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeye yönelik toplanan verilerin istatistiksel analizleri sonucunda elde edilen bulgular, araştırma amaçlarının sırasına göre verilmiştir.

4.1. Araştırmanın Örnekleme İlişkin Bulgular

Bu bölümde örnekleme yer alan üniversite öğrencilerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

4.1.1. Örnekleme Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumlarına Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Örnekleme bulunan öğrencilerinin kendilerinin ve partnerlerinin geçmişte romantik ilişki deneyimlerinin olup olmaması ve üniversite öğrencilerinin şuanda bir ilişkilerinin olup olmamasına ilişkin dağılımları Tablo 8’de verilmiştir

Tablo 8

Örnekleme Oluşturan Öğrencilerin Romantik İlişki Deneyimleri, Partnerlerinin Romantik İlişki Deneyimleri ve Şu anda İlişkileri Olup Olmamasına Göre Dağılımları ve Yüzdeleri

Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumları	Var		Yok		Bilmiyorum	
	f	%	f	%	f	%
Geçmişte Romantik İlişki Deneyimi	418	82	91	17.8		
Geçmişte Partnerinin Romantik İlişki Deneyimi	159	31.2	71	13.9	19	8.5
Şuanda Romantik İlişkileri	249	48.8	258	50.6		

Tablo 8’de görüldüğü gibi, örnekleme yer alan üniversite öğrencilerinden % 82’si geçmişte ilişki deneyimi yaşadığını belirtirken, %17.8’i hiç romantik ilişki deneyimi yaşamadığını belirtmiştir. Örneklem oluşturan üniversite öğrencilerinin

partnerlerinin geçmiş ilişki deneyimi yaşama durumlarına baktığımızda ise, 159 (%31.2) öğrenci partnerlerinin geçmişte de ilişkileri olduğunu, 71'i (%13.9) de şu anki partnerlerinin geçmişte ilişkileri olmadığını ifade etmişlerdir. Bununla birlikte Tablo 8'e bakıldığında, örneklemdeki öğrencilerin %48'inin ölçeği doldurdıkları sırada halihazırda bir ilişkilerinin olduğu, %50.6'sının da yalnız olduğu görülmektedir.

4.1.2. Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Birliktelik Sürelerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Örneklemde bulunan öğrencilerin birlikteliklerinin süresine göre dağılımları Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9

Şu Anda Romantik İlişkisi Olan Öğrencilerin Birlikteliklerinin Süresine Göre Dağılımları ve Yüzdeleri

Birliktelik Süresi	f	%
0-5 ay	74	14.5
6 ay -1 yıl	52	10.2
2-5 yıl	103	20.2
6 yıldan fazla	26	5.1

Tablo 9'da görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan üniversite öğrencilerinden şuan ilişkisi olan öğrencilerin %20.2'sinin ilişkisinin 2-5 yıldır devam etmekte, %14.5'inin 0-5 aylık ilişkileri bulunmakta, %10.2'sinin ilişkilerinin 6 ay ile 1 yıl arası bir süredir devam etmekte, %5'inin de 6 yıldan fazla süredir devam eden bir ilişkileri olduğu görülmektedir.

4.1.3 Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Önceki İlişkilerinin Sonlanma Şekillerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Örneklemde bulunan öğrencilerin önceki birlikteliklerinin sonlanma şekillerine göre dağılımları Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10

Örnekleme Oluşturan Öğrencilerin Daha Önceki Romantik İlişkilerinin Sonlanma Şekline Göre Dağılımları ve Yüzdeleri

Romantik İlişkinin Sonlanma Biçimi	f	%
İlişkim hala devam ediyor	163	32
Terk etme	63	12.4
Terk edilme	18	3.5
Aldatılma	19	3.7
Beklediğini bulamama	92	18
Hayal kırıklığı	37	7.3
Diğer	25	4.9

Tablo 10’da görüldüğü gibi örnekleme bulunan öğrencilerin %32’si hala ilişkisinin devam ettiğini belirtirken, geri kalan öğrencilerin %12.4’ü terk etme sonucu, %3.5’i terk edilme sonucu, %3.7’si aldatılma sonucu, %18’i beklediğini bulamama sebebiyle, %7.3’ü de hayal kırıklığı yaşanması sonucunda ilişkilerinin sonlandığını belirtmişlerdir. Bunların dışında %4.9 öğrencinin de ilişkilerinin sonlanma şeklini “diğer” olarak belirttiği görülmüştür.

4.1.4. Örnekleme Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Tanışma Şekilleri, Anne Babalarının Evlenme Şekilleri ve Anne Babalarının Birliktelik Durumlarını Değerlendirmelerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Örnekleme yer alan öğrencilerin tanışma şekillerine bakıldığında, 120 öğrencinin (%23.5) arkadaş ortamı ve bir arkadaşı aracılığı ile tanıştığını belirtirken, 84’ü (%16.1) okul-sınıf ortamında, 13’ü (%2.5) aileler aracılığıyla, 16’sı (%3.1) da internet ortamında tanıştıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin romantik ilişkilerinin başlatan tarafın kim olduğuna ilişkin soruyu ise, katılımcıların 49’u (%9.6) kendilerinin, 90’ı (%17.6) partnerlerinin, 116’ sı (%22.7) da hem kendilerinin hem de partnerlerinin ilişkinin başlamasında katkısı olduğu şeklinde yanıtlamıştır.

Örnekleme yer alan öğrencilerin anne ve babalarının evlenme şekillerine baktığımızda, 339 öğrencinin (% 66.5) ebeveynleri görücü usulü 104’ü de (%20.4)flört ederek, 19’u (%3.7) kaçarak, 2’si (%0.4) ailelerin zoru ile 2’si (%0.4) de berdel evlilik ile evlenmişlerdir. Örneklemedeki öğrencilere, anne babalarının birliktelik durumlarını nasıl değerlendirdikleri sorulduğunda ise, 115 öğrenci (%30.4) çok iyi 194 (%38)

öğrenci iyi, 109 öğrenci (% 21.4) orta, 23 öğrenci (%4.5) kötü, 18 öğrenci (%3.5) de çok kötü olarak değerlendirdikleri görülmüştür.

4.1.5. Örneklemde Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ve İlişki İnançları Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği ve İlişki İnançları Ölçeği alt boyutlarının aritmetik ortalama, standart sapma ve standart hata değerleri Tablo 1 de verilmiştir.

Tablo 11

Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği ve İlişki İnançları Ölçeği Alt Boyutlarının Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Standart Hata Değerleri (n=264)

Alt Boyutlar		$\bar{X}$	Ss	Sh
Romantik Kıskançlık	Kıskançlık Tetikleyicileri	124.79	28.32	1.307
	Fiziksel Tepkiler	45.91	20.78	.968
	Duygusal Tepkiler	73.76	30.35	1.398
	Bilişsel Tepkiler	47.15	20.70	.943
	Yıkıcı Baş etme	26.56	10.85	.492
	Yapıcı Baş etme	15.60	6.29	.285
	Olumlu Etkileri	30.44	11.43	.514
	Olumsuz Etkiler	29.62	10.71	.481
	Yetersizlik Duygusu	30.83	13.33	.610
	Kaybetme Korkusu	23.07	9.90	.446
İlişki İnançları	Toplam İlişki İnançları	118.77	29.83	1.488
	“Birbirimize karşı açık ve dürüst olmalıyız”	28.28	7.56	.343
	“Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”	19.62	5.65	.258
	“Her şeyi Birlikte Yapmalıyız”	14.45	5.20	.234
	“Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız”	22.91	6.48	.291
	“Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz”	14.87	4.82	.216
	“Romantik İdealizm”	17.99	5.92	.271

Tablo 11’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerin Romantik Kıskançlık Ölçeği’nin kıskançlık tetikleyicileri alt ölçeğine ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 124.79; standart sapma değeri (Ss) 29.836; Kıskançlık durumunda verilen tepkiler alt ölçeğinin fiziksel tepkiler alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri($\bar{X}$) 45.91, standart sapma değeri (Ss) 20.78, duygusal tepkiler alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 73.76,standart sapma değeri (Ss) 30.35 ve bilişsel tepkiler alt boyutuna ait

aritmetik ortalama değeri($\bar{X}$) 47.15, standart sapma değeri (Ss) 20.70 bulunmuştur. Kıskançlık ile baş etme yöntemlerinden yıkıcı baş etme alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri($\bar{X}$) 26.56, standart sapma değeri (Ss) 10.85 bulunurken, yapıcı baş etme alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 15.60, standart sapma değeri (Ss) 6.29 bulunmuştur. Kıskançlığın olumlu etkileri alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 30.44, standart sapma değeri (Ss) 11.43 bulunurken olumsuz etkileri alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 29.62 standart sapma değeri (Ss) 10.71 bulunmuştur. Kıskançlığın nedenlerinden yetersizlik duygusu alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 33.83, standart sapma değeri (Ss) 13.33 bulunurken, kaybetme korkusu alt boyutuna ait aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 23.07, standart sapma değeri (Ss) 9.90 bulunmuştur.

4.2. Araştırmanın Denencelerine İlişkin Bulgular

4.2.1. Romantik Kıskançlık ve Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık alt boyutları ile ilişki inançları toplam puanı ve ilişki inançları alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayıları hesaplanmıştır. Tablo 12’de değişkenler arasındaki korelasyon değerleri yer almaktadır.

Tablo 12

Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Korelasyon Matrisi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
<i>Romantik Kıskançlık</i>																	
1.Kıskançlık Tetikleyicileri	-																
2.Fiziksel Tepkiler	.37**	-															
3.Duygusal Tepkiler	.44**	.72**	-														
4.Bilişsel Tepkiler	.36**	.61**	.76**	-													
5.Yıkıcı Başetme	.13*	.38**	.42**	.47**	-												
6.Yapıcı Başetme	.24**	.48**	.59**	.54**	.29**	-											
7.Olumlu Etkileri	.36**	.39**	.47**	.41**	.33**	.30**	-										
8.Olumsuz Etkiler	.10	.28**	.38**	.43**	.31**	.37**	.08	-									
9.Yetersizlik Duygusu	.08	.20**	.29**	.34**	.34**	.33**	.21**	.52**	-								
10.Kaybetme Korkusu	.19**	.30**	.40**	.41**	.31**	.40**	.28**	.55**	.69**	-							
<i>İlişki İnançları</i>																	
11.Toplam İlişki İnançları	.27**	.22**	.24**	.23**	.07	.18**	.34**	.18**	.07	.21**	-						
12.“Açık ve dürüst olmalıyız”	.22**	.15*	.17**	.15*	.02	.14*	.17**	.17**	.02	.16**	.84**	-					
13.“Zihnini okuyabilmeliyiz”	.24**	.23**	.21**	.20**	.09	.17**	.29**	.14*	.08	.21**	.82**	.67**	-				
14.“Birlikte Yapmalıyız”	.20**	.18**	.19**	.20**	.07	.15*	.31**	.14*	.09	.17**	.81**	.55**	.57**	-			
15.“İhtiyaçlarını karşılamalıyız”	.26**	.22**	.24**	.22**	.12*	.19**	.37**	.13*	.06	.18**	.89**	.66**	.71**	.69**	-		
16.“ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz”	.22**	.12	.16**	.22**	.12*	.07	.35**	.15*	.11	.18**	.77**	.47**	.55**	.66**	.72**	-	
17.“Romantik İdealizm”	.23**	.21**	.23**	.17**	-.03	.18**	.25**	.14*	.00	.15*	.84**	.70**	.59**	.64**	.69**	.56**	-

*p<.05, **p<.01

Tablo 12 incelendiğinde Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık tetikleyicileri alt boyutu ile İlişki İnançları Ölçeği'nin “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ($r=.22$; $p<.01$), “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”(= $r=.24$; $p<.01$), Her şeyi birlikte yapmalıyız”(= $r=.20$), “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız”(= $r=.26$; $p<.01$), “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” ($r=.22$; $p<.01$), Romantik idealizm” ($r=.23$; $p<.01$) alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları ($r=.27$; $p<.01$), arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olduğu görülmüştür.

Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık durumunda verilen tepkilerden fiziksel tepkiler, duygusal tepkiler ve bilişsel tepkiler alt boyutları ile “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” (sırasıyla $r=.15$; $p<.05$, $r=.17$; $p<.01$, $r=.15$; $p<.05$) “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz” (sırasıyla $r=.23$, $r=.21$, $r=.20$; $p<.01$) “Her şeyi birlikte yapmalıyız”(sırasıyla $r=.18$, $r=.19$, $r=.20$; $p<.01$) “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız”(sırasıyla $r=.22$, $r=.24$, $r=.22$; $p<.01$) “Romantik idealizm”(sırasıyla $r=.21$, $r=.23$, $r=.17$; $p<.01$) alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları (sırasıyla $r=.22$, $r=.24$, $r=.23$; $p<.01$) arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olduğu belirlenmiştir. İlişki İnançları Ölçeği'nin “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutu ile Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık durumunda verilen tepkilerden duygusal tepkiler ($r=.16$; $p>.05$) ve bilişsel tepkiler ($r=.22$; $p>.05$) alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olmasına rağmen , fiziksel tepkiler ($r=.12$; $p>.05$) alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yıkıcı baş etme alt boyutu ile İlişki İnançları Ölçeği'nin “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” ve “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutları arasında pozitif yönlü (sırasıyla $r=.12$, $r=.12$; $p<.01$) anlamlı korelasyon olmasına rağmen, “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ($r=.02$; $p>.05$), “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz” ($r=.09$; $p>.05$), “Her şeyi birlikte yapmalıyız” ($r=.07$; $p>.05$), Romantik idealizm” ($r=-.03$; $p>.05$) alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları ($r=.07$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yapıcı baş etme alt boyutu ile de “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ($r=.14$; $p<.05$), “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz” ($r=.17$; $p<.01$), “Her şeyi birlikte yapmalıyız” ($r=.15$; $p<.05$), “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” ($r=.19$; $p<.01$), “Romantik idealizm” ($r=.18$; $p<.01$), alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları ($r=.18$; $p<.01$) arasında pozitif yönlü anlamlı

korelasyon bulunurken, “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” ($r=.07$; $p>.05$) alt boyutu ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Romantik Kıskançlık Ölçeği’nin kıskançlığın etkileri alt ölçeğine ait olumlu etkiler ve olumsuz etkiler alt boyutları ile İlişki İnançları Ölçeği’ nin “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” (sırasıyla $r=.17$, $r=.17$; $p<.01$), “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz” (sırasıyla $r=.29$; $p<.01$, $r=.14$), “Her şeyi birlikte yapmalıyız” (sırasıyla $r=.31$; $p<.01$, $r=.14$; $p<.05$), “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” (sırasıyla $r=.37$; $p<.01$, $r=.13$; $p<.05$), “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” (sırasıyla $r=.35$; $p<.01$, $r=.15$; $p<.05$), “Romantik idealizm” (sırasıyla $r=.25$; $p<.01$, $r=.14$; $p<.05$) alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları (sırasıyla $r=.34$, $r=.18$; $p<.01$), arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olduğu belirlenmiştir.

Romantik Kıskançlık Ölçeği’nin kıskançlığın nedenleri alt ölçeğine ait yetersizlik duygusu ve kaybetme korkusu alt boyutları ile İlişki İnançları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanı arasındaki ilişkiye baktığımızda; İlişki İnançları Ölçeği’nin “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” (sırasıyla $r=.02$; $p>.05$, $r=.16$; $p<.01$), “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz” (sırasıyla $r=.08$, $r=.21$; $p<.01$), “Her şeyi birlikte yapmalıyız” (sırasıyla $r=.09$; $p>.05$, $r=.17$; $p<.01$), “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” (sırasıyla $r=.06$; $p>.05$, $r=.18$; $p<.01$), “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” (sırasıyla $r=.06$; $p>.05$, $r=.18$; $p<.01$), “Romantik idealizm” (sırasıyla $r=.11$; $p>.05$, $r=.15$; $p<.05$) alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları (sırasıyla $r=.07$; $p>.05$, $r=.21$; $p<.01$) ile yetersizlik duygusu alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunmazken, kaybetme korkusu alt boyutu ile pozitif yönlü anlamlı korelasyon olduğu belirlenmiştir.

Romantik Kıskançlık Ölçeği ile İlişki İnançları Ölçeği’nin boyutları arasındaki ilişkide en yüksek korelasyonun kıskançlığın etkileri alt ölçeğine ait olumlu etkiler alt boyutu ile ilişkiye dair işlevsel olmayan inançlardan “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” arasında olduğu ($r=.37$; $p<.01$); en düşük korelasyonun ise ilişkiye dair işlevsel olmayan inançlardan “romantik idealizm “ve kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “yıkıcı baş etme” ($r=-.03$; $p>.05$) arasında olduğu görülmüştür.

4.2.2. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre romantik kıskançlık alt ölçeklerinden aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarının ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılım normal olmadığından ve grup sayısı iki olduğundan parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 13’de verilmiştir.

Tablo 12

Üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarını Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları

Romantik Kıskançlık Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Kıs. Tetikleyiciler	Kız	179	166.58	29818.00	11352.00	.149
	Erkek	140	151.59	21222.00		
Fiziksel Tepkiler	Kız	179	162.07	29010.50	12159.50	.650
	Erkek	140	157.35	22029.50		
Duygusal Tepkiler	Kız	179	168.94	30240.00	10930.00	.050
	Erkek	140	148.57	20800.00		
Bilişsel Tepkiler	Kız	179	170.84	30580.50	10589.50	.018
	Erkek	140	146.14	20459.50		
Yıkıcı Başetme	Kız	179	162.97	29172.00	11998.00	.515
	Erkek	140	156.20	21868.00		
Yapıcı Başetme	Kız	179	173.82	31113.50	10056.50	.002
	Erkek	140	142.33	19926.50		
Olumlu Etkiler	Kız	179	149.68	26793.00	10683.00	.024
	Erkek	140	173.19	24247.00		
Olumsuz Etkiler	Kız	179	169.40	30322.00	10848.00	.040
	Erkek	140	147.99	20718.00		
Yetersizlik Duygusu	Kız	179	161.77	28956.00	12214.00	.699
	Erkek	140	157.74	22084.00		
Kaybetme Korkusu	Kız	179	165.69	29658.00	11512.00	.213
	Erkek	140	152.73	21382.00		

Tablo 13 incelendiğinde Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarına cinsiyet açısından bakıldığında, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “Bilişsel Tepkiler” ($U=10589.50$; $p<.05$), kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yapıcı Baş Etme” ($U=10056.50$; $p<.05$), “Kıskançlığın Olumlu Etkileri” ($U=10683.00$; $p<.05$) ve “Kıskançlığın Olumsuz Etkileri” ($U=10848.50$; $p<.05$) alt boyutlarında kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Puan ortalamalarına bakıldığında; Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarından olumlu etkiler alt boyutu dışında kalan tüm alt boyutlarda kızların puan ortalamalarının erkekler göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kıskançlığın etkilerinden “olumlu etkiler” alt boyutunda ise erkeklerin puan ortalamalarının (173.19) kızlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Romantik Kıskançlık Ölçeği’ nin “Kıskançlık tetikleyicileri” ($U=11352.00$; $p>.05$), kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “fiziksel tepkiler” ($U=12159.50$; $p>.05$) ve “Duygusal Tepkiler” ($U=10930.00$; $p>.05$) kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yıkıcı baş etme” ($U=11998.00$; $p>.05$), ve kıskançlık nedenlerinden “Yetersizlik Duygusu” ($U=12214.00$; $p>.05$) ve “Kaybetme Korkusu” ($U=11512.00$; $p>.05$), alt boyutlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

4.2. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre İlişki İnançları Toplam Puanı ve Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Gruplar t Testi yapılmış ve sonuçları Tablo 14’de verilmiştir. Normallik sayıltısının karşılanamadığı alt ölçekler için ise parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi yapılmış ve sonuçlar Tablo 15’de verilmiştir.

Tablo 13

Üniversite öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Alt Ölçekler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	t	Sd	p
Toplam İlişki İnançları	Kız	219	117.25	27.09	-1.091	350	.260
	Erkek	182	120.57	32.88			
“Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız”	Kız	219	22.47	5.99	-1.980	399	.048
	Erkek	182	23.74	6.85			

Tablo 14’de görüldüğü gibi kız öğrencilerin toplam ilişki inançları aritmetik ortalamaları 117,25 iken, erkek öğrencilerin aritmetik ortalama puanı 120.57’dir. Yapılan t testi sonucunda işlevsel olmayan toplam ilişki inançlarının ($t_{350}=-1,091$, $p>0.05$) cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Kızların İlişki İnançları Ölçeği alt boyutlarından “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” alt boyutuna ilişkin aritmetik ortalaması 22,47 iken, erkeklerin aritmetik ortalama puanları 23,74’tür. Yapılan t testi sonucunda, “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” inancının ($t_{399}=-1,980$, $p<0.05$) erkek ve kızlar açısından anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği saptanmış ve ortalamalara bakıldığında, erkeklerin ortalamalarının kızlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Tablo 14

Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği Alt Boyutlarını Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

İlişki İnançları Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Sıra Ortalama Sı	Sıra Toplamı	U	P
“Birbirimize Karşı Tamamen Açık ve Dürüst Olmalıyız”	Kız	219	205.11	44918.50	19029.50	.436
	Erkek	182	196.06	35682.50		
“Birbirimizin Zihnini Okuyabilmeliyiz”	Kız	219	198.97	43575.00	19485.00	.700
	Erkek	182	203.44	37026.00		
“Her şeyi Birlikte Yapmalıyız”	Kız	219	188.86	41360.50	17270.50	.021
	Erkek	182	215.61	39240.50		
“Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz”	Kız	219	181.95	39846.50	15756.50	.000
	Erkek	182	223.93	40754.50		
“Romantik İdealizm”	Kız	219	202.73	44397.50	19550.500	.743
	Erkek	182	198.92	36203.50		

Tablo 15 incelendiğinde, İlişki İnançları Ölçeği alt boyutlarına cinsiyet açısından bakıldığında “Her şeyi Birlikte Yapmalıyız” ($U=17270.50$; $p<.05$), ve “Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz” alt boyutlarında ($U=15756.50$; $p<.05$) kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Puan ortalamalarına bakıldığında; “Her şeyi Birlikte Yapmalıyız” ve “Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz” alt boyutlarında erkek öğrencilerin puan ortalamalarının (sırasıyla 215.61, 223.93) kız öğrencilerin puan ortalamalarına (sırasıyla 188.86, 181.95) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlişki İnançları Ölçeği’ne ait “Birbirimize Karşı Tamamen Açık ve Dürüst Olmalıyız” ($U=19029.50$; $p>.05$), “Birbirimizin Zihnini Okuyabilmeliyiz” ($U=19485.00$; $p>.05$) ve “Romantik İdealizm” ($U=19550.500$; $p>.05$), alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde değişiklik göstermediği saptanmıştır.

4.2.4. Öğrencilerin Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamalarına Göre Romantik Kıskançlık Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama değişkeni açısından Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarının ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılım alt boyutların büyük çoğunluğunda normal olmadığından ve grup sayısı iki olduğundan parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 15

Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarının Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamama Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları

Romantik Kıskançlık Alt Boyutları	Kıskançlık Algısı	N	Sıra Ortalama ası	Sıra Toplamı	U	P
Kıs. Tetikleyiciler	Evet	270	175.65	47425.50	2659.500	.000
	Hayır	50	78.69	3934.50		
Fiziksel Tepkiler	Evet	270	172.18	46487.50	3597.500	.000
	Hayır	50	97.45	4872.50		
Duygusal Tepkiler	Evet	270	173.66	46889.00	3196.000	.000
	Hayır	50	89.42	4471.00		
Bilişsel Tepkiler	Evet	270	169.73	45827.00	4258.000	.000
	Hayır	50	110.66	5533.00		
Yıkıcı Başetme	Evet	270	164.15	44321.00	5764.000	.101
	Hayır	50	140.78	7039.00		
Yapıcı Başetme	Evet	270	166.93	45071.50	5013.500	.004
	Hayır	50	125.77	6288.50		
Olumlu Etkiler	Evet	270	172.07	46458.00	3627.000	.000
	Hayır	50	98.04	4902.00		
Olumsuz Etkiler	Evet	270	162.49	43871.50	6213.500	.372
	Hayır	50	149.77	7488.50		
Yetersizlik Duygusu	Evet	270	158.43	42777.00	6192.000	.353
	Hayır	50	171.66	8583.00		
Kaybetme Korkusu	Evet	270	160.71	43391.00	6694.000	.926
	Hayır	50	159.38	7969.00		

Tablo 16 incelendiğinde Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarına kıskançlık algısı açısından bakıldığında “Kıskançlık tetikleyicileri” (U=2659.500; $p<.05$),

kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “Fiziksel tepkiler” ($U=3597.500$; $p>.05$), “Bilişsel Tepkiler” ($U=4258.000$; $p<.05$) ve “Duygusal Tepkiler” ($U=3196.000$; $p=.05$), kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yapıcı Baş Etme” ($U=5013.500$; $p<.05$) “Kıskançlığın Olumlu Etkileri” ($U=3627.000$; $p<.05$) alt boyutlarında kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Puan ortalamalarına bakıldığında; Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarından yetersizlik duygusu alt boyutu dışında kalan tüm alt boyutlarda kendilerinin kıskanç olduğunu düşünen üniversite öğrencilerinin puan ortalamalarının kendilerini kıskanç olarak görmeyenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kıskançlığın nedenlerinden “yetersizlik duygusu” alt boyutunda ise kendilerini kıskanç olarak algılamayanların (171.66) puan ortalamalarının algılayanlara (158.43) göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Romantik Kıskançlık Ölçeği’nin kıskançlıkla baş etme yöntemleri alt ölçeğine ait “Yıkıcı baş etme” ($U=5764.000$; $p>.05$) alt boyutu, kıskançlığın etkileri alt ölçeğine ait “Kıskançlığın Olumsuz Etkileri” alt boyutu ($U=6213.500$; $p<.05$) ve kıskançlık nedenlerinden “Yetersizlik Duygusu” ($U=6192.000$; $p>.05$),ve “Kaybetme Korkusu” ($U=6694.000$; $p>.05$), alt boyutlarının üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamamaya göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

4.2.5. Öğrencilerin Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamalarına Göre İlişki İnançları Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puana İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama değişkeni açısından işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puan ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılım alt boyutların büyük çoğunluğunda normal olmadığından ve grup sayısı iki olduğundan parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 16

Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği'ne Ait Toplam Puanın Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamama Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann- Whitney U Testi Sonuçları

Puan	Kıskançlık Algısı	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Toplam İlişki İnançları	Evet	351	207.34	72775.50	6550.500	.004
	Hayır	50	156.51	7825.50		

Tablo 17 incelendiğinde, işlevsel olmayan ilişki inançlarına kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama açısından bakıldığında toplam ilişki inançlarının ($U=6550.500$; $p<.05$), öğrencilerin kendilerini kıskanç olarak görme durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Puan ortalamalarına bakıldığında, kendilerinin kıskanç olduğunu düşünen üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak düşünmeyenlere göre daha fazla işlevsel olmayan ilişki inançlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.2.6. Öğrencilerin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmamasına Göre Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki deneyimi olup olmaması değişkeni açısından tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzey ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılımda normallik sayıltısı karşılanamamasından parametrik olmayan ölçümlerden Mann- Whitney U testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 18'de verilmiştir.

Tablo 17

Üniversite Öğrencilerinin Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmaması Değişkeni Açısından Karşılaştırılmak Üzere Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Puan	Romantik İlişki Deneyimi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Toplam Kıskançlık Tetikleyicileri	Evet	392	241.65	97725.50	12486.50	.017
	Hayır	77	201.16	15489.50		

Tablo 18 incelendiğinde, tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerine, romantik ilişki deneyimi olup olmaması açısından bakıldığında, tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerinin ($U=12486.50$; $p<.05$), öğrencilerin daha önceden romantik ilişki deneyimi olup olmama durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Puan ortalamalarına bakıldığında, öncesinde romantik ilişki deneyimi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin daha önce hiç romantik ilişki deneyimi yaşamayan öğrencilere göre kıskançlığın tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık yaşadıkları söylenebilir.

4.2.7. Öğrencilerin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmamasına Göre İlişki İnançları Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanla İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği toplam puanının romantik ilişki deneyimi olup olmamasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Gruplar t Testi yapılmış ve sonuçları Tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 18

Üniversite Öğrencilerinin İlişki İnançları Ölçeği'ne Ait Toplam Puanının Romantik İlişki Deneyimine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Puan	Romantik İlişki Deneyimi	N	$\bar{X}$	S	t	Sd	p
Toplam İlişki İnançları	Evet	339	119.89	29.35	1.738	400	.083
	Hayır	63	112.79	31.88			

Tablo 19'da görüldüğü gibi romantik ilişki deneyimi olan üniversite öğrencilerinin toplam ilişki inançları aritmetik ortalamaları 119.89 iken, hiç romantik ilişki deneyimi olmayan öğrencilerin aritmetik ortalama puanı 112.79'dur. Yapılan t testi sonucunda işlevsel olmayan toplam ilişki inançlarında ($t_{400}=1,738$, $p>.05$) romantik ilişki deneyimi olup olmama değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yani geçmişte romantik ilişki deneyimi olan ve hiç romantik ilişki deneyimi olmayan üniversite öğrencilerinin işlevsel olmayan ilişki inançları puanlarında anlamlı düzeyde bir fark olmadığı söylenebilir.

4.2.8. Öğrencilerin Şu Anda İlişkileri Olup Olmaması Açısından Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeyleri ve İlişki İnançları Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanı İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin şu anda romantik ilişkileri olup olmaması açısından tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzey ortalamaları ve işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puan ortalamaları arasında gözlenen farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla dağılımda normallik sayıltısı karşılanamamasından parametrik olmayan ölçümlerden Mann-Whitney U testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 20'de verilmiştir.

Tablo 19

Üniversite Öğrencilerinin Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerinin ile İşlevsel Olmayan İlişki İnançlarına Ait Toplam Puanlarının Şu Anda Romantik İlişkileri Olup Olmaması Açısından Karşılaştırılmak

Puan	Şu andaki Romantik İlişki Durumu	N	Sıra Ortalama sı	Sıra Toplamı	U	P
Toplam Kıskançlık Tetikleyicileri	Var	190	196.01	37241.50	12486.	.032
	Yok	178	172.22	30654.50	50	
Toplam İlişki İnançları	Var	190	202.86	38543.00	13422.	.001
	Yok	178	164.90	29353.00	00	

Tablo 20 incelendiğinde tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerine ve akılcı olmayan ilişki inançları toplam puanlarına şu anda romantik ilişkisi olup olmaması açısından bakıldığında, kıskançlık tetiklendiğinde belirtilen kıskançlık düzeylerinin ($U=12486.50$; $p<.05$) ve toplam ilişki inançlarının ($U=13422.00$; $p<.05$) öğrencilerin şuanda romantik ilişkisi olup olmama durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Puan ortalamalarına bakıldığında, şu anda romantik ilişkisi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin şuanda ilişkisi olmayan öğrencilere göre hem kıskançlığın tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık yaşadıkları hem de akılcı olmayan ilişki inançlarına daha fazla sahip oldukları söylenebilir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, araştırmada elde edilen bulgular, konuyla ilgili literatür bilgileri çerçevesinde yorumlanıp tartışılmıştır. Alan yazın incelendiğinde romantik kıskançlık ve romantik ilişki inançlarının birlikte ele alındığı sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen bulgular benzer çalışmalarla ilişkilendirilerek tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Romantik Kıskançlık ve Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkilere Yönelik Tartışma ve Yorum

Araştırmada romantik kıskançlık ve romantik ilişki inançları arasındaki ilişkileri belirlemek amaçlanmıştır. Bu amaçla gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen korelasyon değerleri incelendiğinde Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık tetikleyicileri alt boyutu toplam puanı ile İlişki İnançları Ölçeği'nin tüm alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgular doğrultusunda, romantik ilişkilerine yönelik işlevsel olmayan inançlar arttıkça öğrencilerin kıskançlık tetiklendiği sırada ortaya çıkan kıskançlık düzeylerinin de yükseldiği söylenebilir. Bir başka ifadeyle bireyin ilişkisine ve partnerine karşı akılcı olmayan birtakım düşüncelerinin olmasının kıskançlığı da beraberinde getirdiği söylenebilir. Ya da tam tersi şekilde kıskançlık arttıkça işlevsel olmayan ilişki inançları da artış göstermektedir. Her iki durum da yapılan araştırmalarla da desteklenir niteliktedir.

Easton, Schipper ve Shackelford (2007) tarafından yapılan bir araştırmada kıskanç olan insanların düşüncelerinin gerçeklikten uzaklaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Hansen (1985), üniversite öğrencilerinde romantik ilişki yaşadıkları partnerlerinin kendilerini bir başkası için terk edebileceğinden endişe duyduklarında kıskançlığın ortaya çıktığını vurgulamıştır. Yine aynı şekilde Lester ve arkadaşları (1985) tarafından yapılan bir çalışmada akılcı olmayan inançlara sahip üniversite öğrencilerinin aynı zamanda yüksek romantik kıskançlığa sahip olduğu görülmüştür. Deutsch (2006) da yine üniversite öğrencilerinde rasyonel olmayan inançlarla romantik kıskançlığın ilişkisini araştırdığı çalışmasında, iki değişken arasında yüksek ilişki olduğunu bulmuştur. Bunların yanında, rasyonel olmayan inançlarla romantik kıskançlığın ilişkili

olduğunu savunan başka araştırmalar da bulunmaktadır (Camaj,1996; Woods, 1991; Akt. Deutsch). Benzer şekilde Rorer (1989) de araştırmasında, kıskançlığın da içerisinde yer aldığı bir çok disforik duyguya sebep olan irrasyonel inançların varlığından bahsetmiştir.

Ellis Akılcı- Duygusal Davranışçı Yaklaşım'da romantik kıskançlığın, çiftlerden birinin aşk tercihinin artması, rağbet gören partnerin onaylanması ve onların onayına ihtiyaç duymasının bir sonucu olarak ortaya çıktığını savunmaktadır (Ellis, 1996). Akılcı- Duygusal Davranışçı yaklaşıma göre (REBT), kıskançlığın akılcı olmayan duygu ve düşüncelerle olan ilişkisine baktığımızda da, kıskançlıktaki akılcı olmayan duyguların genellikle akılcı olmayan inançların bir sonucu olduğu varsayılmaktadır. Çiftlerde romantik kıskançlık yaşandığında, bireylerin eşlerine olan sevgi ve aşkları yükselirken (REBT kuramına göre bunlar akılcı ve sağlıklı) bunun içinde gereklilik, zorunluluk ve eşinin aşkına olan ihtiyaçlar da ortaya çıkabiliyor ve çiftler romantik kıskançlıkla verilen sağlıksız değeri tecrübe ediniyor (Ellis,1996).

Araştırma bulgularında, romantik kıskançlık durumunda kişinin vermiş olduğu fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkiler ile ilişki inançlarının toplam puanı ve alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmışken, yalnızca “fiziksel tepkiler” ile İlişki İnançları Ölçeği'nin “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu bilgilerden hareketle, işlevsel olmayan ilişki inançlarında artış oldukça bireylerin romantik kıskançlık yaşandığı durumlarda bir takım fiziksel(baş ağrısı, kalp atışında hızlanma, kabus vb.) duygusal (aşağılık duygusu, kızgınlık, çaresizlik vb.) ya da bilişsel (“bunu bana nasıl yaparsın?”, “herkes bana gülecek” vb.) tepkilerde bulunma düzeylerinde de artış olduğu söylenebilir. Dryden (2009), birey tarafından olumsuz olarak nitelendirilen bir olayla ilgili akılcı olmayan birtakım düşüncelere sahip olunduğunda, bununla ilgili olumsuz duygular hissedilmesinin ve akılcı olmayan bir tepki verilmesinin kaçınılmaz olduğunu savunmaktadır.

Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yıkıcı baş etme alt boyutu ile İlişki İnançları Ölçeği'nin “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” ve “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olmasına rağmen, “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız”, “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Romantik idealizm” alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yapıcı baş etme alt boyutu ile de “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız”,

“Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız”, “Romantik idealizm”, alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançlar arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon bulunurken, “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutu ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kıskançlıkla baş etme yöntemleri ile ilişki inançları arasında daha önce yapılmış bir çalışmaya rastlanmamakla beraber, bu bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin işlevsel olmayan ilişki inançları arttıkça kıskançlık durumunda kullandıkları yapıcı baş etme yöntemlerinin de arttığı söylenebilir. Rusbult’un yatırım kuramına göre (1986) romantik ilişkilerde bireyler kıskançlık ya da başka bir problemle karşılaştıklarında, iki boyutta (aktif-pasif ve yapıcı- yıkıcı) ve dört farklı şekilde kıskançlıkla baş edebilmektedirler. Konuşma, bağlılık, çıkış ve umursamama şeklindedir. Yapıcı baş etme yöntemleri “konuşma” ve “bağlılık” olarak açıklanmaktadır. Yapıcı tepkileri; kıskançlık durumunda birey akılcı tartışma yoluna gitme, bu durumu olaydaki rolünü ve kaybetmekten korktuğu şeyin ne olduğunu değerlendirme fırsatı olarak görme, ağlama, sessiz ve gizlice ya da görünür bir şekilde acı çekme, kabullenme gibi davranışların oluşturduğu görülmektedir. Buunk’a göre (1986) çiftler tarafından kıskançlığı tetikleyici bir durumla karşılaşıldığında, öfke baş göstermekte ve saldırganlık en çok sergilenen baş etme yolu olmaktadır. İlişki inançları ile problem çözme yöntemleri arasındaki ilişkiye bakılan başka bir araştırmada da yapıcı baş etme yöntemlerinden “konuşma” ile negatif yönde bir ilişki bulunurken, “bağlılık” ile inançlar arasında herhangi bir ilişki bulunamamış, yıkıcı baş etme yöntemlerinden “çıkış” ve “umursamama” ile ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur (Metts ve Cupach, 1990). Araştırmada, üniversite öğrencilerinin ilişkilere dair işlevsel olmayan inançlarının beklenilenin tersine daha çok kıskançlık durumunda yapıcı baş etme yöntemleri ile ilişkili bulunması da; romantik kıskançlık durumunda sergilenen davranışların ilişkinin devam etmesi, özgüveni koruma, partnerin kendisiyle ve rakiple olan ilişkisi ile ilgili belirsizliği yok etme ve ilişkiyi tekrar değerlendirme gibi amaca yönelik olarak değişiklik göstermesi ile ilişkili olabilir (Guerrero ve Anderson, 1998). Bunların yanında, inançlarla ilişkili olan kıskançlık duygusunun davranışa dönüşürken, üçüncü bir değişkenin olası etkisi de düşünülebilir. Örneğin örnekleme yer alan üniversite öğrencilerinin geçmiş deneyimleri olmasına rağmen yarıdan fazlasının şu anda bir ilişkisinin olmaması ve romantik ilişki yaşamaya yönelik arzularının, ilişkiye yönelik duygularının her şartta olumlu değerlendirmelerine sebep olması; örnekleme yer alan şuan ilişkisi olan öğrencilerinin büyük bir çoğunluğunun ilişkilerinin uzun

süredir devam ediyor olması ve kıskançlık nedeniyle ilişkinin zarar görüp, sona ermesi gibi bir takip kayıplarla karşılaşmaktan korkmaları ya da öğrencilerin anne ve babalarının çift yaşantılarında kıskançlık durumunda verdikleri tepkilerin yapıcı olması gibi sıralanabilecek ve ayrı bir araştırma konusu olabilecek bir çok faktörle yapıcı baş etme yollarına başvurmalarının nedenleri açıklanabilir.

Üniversite öğrencilerinin, kıskançlığın hem olumlu hem de olumsuz etkileri hakkındaki görüşlere katılma düzeyi ile toplam ilişki inançları ve tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öğrencilerin işlevsel olmayan ilişki inançları puanları arttıkça kıskançlığın hem olumlu etkileri olduğunu, hem de olumsuz etkileri olduğunu düşünmelerinde de artış olduğu görülmüştür. Kıskançlığın yaşanma durumundaki yoğunluğu ve ilişkiye verdiği zararlarla bağlantılı olarak olumsuz etkileri olabileceğine yönelik kanının genellikle daha fazla olduğu düşünülmektedir. Literatürde de çoğunlukla kıskançlığın olumsuz etkileri, çift ilişkisini ve çift doyumunu olumsuz etkilemesi ile ilgili araştırmalar (Pines, 1992; Buunk ve Dijkstra, 2006; Dandurand ve Lafontaine, 2013) bulunmakla birlikte romantik kıskançlığın nedenlerine ve kıskançlık yaşanması durumunda başa çıkma yöntemlerine bağlı olarak kıskançlığın olumsuzun yanında olumlu olarak açıklanabildiği görülmüştür. Örneğin, kıskançlık bazı durumlarda bireyleri, ilişkilerine karşı tehdit oluşturabilecek durumlara karşısında ilişkilerine sahip çıkmak adına harekete geçirebilmek gibi olumlu bir etkiye sahip olabilmektedir (Harris ve Darby, 2010). Yine benzer şekilde Guerrero, Tröst ve Yoshimura (2005) tarafından yapılmış araştırmada, kıskançlığın ilişkileri bağlanmaya götüren yoğun duygusal bir durum ve aynı zamanda ilişkileri koruyucu bir duygu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Romantik kıskançlık Ölçeği ile İlişki İnançları Ölçeği arasındaki ilişkide en yüksek korelasyon değerinin kıskançlığın olumlu etkileri görüşüne katılma düzeyi ile işlevsel olmayan ilişki inançlarından “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” inancı arasında olduğu bulunmuştur. Bu bilgilerden hareketle, literatürde bu bulguları destekleyecek herhangi bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, bireylerin kendilerinde ve partnerlerinde mükemmeli yakalama çabasında olan bu inanca sahip bireylerin ilişkilerini kaybetmemek adına eşlerinin tüm ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik beklentileri, kıskançlık durumunda verilen olumsuz tepkileri bile mazur görmeye ve kıskançlığın ilişkiye olan etkisinin olumlu olduğuna inanmalarına yol açabileceği söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinde kıskançlığın nedenlerinin alt boyutlarına baktığımızda “kaybetme korkusu” alt boyutu ile işlevsel olmayan ilişki inançları ilişkili bulunurken, “yetersizlik duygusu” ile İlişki İnançları Ölçeği tüm alt boyutları ve toplam ilişki inancı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bu bulgular bize işlevsel olmayan ilişki inançlarının fazla olmasının romantik kıskançlığın nedenlerinden yetersizlik duygusu değil de daha çok kaybetme korkusundaki artışla açıklanabildiğini göstermektedir. Kaybetme korkusu nedeniyle yaşanan kıskançlık arttıkça ilişkiye dair inançlar artmakta, ilişkiye dair işlevsel olmayan inançlar azaldığında da kaybetme korkusu azalmaktadır. Literatürde işlevsel olmayan ilişki inançları ile kaybetme korkusu arasındaki ilişkiye dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat ilişki inançlarının ilişkiyi olumsuz etkilediği ve çift ve evlilik doyumu ile negatif ilişkisinin olduğu bir çok araştırma mevcuttur.(Pines ve Aronson,1983; White ve Mullen, 1989; Metts ve Cupach, 1990; DeBord, Romans, Krieshock, 1996; Stackert ve Bursik, 2003; Goodwin ve Gaines, 2004; Turan, 2010; Küçükçelik, 2015) İlişkilerin ve çift doyumunun olumsuz etkilenmesi sonucu çift ilişkisinin olası bozulma ya da sonlanma durumlarının çiftlerde kaybetme korkusu yaşanmasına sebep olabileceği söylenebilir. Toplumsal açıdan bakıldığında da; çiftlerin romantik ilişki yaşadığı partnerine yönelik her zaman açık ve dürüst olma beklentisi, partnerinin zihnini okuyabilme, her şeyi her zaman partneri ile birlikte yapma isteği, partnerinin tüm ihtiyaçlarını karşılama çabası, partnerini kendi isteği doğrultusunda değiştirebilme çabası ve idealindeki romantik ilişkiyi bulma çabası gibi işlevsel olmayan ilişki inançlarına sahip olan bireylerde bu beklentileri karşılanamadığında partnerini kaybetme korkusundaki artışa toplumumuzda oldukça sık rastlandığı söylenebilir.

5.2. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerinin romantik kıskançlığın alt boyutlarına göre anlamlı bir farklılık gösterip gösterilmediğinin incelendiği çalışmanın bulgularına göre, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “Bilişsel Tepkiler”, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yapıcı Baş Etme”, “Kıskançlığın Olumlu Etkileri” ve “Kıskançlığın Olumsuz Etkileri” alt boyutlarında kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar olduğu, “Kıskançlık tetikleyicileri”, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “fiziksel tepkiler”, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yıkıcı baş etme”

ve kıskançlık nedenlerinden “Yetersizlik Duygusu” ve “Kaybetme Korkusu” alt boyutlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Cinsiyet farklılıklarına baktığımızda; “olumlu etkiler” alt boyutu dışında kalan tüm alt boyutlarda kızların puan ortalamalarının erkekler göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kıskançlığın etkilerinden “olumlu etkiler” alt boyutunda ise erkeklerin puan ortalamalarının kızlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle, kıskançlık durumunda kızların erkekler göre daha fazla bilişsel tepkilerde bulundukları, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yapıcı baş etmeyi kızların erkekler göre daha çok kullandıkları, kıskançlığın ilişkiye olumsuz etkisinin olduğunu düşünmeye kızların erkekler; olumlu etkisinin olduğunu düşünmeye de erkeklerin kızlara göre daha çok yatkın olduğu şeklinde açıklanabilir.

İlgili alan yazın incelendiğinde, cinsiyetin kıskançlıkla ilişkisinin incelendiği bir çok araştırmaya rastlamak mümkündür. Araştırma bulgularımızda ortaya çıkan tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeyinin cinsiyete göre farklılık göstermemesinin literatürle uyduğu görülmüştür. Bir çok araştırmada kıskançlıkla cinsiyet ilişkili bulunmamıştır (Bringle ve Williams, 1979; Hupka, 1981; White,1981; Pines ve Aronson, 1983; Çimen, 2007; Houser, 2009; Zeytinoğlu, 2012; Akça, 2014). Kıskançlık yaşandığı durumda verilen bilişsel tepkilerin kızlarda erkekler göre daha fazla bulunması bulgusunu da destekler nitelikte araştırmalar mevcut olmakla birlikte (Pines ve Aronson, 1983; Demirtaş, 2004; Çimen, 2007) duygusal ve fiziksel tepkilerde cinsiyet açısından anlamlı farklılıklar bulunmayışı ile bu araştırmalardan ayrılmaktadır.

Bu araştırmadaki bulgulara paralel olarak kıskançlıkla baş etme yöntemleri olarak yıkıcı yöntemlere (çıkış, umursamama) başvurmada cinsiyet farkı görülmezken, yapıcı (konuşma, bağlılık) yöntemlere daha çok kadınların başvurduğu şeklinde sonuçlara ulaşılan araştırmaların mevcut olduğu görülmüştür. (Mathes,1992; Carson ve Cupach, 2000; Demirtaş, 2004; Zeytinoğlu, 2013 ; Akça, 2014). Bu durumu Demirtaş(2004) ilişkisine ve eşine güvenen kadınların bir rakibin varlığı durumunda daha çok ilişkilerini iyileştirme çabasında oldukları, erkeklerin ise aynı durumda yapıcı davranmak yerine ilişkiyi bitirip yeni bir eş arayışına girmeyi tercih etmeleri ile açıklamıştır.

Romantik kıskançlığın çift ilişkisine olan olumsuz etkisine katılma düzeylerinin kadınlarda erkekler nazaran daha fazla bulunması ile ilgili literatürde benzer çalışmalara rastlamak mümkündür. (Pines ve Aronson, 1983; Demirtaş, 2004).

Kıskançlığın olumsuz etkilerine katılma düzeyine baktığımızda, Pines ve Aronson (1983) kıskançlığın etkilerini erkeklerin daha çok olumsuz bulduğunu ortaya koyarken, Demirtaş (2004) kıskançlığın olumlu etkilerine katılma düzeyinde cinsiyet açısından anlamlı farklılıklar ortaya çıkmadığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada romantik kıskançlığın olumlu etkisine katılma düzeyinde erkekler lehine olan sonuçlar literatürle uyumsuzluk göstermektedir. Bu durumu toplumsal faktörlerle açıklamak mümkün görünmektedir. Erkek egemen olan toplumlarda kıskançlığın ve eşini sahiplenmenin erkekler tarafından daha olumlu karşılanması ve erkeklerde kıskançlık duygusunun ilişkiyi olumsuz etkilemeyeceği düşüncesinin yaygınlığı ile açıklanabilir.

5.3. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

İlişki İnançları Ölçeği'ne ait “Birbirimize Karşı Tamamen Açık ve Dürüst Olmalıyız”, “Birbirimizin Zihnini Okuyabilmeliyiz” ve “Romantik İdealizm”, alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde değişiklik göstermediği saptanmıştır. İlişki İnançları Ölçeği alt boyutlarından “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız”, “Her şeyi Birlikte Yapmalıyız” ve “Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz” alt boyutlarında kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüş, bu farklılığın da erkek öğrenciler lehine olduğu gözlenmiştir. Bu araştırma sonuçlarının Gizir'in (2013) araştırma sonuçları ile paralellik gösterdiği görülmekle birlikte, araştırma kapsamında yer alan ilişki inançları boyutlarına yönelik sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Ayrıca bu araştırmada işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanı cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermezken, bir çok araştırma da erkeklerin kızlara oranla daha fazla işlevsel olmayan ilişki inancına sahip oldukları ortaya konmuştur (Sprecher ve Metts, 1999; Sharp ve Ganong, 2000; Küçükarslan, 2011; Gizir,2013). Erkeklerde daha belirgin olduğu bulunan “birbirimizi değiştirebilmeliyiz” inancı, toplumsal cinsiyet rolleri ile de açıklanabilir. Toplumun belirlediği kadın ve erkek rollerine ilişkin beklentilerin, değerlerin ve tutumların farklı olmasından ya da yetişkinlik dönemindeki erkeklerin ilişkilerde kendilerini baskın ve güçlü olarak görmeleri ile açıklanabilir (Honeycutt ve Cantrill, 2001; Gizir, 2013). Bununla birlikte erkeklerde daha yüksek düzeyde ortaya çıkan “birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” ve “her şeyi birlikte yapmalıyız” inançlarının da erkek üniversite öğrencilerinin ilişkilerine yönelik yatırımlarının fazla olması ve ilişkilerini

kaybetmemek adına partnerlerinin tüm isteklerini yerine getirme çabasında olmaları ya da partneri ile her şeyi birlikte yapmadıklarında, partnerinin olası rakiplerle karşılaşma olasılığı ile yüz yüze gelme korkusu gibi sebeplerle açıklanabilir.

5.4. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Alt Boyutlarının Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamaları Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarına kıskançlık algısı açısından bakıldığında Kıskançlık tetikleyicileri, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “Fiziksel tepkiler” “Bilişsel Tepkiler” ve “Duygusal Tepkiler” kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yapıcı Baş Etme” “Kıskançlığın Olumlu Etkileri” alt boyutlarında kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Farklılıkların tüm bu alt boyutlarda kendilerini kıskanç olarak algılayanlar lehine olduğu görülmüştür. Yani kendilerini kıskanç olarak algılayan üniversite öğrencileri kendilerini kıskanç olarak algılamayanlara göre kıskançlık tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık göstermekte, daha fazla fiziksel, bilişsel ve duygusal tepkiler vermekte, daha çok yapıcı baş etme yöntemlerini kullanmakta ve kıskançlığın olumlu etkileri olduğunu düşünmektedirler. Bu sonuçlar Akça’nın (2014) yine üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmasıyla benzerlik göstermekle birlikte, Akça ek olarak “yıkıcı baş etme” ve “olumsuz etkiler” alt boyutlarında da anlamlı farklılıklar elde etmiştir.

İki çalışmada da ortak olarak kıskançlık nedenlerinden yetersizlik duygusunun ve kaybetme korkusunun kendilerini kıskanç olarak algılayan ve algılamayan öğrencilerde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Kıskançlık nedenlerinin neyden kaynaklanabileceği ile ilgili görüş belirten üniversite öğrencilerinin görüşlerinin kendilerini kıskanç olarak algılayanlarda ve algılamayanlarda farklılaşmaması kişinin kendini kıskanç görmemesi durumunda da gözlemleri vb. nedenlerle kıskançlık nedenleri ile ilgili fikir yürütmesine engel olmaması ile açıklanabilir.

Araştırmada baş etme yöntemlerinden “yıkıcı baş etme” ve “kıskançlığın olumsuz etkileri” alt boyutlarında kıskançlık algısı yönünden anlamlı farklılıklar bulunamaması, kendilerini kıskanç olarak algılamayan öğrencilerin de kıskançlık durumunda yıkıcı baş etme yöntemlerini kullanmayı tercih edebilecekleri ve kendini

kıskanç olarak değerlendirmese de kıskançlığın daha çok ilişkiye olumsuz etkisinin olduğunu düşünebileceği şeklinde açıklanabilir.

5.5. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamamaları Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

İşlevsel olmayan ilişki inançlarına ait toplam puana kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama açısından bakıldığında, toplam ilişki inançlarının öğrencilerin kendilerini kıskanç olarak görme durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Sonuçlar beklenildiği gibi kendilerinin kıskanç olduğunu algılayan üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak algılamayanlara göre daha fazla işlevsel olmayan ilişki inançlarına sahip oldukları şeklindedir. Literatürde bu iki değişkenin birlikte çalışıldığı bir araştırmaya rastlanmamakla birlikte, kendilerini kıskanç olduğunu düşünen üniversite öğrencilerinin, kıskançlık tetiklendiği durumlarda kıskançlık düzeylerinin yüksek olarak bulunması, bu yüksek kıskançlık düzeylerinin de, işlevsel olmayan ilişki inançlarına yoğun olarak sahip olmayla paralel bir şekilde artış göstermesi sonuçlarından yola çıkarak, kendilerini kıskanç olarak algılayan öğrencilerin işlevsel olmayan ilişki inançlarının daha fazla olmasının kaçınılmaz olduğu söylenebilir.

5.6. Üniversite Öğrencilerinin Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmaması Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Öğrencilerin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerine romantik ilişki deneyimi olup olmaması açısından bakıldığında kıskançlık tetiklendiğinde belirtilen kıskançlık düzeylerinin öğrencilerin daha önceden romantik ilişki deneyimi olup olmama durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Önceden romantik ilişki deneyimi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin daha önce hiç romantik ilişki deneyimi yaşamayan öğrencilere göre kıskançlığın tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık yaşadıkları ortaya çıkan sonuçlardandır. Bu durum da daha önce ilişki deneyimi olan kişilerin kıskançlık tetikleyicilerini en bir kez deneyimleme şansı bulmasının ölçekte yer alan “....gibi koşullar altında ne kadar kıskançlık hissedersiniz?” şeklindeki sorulara daha gerçekçi

yanıtlar vermelerini sağlamış olabileceği gibi, daha önce hiç ilişki deneyimi olmayan öğrencilerin ise ilişkiye dair temel bir bakış açısı geliştirmemiş olmaları ve ölçek maddelerini varsayımlar üzerine doldurmuş olmalarının etkisi olabileceği düşünülebilir.

Bunların yanında daha önceden bir ve birden fazla ilişki deneyimi yaşamış kişilerin ilişkilerinin sonlanma şekillerine de paralel olarak partnerlerine karşı olan güvenlerinin zedelenmesi gibi sebeplerle hiç deneyim yaşamayanlara göre kıskançlık düzeylerinde artış görülebileceği düşünülebilir. Literatürde de ilişki sayısı ile güven hissi arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin bulunduğu çalışmaların mevcut olduğu görülmektedir (Bahadır, 2006).

5.7. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Romantik İlişki Deneyimi Olup Olmaması Yönünden Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Romantik ilişki deneyimi olup olmama değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yani geçmişte romantik ilişki deneyimi olan ve hiç romantik ilişki deneyimi olmayan üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan ilişki inançları puanlarında fark olmadığı söylenebilir. Bu durum örnekleme yer alan üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun (%82) daha önce romantik ilişki deneyimi olması ve az bir kısmının (%18) da daha önce hiç ilişki yaşamamış olması nedeniyle anlamlı bir sonuç elde edilemediği söylenebilir. Bu sonuçlar Turan'ın (2010) romantik ilişki yaşama durumunun ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalarda önemli bir faktörler olmadığını ortaya koyduğu çalışmasıyla benzerlik göstermekle birlikte, literatürde bu araştırma sonuçları ile uyuşmayan romantik ilişki inançlarının ilişki deneyimine göre farklılık gösterdiği sonuçlara ulaşmış çalışmaların da olduğu görülmüştür (Küçükarslan, 2011; Gizir, 2013). Sonuçlar da genellikle romantik ilişki deneyimi olan üniversite öğrencilerinin lehine bulunmuştur.

5.8. Üniversite Öğrencilerinin Şuanda Romantik İlişkileri Olup Olmaması Açısından Tüm Kıskançlık Tetikleyicilerine Karşı Gösterileceği Belirtilen Toplam Kıskançlık Düzeyleri ile İşlevsel Olmayan Toplam İlişki İnançlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Üniversite öğrencilerinin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerine ve işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanlarına şu anda romantik ilişkisi olup olmaması açısından bakıldığında, tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerinin ve toplam ilişki inançlarının öğrencilerin şuanda romantik ilişkisi olup olmama durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuş ve şu anda romantik ilişkisi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin şuanda ilişkisi olmayan öğrencilere göre hem kıskançlığın tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık yaşadıkları hem de işlevsel olmayan ilişki inançlarına daha fazla sahip oldukları görülmüştür.

Bu bulgular neticesinde, şu anda bir ilişkisi olmadığını belirten üniversite öğrencilerinin işlevsel olmayan ilişki inançlarına daha az sahip olmaları geçmişten bugüne hiç ilişki yaşamamış olanlar ve geçmişte ilişki yaşamış ve sonlanmış olanlar olarak iki farklı açıdan bakılabilir. Hiç ilişki deneyimi olmayıp şu anda hala ilişkisi olmayan öğrencilerin gelecekte olabilecek ilişkilerine ilişkin kesin bir yargıya varmalarının zor olması, geçmişteki ilişkisi sonlanan ve şu an bir ilişkisi olmayan öğrencilerin de geçmiş yaşantılarındaki ilişkilerini belki de sonlanmaya götüren inançlarını yeniden gözden geçirerek daha gerçekçi değerlendirmeler yapabilmeleri ile açıklanabilir. Şu an ilişkisi var olan öğrenciler de sahip oldukları inançlarının ilişkilerini devam ettirebilmelerini sağladığına inanıyor olabilirler. Küçükarslan (2011) ve Gizir (2013) yine üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmalarında bu bulgulara paralel sonuçlar elde ederek, şu an bir romantik ilişki yaşayanların yaşamayanlara göre daha fazla işlevsel ilişki inançlarına sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Üniversite öğrencilerinden kıskançlığın tetiklendiği sırada şuan bir romantik ilişkisi olduğunu belirtenlerin daha fazla kıskançlık yaşadıklarının bulunmasını, şuan hali hazırda bir ilişkisinin olmasının ve bu ilişkiye dair hissedilen kaybetme korkusunun daha yakın yaşıyor olma ihtimalinin olması ya da Tüfekçi'nin (2008) şu anda romantik ilişkisi olan öğrencilerin halen devam etmekte oldukları ilişkilerinde kendilerini daha az

güvende hissettikleri sonucuna ulaştığı araştırmasıyla da desteklendiği gibi, şu an ilişkisi olmayanların kendilerini anlaşılmazlıklar ya da herhangi bir rakibe karşı tetikte bekleme gibi nedenlerle güvende hissetmelerini etkileyecek bir durumun olmamasının daha az kıskançlık yaşamalarını sağlayabileceği söylenebilir. Bunlarla birlikte kıskançlık duygusunun ilişkiye dair olan işlevsel olmayan inançlarla da paralel olarak artış gösterdiği sonuçlarından yola çıkarak da, şuan ilişkisi olanların daha fazla işlevsel olmayan ilişki inançlarına sahip olmalarının daha fazla kıskançlık yaşamalarını sağladığı söylenebilir.



BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilmiş bulguların genel bir değerlendirmesi yapılmış ve bu değerlendirmeler bağlamında hem uygulamaya hem de ileride bu alanda yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

6.1. Sonuç

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu ana amacın yanında öğrencilerin romantik kıskançlıkları ve sahip oldukları ilişki inançlarının cinsiyet, kendini kıskanç olarak algılayıp algılamama, geçmişte romantik ilişki deneyimi olup olmaması, şu anda romantik ilişkileri olup olmaması gibi değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan incelemeler doğrultusunda, elde edilen bulgular aşağıdaki gibi özetlenebilir:

Bu araştırma sonucunda ulaşılmaları hedeflenen ilk bulgu üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutları (Kıskançlık tetikleyicileri, kıskançlık durumunda verilen tepkiler, kıskançlıkla baş etme yolları, kıskançlığın olumsuz etkileri, kıskançlığın nedenleri) ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişkidir. Bu doğrultuda tüm alt boyutlar arasındaki ilişkilere bakıldığında, Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık tetikleyicileri alt boyutu toplam puanı ile İlişki İnançları Ölçeği'nin tüm alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Romantik kıskançlık durumunda kişinin vermiş olduğu fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkiler ile ilişki inançlarının toplam puanı ve alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmışken, yalnızca “fiziksel tepkiler” ile İlişki İnançları Ölçeği' nin “Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yıkıcı baş etme alt boyutu ile İlişki İnançları Ölçeği'nin “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” ve “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olmasına rağmen, “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız”, “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”,

“Romantik idealizm” alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden yapıcı baş etme alt boyutu ile de “ Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız”, “Romantik idealizm”, alt boyutları ve işlevsel olmayan toplam ilişki inançlar arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon bulunurken, “ Birbirimizi değiştirebilmeliyiz” alt boyutu ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Üniversite öğrencilerinin, kıskançlığın hem olumlu hem de olumsuz etkileri hakkındaki görüşlere katılma düzeyi ile toplam ilişki inançları ve tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Romantik Kıskançlık Ölçeği ile İlişki İnançları Ölçeği arasındaki ilişkide en yüksek korelasyon değerinin kıskançlığın olumlu etkileri görüşüne katılma düzeyi ile işlevsel olmayan ilişki inançlarından, “Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıyız” inancı arasında olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinde kıskançlığın nedenlerinin alt boyutlarına baktığımızda “Kaybetme Korkusu” alt boyutu ile işlevsel olmayan ilişki inançları ilişkili bulunurken, “Yetersizlik Duygusu” ile İlişki İnançları Ölçeği tüm alt boyutları ve toplam ilişki inancı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Araştırma sonucunda elde edilmesi hedeflenen bir diğer bulgu cinsiyet değişkeni açısından öğrencilerin romantik kıskançlıkları ve sahip oldukları ilişki inançlarında farklılaşma olup olmamasıdır. Bu doğrultuda ilk olarak Romantik Kıskançlık Ölçeği alt boyutlarına bakıldığında, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “Bilişsel Tepkiler”, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yapıcı Baş Etme”, “Kıskançlığın Olumlu Etkileri” ve “Kıskançlığın Olumsuz Etkileri” alt boyutlarında kızlar ve erkekler açısından anlamlı farklılıklar olduğu, “Kıskançlık tetikleyicileri”, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “fiziksel tepkiler”, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yıkıcı baş etme” ve kıskançlık nedenlerinden “Yetersizlik Duygusu” ve “Kaybetme Korkusu” alt boyutlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Cinsiyet farklılıklarına baktığımızda da, “olumlu etkiler” alt boyutu dışında kalan tüm alt boyutlarda kızların puan ortalamalarının erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlişki İnançları Ölçeği boyutlarına bakıldığında ise, “Birbirimize Karşı Tamamen Açık ve Dürüst Olmalıyız”, “Birbirimizin Zihnini Okuyabilmeliyiz” ve “Romantik İdealizm”, alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde değişiklik göstermediği saptanmıştır. “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” “Her şeyi Birlikte Yapmalıyız” ve “Birbirimizi Değiştirebilmeliyiz” alt boyutlarında ise, kızlar ve erkekler açısından

anlamalı farklılıklar olduğu görülmüş, bu farklılığın da erkek öğrenciler lehine olduğu gözlenmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilmesi hedeflenen başka bir bulgu da, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık alt boyutları ile toplam ilişki inançlarının kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamamaları yönünden karşılaştırılmasıdır. Bu karşılaştırma sonucunda, kıskançlık tetikleyicileri, kıskançlık durumunda verilen tepkilerden “Fiziksel tepkiler”, “Bilişsel Tepkiler” ve “Duygusal Tepkiler” kıskançlıkla baş etme yöntemlerinden “Yapıcı Baş Etme” “Kıskançlığın Olumlu Etkileri” alt boyutlarında kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama açısından anlamalı farklılıklar olduğu görülmüştür. Farklılıkların tüm bu alt boyutlarda kendilerini kıskanç olarak algılayanlar lehine olduğu görülmüştür. Toplam ilişki inançlarının öğrencilerin kendilerini kıskanç olarak görme durumlarına göre de anlamalı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuş, kendilerinin kıskanç olduğunu algılayan üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç olarak algılamayanlara göre daha fazla işlevsel olmayan ilişki inançlarına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilmesi hedeflenen son bulgular ise, üniversite öğrencilerinin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeyleri ve romantik ilişki inançlarının romantik ilişki deneyimi ve şu anda bir romantik ilişkisi olup olmamasına göre farklılaşıp farklılaşmadığıdır. Bu doğrultuda, kıskançlık tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerine romantik ilişki deneyimi olup olmaması açısından bakıldığında tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerinin öğrencilerin daha önceden romantik ilişki deneyimi olup olmama durumlarına göre anlamalı bir şekilde değişiklik gösterdiği, önceden romantik ilişki deneyimi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin daha önce hiç romantik ilişki deneyimi yaşamayan öğrencilere göre kıskançlığın tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Akılcı olmayan ilişki inançları açısından bakıldığında ise geçmişte romantik ilişki deneyimi olan ve hiç romantik ilişki deneyimi olmayan üniversite öğrencilerinin puanları arasında herhangi bir fark bulunamamıştır.

Bunların yanında, üniversite öğrencilerinin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterileceği belirtilen toplam kıskançlık düzeylerine ve işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanlarına şu anda romantik ilişkisi olup olmaması açısından bakıldığında ise, kıskançlık tetiklendiğinde belirtilen kıskançlık düzeylerinin ve toplam ilişki inançlarının öğrencilerin şu anda romantik ilişkisi olup olmama durumlarına göre

anlamalı bir şekilde değişiklik gösterdiği bulunmuş ve şunda romantik ilişkisi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin şunda ilişkisi olmayan öğrencilere göre hem kıskançlığın tetiklendiği durumlarda daha fazla kıskançlık yaşadıkları hem de akılcı olmayan ilişki inançlarına daha fazla sahip olduklarının görülmesi de bir diğer bulgudur.

6.2. Öneriler

6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler

- Çiftlerin sağlıklı romantik ilişkiler geliştirebilmelerinde olumsuz etkisi olduğu düşünülen işlevsel olmayan ilişki inançlarının ve bu inançların romantik kıskançlıkla ilişkisinin belirlenmesi ve bu inançları ve yaşanan kıskançlığı azaltmaya yönelik çift terapisinde kullanılmak üzere özellikle Bilişsel Davranışçı Kuram ya da Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram temelli müdahale programları geliştirilip, uygulamalar yapılabilir.
- Özellikle genç yetişkinlik döneminde yer alan üniversite dönemindeki öğrencilerine üniversitelerin psikolojik danışma merkezleri, PDR ve psikoloji kolları ya da mediko-sosyal birimleri aracılığıyla ileride daha sağlıklı romantik ilişkiler kurabilmeleri amacıyla sahip oldukları romantik ilişkilerine yönelik işlevsel olmayan inançları ve ilişkilerinde yoğun olarak maruz kaldıkları romantik kıskançlık duyguları ile ilgili farkındalık geliştirmelerine yardımcı olacak bilgilendirme çalışmaları yapılabilir.
- Kıskançlığın ve işlevsel olmayan ilişki inançlarının ilişkilerde oldukça olumsuz yaşantıları da beraberinde getirdiği sonucunu da göz önüne alarak, kıskançlığın tetikleyicilerinin, kıskançlık durumunda verilen fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkilerin, kıskançlıkla baş etme yöntemlerinin, kıskançlığın ilişkilere olumlu ve olumsuz etkilerinin ve kıskançlığın nedenlerinin ve bunların hepsinin işlevsel olmayan ilişki inançları ile ilişkileri ile birlikte bu durumlardaki cinsiyet farklılıklarının bilinmesi sayesinde evlilik öncesindeki bireylere yönelik önleyici danışmanlık hizmetleri sunulabilir.
- Üniversitelerin mediko-sosyal ya da psikolojik danışma birimleri tarafından öğrencilere romantik ilişkilerdeki anlaşmazlık ve problemlerle baş etmek üzere verilecek danışmanlık hizmetlerinde, ortaya çıkan bu bulguların

terapistlere yarar sağlayacağı ve danışanlarına yaklaşımları açısından aydınlatıcı olacağı düşünülmektedir.

6.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Romantik kıskançlık ile işlevsel olmayan ilişki inançları arasındaki ilişkinin belirlendiği bu araştırma, üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olduğundan örneklemin büyük bir çoğunluğu bekar ve flört dönemindeki çiftlerden oluşmaktadır. Bu araştırmanın nişanlılık, evlilik gibi farklı boyutlardaki bireyleri kapsayacak şekilde genişletilebileceği düşünülmektedir.
- Bunların yanında, romantik kıskançlık ile işlevsel olmayan ilişki inançları arasındaki ilişkiyi etkileyen ve değişkenlerin nedeni olabilecek üçüncü değişkenlerin (anne ve baba ilişki örüntüleri, iç dış kontrol odağı vb.) araştırılması da sonraki çalışmaların konusu olabilir.
- Araştırma ülke genelini temsil etmesinin güçlenmesi açısından ülkemizin çeşitli yerlerinde yapılabilir.
- Romantik kıskançlık ve ilişkilere dair inançlar kültürel özellikler taşıdığından ve bu araştırma yalnızca Türk kültürü ile sınırlı tutulduğundan, bu iki değişkenin ele alındığı diğer kültürlerin de dahil olduğu kültürlerarası araştırmalar yapılabilir.
- Bu araştırmadaki veriler nicel veri toplama yöntemi kullanılarak elde edilmiştir. Aynı araştırma konusunun nitel veri toplama yöntemi kullanılarak araştırılmasının da yararlı olabileceği düşünülmektedir.
- Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin tamamının oldukça uzun olması sebebiyle daha sonraki araştırmalarda, ölçeğin alt ölçeklerinin yalnızca bir kısmının araştırmaya dahil edilmesi uygulama açısından daha fazla kolaylık sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Ainsworth, M.; Blehar, M.; Watres, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Akça, M.Ş.(2014). *Üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlık ve empatik eğilim arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya .
- Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Anderson, T. L. (2005). Relationships among Internet attitudes, Internet use, romantic beliefs, and perceptions of online romantic relationships. *CyberPsychology & Behavior*, 8(6), 521-531.
- Arslan, S.(2015). *Adult attachment, stage of threat, and romantic jealousy in relation to psychopathological symptoms: importance of personal characteristics and quality of relationship*. Yüksek lisans tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Aslan Dölen Z.(2015). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerinde bağlanım: Romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve cinsiyet rolleri*. Yüksek lisans tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Attridge, M. (2013). Jealousy and relationship closeness: exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. *Sage* 3, 1-16
- Aune, K.S., & Comstock, J. (1991). Experience and expression of jealousy: Comparison between friends and romantics. *Psychological reports*, 69(1), 315-319.
- Azizoglu-Binici, S., & Hovardaoglu, S. (1996). Evlilik için karşılaştırma düzeyi ölçeğinin (EKDÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11, 66-76.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumunu düzenleme arasındaki ilişki*. Yayınlanmış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.
- Beck, A. T. (1989). *Love is never enough: how couples can overcome misunderstandings. Resolve conflicts, and solve relationship problems through cognitive therapy*. New York: Harper Perennial.

- Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. Guilford Press.
- Beck, A.T.(2011). *Aşk asla yetmez*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği
- Beck, J. S.(2014). *Bilişsel terapi temel ilkeler ve ötesi*. Ankara: Nobel Yayınları
- Ben-Ze'ev, A. (2010). Jealousy and Romantic Love. In Hart, S.L. & Legerstee, M. (Eds.) *Handbook of jealousy: Theory, research, and multidisciplinary approaches*, (pp.40-54). USA: Wiley-Blackwell.
- Beştav, G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bilgin, N. (2003). *Sosyal psikoloji sözlüğü: kavramlar, yaklaşımlar* (1. Baskı). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Blévis, M.,& Heal, O. (2009). *Jealousy: True stories of love's favorite decoy*. Other PressLlc.
- Blomquist, K.P.(2014). *Jealousy in close relationships among emerging adults*. (Doktoral Dissertation, Duke University, 2014) Dissertation Abstracts International, 194.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory, *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss. Volume III: Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bingle, R. G. (1991). Psychosocial aspects of jealousy: A transactional model. *The psychology of jealousy and envy*, 103-131.
- Bingle, R. G. (1995). Sexual jealousy in the relationships of homosexual and heterosexual men: 1980 And 1992. *Personal Relationships*, 2, 313-325.
- Bingle, R. G.,& Williams, L. J. (1979). Parental—Offspring similarity on jealousy and related personality dimensions. *Motivation and Emotion*, 3(3), 265-286.
- Brown, S. L. ve Wright, J. (2001) Attachment theory in adolescence and its relevance to developmental psychopathology. *Clinical Psychology and Psychotherapy* , 8, 15- 32.

- Buss, D. M. (2000). *The dangerous passion: Why jealousy is as necessary as love and sex*. New York: Free Press.
- Buss, D. M. (2001). Cognitive biases and emotional wisdom in the evolution of conflict between the sexes. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 219 - 223.
- Buunk, B. P. (1991). *Jealousy in Close Relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*. In P. Salovey (Der.), *The Psychology of Jealousy and Envy* (p. 148-178). NY: Guilford Pres.
- Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective: Tests from the Netherlands, Germany, and the United States. *Psychological Science*, 7(6), 359-363.
- Buunk, B. P. (1997). Personality, birth order, and attachment styles as related to various types of jealousy. *Personality and Individual Differences*, 23, 997-1006.
- Buunk, A. P. ve Dijkstra, P. (2004). Gender differences in rival characteristics that evoke jealousy in response to emotional versus sexual infidelity. *Personal Relationships*, 11, 395-408.
- Buunk, A. P.,& Dijkstra, P. (2006). Temptations and threat: Extradyadic relations and jealousy. *The Cambridge handbook of personal relationships*, 533-555.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Veri analizi el kitabı* (12. Baskı). Ankara: Pagem A Yayıncılık.
- Can, A. (2014). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi* (3. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Carson, C. L.,& Cupach, W. R. (2000). Fueling the flames of the green-eyed monster: The role of ruminative thought in reaction to romantic jealousy. *Western Journal of Communication (includes Communication Reports)*, 64(3), 308-329.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24.
- Çapkın, M. (2012). *Romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Çimen, S. E. (2007). *Görücü usulü ve anlaşılarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara

- Dandurand, C., & Lafontaine, M. F. (2013). Intimacy and couple satisfaction: The moderating role of romantic attachment. *International Journal of Psychological Studies*, 5(1), 74.
- DeBord, J., Romans, J. S. C., & Krieshok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship-specific beliefs. *Journal of Psychology*, 130, 263-280.
- Demirtaş, H. A. (2004). *Yakın ilişkilerde kıskançlık (bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler)*. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Demirtaş, H. A., Dönmez, A. (2006). Yakın ilişkilerde kıskançlık: bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(3), 181-191.
- DeSteno, D. A., & Salovey, P. (1996). Evolutionary origins of sex differences in jealousy? Questioning the “fitness” of the model. *Psychological Science*, 7(6), 367-372.
- Deutsch, C. (2006). Relative mate value, irrational beliefs, and romantic jealousy. Master's thesis. Lakehead University. Canada
- DiGiuseppe, R. A., Doyle, K. A., Dryden, W., & Backx, W. (2014). *A practitioner's guide to rational-emotive behavior therapy*. New York: Oxford University Press.
- Dijkstra, P. ve Buunk, B. P. (2002). Sex differences in the jealousy-evoking effect of rival characteristics. *European Journal Of Social Psychology*, 32, 829–852.
- Dokur, M. & Profeta, Y. (2006). *Aile ve Çift Terapisi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Dryden, W. (2009). *Kıskançlığın üstesinden gelin*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Easton, J. A., Schipper, L. D., & Shackelford, T. K. (2007). Morbid jealousy from an evolutionary psychological perspective. *Evolution and Human Behavior*, 28(6), 399-402.
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of consulting and clinical psychology*, 50(5), 715.
- Elliot, A. J. ve Reis, H. T. (2003). Attachment and exploration in adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 317-331.
- Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational Emotive Therapy*, 4(1), 4-21.
- Ellis, A. (1996). The treatment of morbid jealousy: A rational emotive behavior therapy approach. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 10(1), 23-33.

- Ellis, A., & Dryden, W. (2007). *The practice of rational emotive behavior therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of consulting and clinical psychology*, 50(5), 715.
- Elphinston, R. A., Feeney, J. A., Noller, P., Connor, J. P., & Fitzgerald, J. (2013). Romantic jealousy and relationship satisfaction: The costs of rumination. *Western Journal of Communication*, 77(3), 293-304.
- Epstein, N., Baucom, D. H., & Rankin, L. A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. *Clinical psychology review*, 13(1), 45-57.
- Erber, R., & Erber, M. W. (2001). *Intimate Relationships: Issues, Theories and Research*. Boston: Allyn & Bacon
- Gehl, B. K. (2010). *Personality antecedents of the experience and expression of romantic jealousy*. Doctoral dissertation, The University of Iowa.
- German, R. E. (2012). *The influence of depression on romantic jealousy: A transactional model approach*. Doctoral dissertation, American University.
- Gibbons, F. X. ve Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142.
- Gizir, C. A. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2).
- Gizir, C. A. (2013). Üniversite öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38, 170, 372-384.
- Goodwin, R., & Gaines, S. O. (2004). Relationships beliefs and relationship quality across cultures: Country as a moderator of dysfunctional beliefs and relationship quality in three former Communist societies. *Personal Relationships*, 11(3), 267-279.
- Göral Alkan, F. S. (2010). *Coupling through projective identification: bridging role of projective identification in the associations among early parenting experience, personality constructs and couple relationship*. Yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Greenberg, L. S., & Johnson, S. M. (2014) *Duygu odaklı çift terapisi*. İstanbul: Ck yayınevi.

- Guerrero, L. K., Trost, M. L., & Yoshimura, S. M. (2005). Emotion and communication in the context of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 12, 233-252.
- Haferkamp, C. J. (1999). Beliefs about relationships in relation to television viewing, soap opera viewing, and self-monitoring. *Current Psychology*, 18(2), 193-204.
- Hansen, G. L. (1985). Dating jealousy among college students. *Sex Roles*, 12(7-8), 713-721.
- Harris, C. R., & Darby, R. S. (2010). Jealousy in adulthood. In Hart, S.L. & Legerstee, M. (Eds.) *Handbook of jealousy: Theory, research, and multidisciplinary approaches*, (pp.547-571). USA: Wiley-Blackwell.
- Haselton, M. G. ve Buss, D. M. (2000). Error management theory: A new perspective on biases in cross-sex mind reading. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 81-91.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Hill, S. E. (2007). Overestimation bias in mate competition. *Evolution and Human Behavior*, 28(2), 118-123.
- Honeycutt, J. M., & Cantrill, J. G. (2001). *Communication, cognition, and romantic relationships*. New York: Routledge.
- Houser, A., G. (2009). *Evli bireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantik kıskançlık ve duygusal zeka düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hupka, R. B. (1981). Cultural Determinant of Jealousy. *Alternative Lifestyles*, 4, 310-356.
- İnanç, B. Y., & Yerlikaya, E. E. (2009). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- İnce, M. (2009). *Erken dönem çocukluk deneyimlerinin hangi yönleri romantik kıskançlığı öngörür? Ebeveyn davranışı, kardeş kıskançlığı ve yetişkin bağlanma stillerinin yetişkin romantik kıskançlığına etkileri üzerine bir araştırma*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri (7.Baskı)*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karahan, T. F., & Sardoğan, M. E. (2004). *Psikolojik danışma ve psikoterapide kuramlar*. Samsun: Deniz Kültür Yayınları.
- Karakurt, G. (2001). The impact of adult attachment styles on romantic jealousy. Doctoral dissertation. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

- Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler* (12.Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Klein, M. (1999). *Haset ve Şükran*. (Çev. Orhan Koçak), Yavuz Erten. İstanbul: Metis Yayınları.
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Küçükçelik, Z.M .(2015). *İlişkiye dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumuna etkisi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Leahy, L. R. (2004). *Bilişsel terapi ve uygulamaları. Tedavi müdahaleleri için bir kılavuz*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Leahy, R L. (2003). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Lester, D., Deluca, G., Hellinghausen, W., & Scribner, D. (1985). Jealousy and irrationality in love. *Psychological reports*, 56(1), 210-210.
- Mahl, D. (2001). The influence of parental divorce on the romantic relationship beliefs of young adults. *Journal of divorce & remarriage*, 34(3-4), 89-118.
- Malkoç, A.,& Erginsoy, D. (2008). Rekabetçi tutum, bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 28, 1-14.
- Mathes, E. W., & Severa, N. (1981). Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development. *Psychological reports*, 49(1), 23-31.
- Mathes, E. W., Phillips, J. T., Skowran, J., & Dick, W. E. (1982). Behavioral correlates of the interpersonal jealousy scale. *Educational and Psychological Measurement*, 42(4), 1227-1231.
- Mathes, E. W. (1991). A Cognitive Theory of Jealousy. In P. Salovey (Der.), *the psychology of jealousy and envy* (pp. 52-77). NY: Guilford Press.
- Mathes, E. W. (1992). *Jealousy: The Psychological Data*. Lanham: University Press of America.
- Melamed, T. (1991). Individual differences in romantic jealousy: The moderating effect of relationship characteristics. *European Journal of Social Psychology*, 21(5), 455-461

- Metts, S., & Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research, 17*(1), 170-185.
- Mroz, K. L. (2010). *Romantic jealousy as a social comparison process*. Master thesis, California State University.
- Mullen, P. E. (1990). A phenomenology of jealousy. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 24*(1), 17-28.
- Murphy, S. M., Vallacher, R. R., Shackelford, T. K., Bjorklund, D. F., & Yunger, J. L. (2006). Relationship experience as a predictor of romantic jealousy. *Personality and Individual Differences, 40*(4), 761-769.
- Nelson, L. A. (2014). *The effect of romantic jealousy on self-control: an examination of trait constructs and sex differences based on survey and experimental data*. Doctoral Dissertation, The East Tennessee State University.
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. (1989). Multidimensional Jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships, 6*, 181-196.
- Pines, A., & Aronson, E. (1983). Antecedents, correlates and consequences of sexual jealousy. *Journal of Personality, 51*(1): 108-136.
- Pines, A. M. (1992a). Romantic jealousy: five perspectives and an integrative approach. *Psychotherapy, 29*: 675-683.
- Pines, A. M. (1992b). *Romantic jealousy: understanding and conquering the shadow of love*. New York: St Martin's Press.
- Pines, A. M. (1998). *Romantic jealousy: Causes, symptoms, cures*. NY: Routledge.
- Pines, A. M., Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. *The Journal of Social Psychology, 138*, 54-71.
- Powell, C. A. J. (2010). *Superiority of rival, gender, chronic jealousy, and narcissism as predictors of partner-focused versus rival-focused romantic jealousy and aggression*. Doctoral Dissertation, University of Kentucky.
- Rodin, J., & Salovey, P. (1989). Health psychology. *Annual review of psychology, 40*(1), 533-579.
- Romans, J. S., & DeBord, J. (1995). Development of the relationship beliefs questionnaire. *Psychological Reports, 76*, 1248-1251.
- Rorer, L. G. (1989). Rational-emotive theory: I. An integrated psychological and philosophical basis. *Cognitive Therapy and Research, 13*(5), 475-492.

- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 101–117.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Determinants and consequences of exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in adult romantic involvements. *Human relations*, 39(1), 45-63.
- Rusbult, C.E., Morrow, G.D., & Johnson, D.J. (1987). Self-esteem and problem-solving behaviour in close relationships. *British Journal of Social Psychology*, 26, 293–303.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 , 53–78.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal relationships*, 5(4), 357-387.
- Rydell, R. J., McConnell A. R., & Bringle R. G. (2004). Jealousy and Commitment: Perceived Threat and Effect of Relationship Alternatives. *Personal Relationships*, 11 , 451-468.
- Salovey, P. (1991). Social comparison processes in envy and jealousy. In J. M. Suls ve T. A. Wills (Ed.), *Social comparison: Contemporary theory and research* (pp. 261-285). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Saraç, A. (2013). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordamada akılcı olmayan inançlar ve evlilik öncesi ilişki algılarının rolü*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiler*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sharp, E. A.,& Ganong, L. H. (2000). Raising awareness about marital expectations: are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? *Family Relations*, 49(1), 71-76.
- Sharpsteen, D. J. (1995). The effects of relationship and self-esteem threats on the likelihood of romantic jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12 , 89–101.

- Sharpsteen, D. J. & Kirkpatrick, L.A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Personality Processes and Individual Differences*, 72(3), 627-640.
- Sprecher, S.,& Metts, S. (1999). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(6), 834-851.
- Sprecher, S., & Toro-Morn, M. (2002). A study of men and women from different sides of earth to determine if men are from Mars and women are from Venus in their beliefs about love and romantic relationships. *Sex Roles*, 46(5-6), 131-147.
- Stackert, R. A.,& Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1419-1429.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119.
- Sullivan, B. F.,& Schwebel, A. I. (1995). Relationship beliefs and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *The Family Journal*, 3(4), 298-305.
- Sungur, M. Z. (2009). *Sen, ben ve aramızdaki her şey: Şeytan üçgeni*. İstanbul: Goa
- Tesser, A. ve Campbell, J. (1980). Self-definition: The impact of the relative performance and similarity of others. *Social Psychology Quarterly*, 43, 341–347.
- Tortamış, M. (2014). *Evli bireylerde romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tufan Çetin, B. (2010). *Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması*. Yüksek lisans tezi, ege üniversitesi, İzmir.
- Tunç, E. (2015). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile ilişki doyumu, affetme ve kıskançlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Turan, A. F. (2010). *Üniversite öğrencilerinin ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Tüfekçi, S. (2008). *Romantik ilişkilerde genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumları ve kişilik özellikleri: Transaksiyonel analiz ego durumları açısından bir değerlendirme*. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Warber, K. M. (2007). *The impact of sex and gender in the relationships among attachment, romantic jealousy, and varying forms of aggression in adult romantic relationships*. Doctoral Dissertation, The University of Arizona.
- Weaver, S. E., & Ganong, L. H. (2004). The factor structure of the romantic beliefs scale for African Americans and European Americans. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 171-185.
- White, G. L. (1980). Inducing Jealousy: A Power Perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 6, 222-227.
- White, G., L. (1981a). Relative Involvement, Inadequacy, and Jealousy: A Test of a Causal Model. *Alternative Lifestyles*, 4, 291-309.
- White, G. L. (1981b). Some Correlates of Romantic Jealousy. *Journal of Personality* (49) 22-33.
- White, G. L. (1981c). A Model of Romantic Jealousy. *Motivation and Emotion*, 5, 295-310.
- White, G.L. (1981d). Jealousy and Partner's Perceived Motives for Attraction to a Rival. *Social Psychology Quarterly*, 44, 24-30.
- White, G. L., Mullen, P. E. (1989). *Jealousy: theory, research, and clinical strategies*. New York: Guilford Press.
- Wiederman, M. W., & Allgeier, E. R. (1993). Gender differences in sexual jealousy: Adaptionist or social learning explanation? *Ethology and Sociobiology*, 14(2), 115-140.
- Yerlikaya, Y.G. (2015). *Evrimsel kıskançlıkta cinsiyet farkları: Cinsel yönelim, cinsiyet rolleri ve ilişki deneyimlerinin etkisi*. Yüksek lisans tezi. Doğu Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, A. (2011). *Romantik ilişkilerde rakibin değerlendirilmesinin hata yönetimi ve sosyal karşılaştırma kuramları açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Zandbergen, D.L. (2014). *Culture and gender differences in romantic jealousy*. Master thesis, University of Hawai.
- Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

EKLER

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bu formlarda siz, okul yaşamınız, aileniz ve romantik(duygusal) ilişkilerinizle ilgili sorular yer almaktadır. Sorular sizi değerlendirmek için değil bilimsel bir araştırmada kullanılmak üzere sorulmaktadır. Bu araştırmanın sonuçlarının güvenilir olması için sorulara samimi ve gerçeği yansıtan cevaplar vermeniz çok önemlidir. Her bir maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, size en uygun gelen seçeneğe (X) işareti koyunuz. Cevaplarınız kesinlikle gizli kalacak ve araştırmacı dışında başka kimse tarafından görülmeyecektir. Yalnızca bu araştırmada kullanılacaktır. Yardımlarınız ve zaman ayırdığınız için çok teşekkür ederim.

Enstitüsü

Halide Begüm UTKAN
Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler

Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Bölümünüz :

2. Sınıfınız : () Hazırlık () 1 () 2 () 3 () 4

3. Yaşınız :

4.Cinsiyetiniz : () Kız () Erkek

5.Medeni Durumunuz: () Bekar () Boşanmış () Evli () Nişanlı

6.Üniversite öncesi yaşantınızın büyük bir bölümünün geçtiği yer

() Köy/Kasaba () İlçe (Merkez ilçe dışında) () İl merkezi () Yurt Dışı

7. Annenizin öğrenim durumu:

- () Okur-yazar değil
 () Okur-yazar (İlkokul mezunu değil)
 () İlkokul mezunu
 () Ortaokul mezunu
 () Lise mezunu
 () Yüksekokul/Üniversite
 () Lisansüstü

Babanızın öğrenim durumu:

- () Okur-yazar değil
 () Okur-yazar (İlkokul mezunu değil)
 () İlkokul mezunu
 () Ortaokul mezunu
 () Lise mezunu
 () Yüksekokul/Üniversite
 () Lisansüstü

8. Ailenizin ortalama *toplam* aylık geliriTL**9. Daha önce romantik ilişki deneyiminiz oldu mu?**

- () Evet (Evet ise 10.sorudan itibaren yanıtlayınız)
 () Hayır (Hayır ise 12. soru ile devam ediniz)

10. En son ne zaman romantik ilişki deneyiminiz oldu?

- () 0-5 ay önce
 () 6 ay- 1 yıl önce
 () 2-5 yıl önce
 () 6 yıldan fazla

11. Daha önceki romantik ilişkiniz ne şekilde sonlandı? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

- () İlişkim hala devam ediyor
 () Terketme
 () Terk edilme
 () Aldatılma

- ☐ Beklediğini bulamama
- ☐ Hayal kırıklığı
- ☐ Diğer (Lütfen belirtiniz).....

12. Şu anda romantik bir ilişkiniz var mı?

- ☐ Var (Var ise 13.sorudan itibaren yanıtlayınız)
- ☐ Yok (Yok ise 17.soru ile devam ediniz)

13. Romantik İlişki yaşadığınız partnerinizin daha öncesinde ilişki deneyimi oldu mu?

- ☐ Evet ☐ Hayır ☐ Bilmiyorum

14. Şu anda yaşadığınız romantik ilişkiniz ne kadar süredir devam ediyor?

- ☐ 0-5 ay
- ☐ 6 ay- 1 yıl
- ☐ 2-5 yıl
- ☐ 6 yıldan fazla

15. Şu anda yaşadığınız romantik ilişkinizi başlatan kimdi?

- ☐ Ben
- ☐ Partnerim
- ☐ İkimiz
- ☐ Diğer.....

16. Şu andaki partnerinizle tanışma şekliniz nasıldı? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

- ☐ Arkadaş ortamında
- ☐ Bir arkadaşım aracılığıyla
- ☐ Aileler aracılığıyla

- ☐ Okul/sınıf ortamında
- ☐ İnternet aracılığıyla
- ☐ Diğer.....

17. Anne ve babanızın tanışıp evlenme şekilleri nasıldır?

- ☐ Görücü usulü
- ☐ Flört ederek
- ☐ Ailelerin zoru ile
- ☐ Kaçarak
- ☐ Berdel
- ☐ Bilmiyorum
- ☐ Diğer(lütfen belirtiniz).....

18. Anne ve babanızın birliktelik durumu nasıldır?

- ☐ Evliler ve birlikte yaşıyorlar
- ☐ Evliler fakat ayrı yaşıyorlar
- ☐ Boşandılar
- ☐ Annem hayatta değil
- ☐ Babam hayatta değil
- ☐ Diğer.....

19. Anne ve babanızın çift ilişkisini nasıl değerlendirirsiniz?

- ☐ Çok iyi
- ☐ İyi
- ☐ Orta
- ☐ Kötü
- ☐ Çok kötü

EK-2 RKÖ

Bu ölçek, romantik (duygusal) ilişkilerinize yönelik duygu ve düşüncelerinizi ortaya koymak amacıyla uygulanmaktadır. Ölçekte yer alan sorular en çok önem verdiğiniz yakın ilişkinizle ilgilidir. Bu çalışmadan elde edilen bilgiler yalnızca araştırmanın amacına hizmet edecek şekilde kullanılacak, kimlik bilgilerinizi belirtmeniz istenmeyecektir. Değerlendirmelerinizi gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtacak şekilde dürüstçe yapmanız ve hiçbir maddeyi boş bırakmamanız son derece önemlidir.

Katıldığınız için teşekkür ederiz.

I. KISKANÇLIK TETİKLEYİCİLERİ

Aşağıdaki koşullar altında ne kadar kıskançlık yaşarsınız?		Hiç	Orta Düzeyde					Çok
		1	2	3	4	5	6	7
1	Birlikte olduğunuz kişi bir partide bir başkasıyla flört ediyor ve uzunca bir süre onunla oldukça yakın dans edip kışkırtıcı bir biçimde davranıyor							
2	Birlikte olduğunuz kişi bir partide uzunca bir süre bir başkasıyla dans ediyor							
3	Birlikte olduğunuz kişi bir partide uzunca bir süre bir başkasıyla sohbet ediyor							
4	Birlikte olduğunuz kişi bir partide uzunca bir süre ortalıktan kayboluyor							
5	Birlikte olduğunuz kişi bir partide bir ara ortadan kayboluyor							
6	Telefonu çalıyor ve arayan kişi açar açmaz telefonu yüzünüze kapatıyor							
Birlikte olduğunuz kişinin aşağıda belirtilen kişiyle cinsel ilişki yaşadığını öğrenirseniz ne kadar kıskanırsınız?		Hiç	Orta Düzeyde					Çok
		1	2	3	4	5	6	7
7	Kişisel olarak tanımadığınız ve hakkında çok az bilgi sahibi olduğunuz biri ile							
8	Kişisel olarak tanımadığınız ve hakkında hiçbir şey bilmediğiniz biri ile							
9	Ailenizden biri ile							
10	Kişisel olarak tanımadığınız ve hakkında çok şey bildiğiniz biri ile							
11	Kişisel olarak tanıdığınız ve güvenmediğiniz biri ile							
12	Tanıdığınız ve size benzediğini düşündüğünüz biri ile							
13	Tanıdığınız, güvendiğiniz ve arkadaşınız olduğunu düşündüğünüz biri ile							
14	En iyi arkadaşınız, sırdaşınız ile							
15	Tanıdığınız ve gıpta (imrendiğiniz) ettiğiniz biri ile							
Birlikte olduğunuz kişi ile ilgili olarak, aşağıdaki durumlardan her birinde ne kadar kıskançlık duyardınız/duydunuz?		Hiç	Orta Düzeyde					Çok
		1	2	3	4	5	6	7
16	Bir başka sevgili bulduğunda							
17	Sizin cinsiyetinizden yalnız ve sevgili olabileceği biriyle yakın arkadaşlık kurduğunda							
18	Sizin cinsiyetinizden biriyle yakın bir arkadaşlık kurduğunda							
19	Yalnız ve sevgili olarak düşünebileceği kişilere arkadaşça yaklaştığında							
20	Tesadüfen tanıştığı birine beğenisini gösterdiğinde							
21	Çekici bir yabancıyı beğenisini göstererek süzduğünde							
22	Bir film ya da televizyon yıldızını beğendiğini belirttiğinde							

EK-3 İİÖ

Aşağıda romantik ilişkilere yönelik bireylerin benimsedikleri bazı düşünceler bulunmaktadır. Lütfen her bir cümleyi dikkatle okuyup, bu düşüncelere ne kadar katıldığınızı belirleyiniz.

	Hiç Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Çok Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Partnerim, tüm duygu ve düşüncelerini benimle paylaşmalı.					
2. Partnerim, aklımdan geçenleri okuyabilmeli.					
3. Partnerimi seviyorsam, onsuz çok fazla zaman geçirmemeliyim.					
4. Partnerime karşı her zaman tutku dolu olmalıyım.					
5. Partnerimin hoşlanmadığım özelliklerinin olmasını sorun etmem, çünkü zamanla onları değiştirebilirim.					
6. Bu dünyada benim için sadece tek bir doğru kişi vardır.					
7. Partnerimden hiçbir şey gizlememeliyim.					
8. Partnerimin aklımdan geçenleri okuyabilmeliyim.					
9. Eğer partnerim beni seviyorsa, bensiz çok fazla zaman geçirmemeli.					
10. Partnerim bana karşı her zaman tutku dolu olmalı.					
11. Ona olan aşkım partnerimi sakın birine dönüştürebilmeli.					
12. Şu anki partnerimden başkasıyla asla mutlu olamam.					
13. Partnerim benden hiçbir şey gizlememeli.					
14. Bana söylemese bile partnerimin istek/ihtiyaçlarının ne olduğunu anlayabilmeliyim.					
15. Eğer partnerimle birbirimizi seviyorsak, hemen hemen her şeyi beraber yapmalıyız.					
16. Partnerimi her zaman mutlu etmeliyim.					
17. Partnerime tüm ilgi ve hobilerimden zevk almasını öğretebilirim.					
18. Bir aşk ilişkisi kalıcı olmalı.					

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Halide Begüm UTKAN
Doğum Yeri ve Tarihi : Diyarbakır /1984
E-mail : halidebegum@gmail.com

EĞİTİM BİLGİLERİ

(2011 –2016) : Yüksek Lisans, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Adana.
(2002–2006) : Lisans, Çukurova Üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Adana.
(1996–2002) : Ortaokul- Lise, Ticaret Odası (ATO) Anadolu Lisesi, Adana
(1995–1996) : Hazırlık, Erzincan Anadolu Lisesi, Erzincan.
(1992-1995) : İlkokul, Hayrettin Paşa İlkokulu, Erzincan.
(1990-1992) : İlkokul, Beyşehir Cumhuriyet İlkokulu, Konya.

İŞ DENEYİMİ

(2013 Temmuz – 2016 Haziran) : Çukurova Oğuzhan Ortaokulu, Adana.
(2013 Şubat – 2013 Temmuz) : Sarıçam Sevgi Anaokulu, Adana.
(2010 Haziran – 2013 Şubat) : Sarıçam Hocallı Türk Kadınlar Birliği İ.Ö.Okulu, Adana.
(2009 Haziran – 2010 Haziran) : Selahattin İyigün İlköğretim Okulu, Kilis.
(2007 Şubat– 2009 Haziran) : Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Iğdır.
(2006 Ekim – 2007 Şubat) : İSTEK Vakfı Okulları, Adana.