T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

KISKANÇLIK DÜZEYİ, BAĞLANMA TARZI VE EBEVEYN TUTUMLARININ ROMANTİK İLİŞKİLERİN SÜRESİ VE İLİŞKİ DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Aleyna BAKIR

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICIOĞLU

İstanbul – 2026

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı	**:**	Aleyna BAKIR
Tezin Dili	**:**	Türkçe
Tezin Adı	**:**	Kıskançlık Düzeyi, Bağlanma Tarzı ve Ebeveyn Tutumlarının Romantik İlişkilerin Süresi ve İlişki Doyumu Üzerindeki Etkisi
Enstitü	**:**	İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Anabilim Dalı	**:**	Psikoloji
Tezin Türü	**:**	Yüksek Lisans
Tezin Tarihi	**:**	30.12.2025
Sayfa Sayısı	**:**	134
Tez Danışmanları	**:**	Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICIOĞLU
Dizin Terimleri	**:**	Bağlanma stilleri; romantik kıskançlık; ebeveyn tutumları; ilişki doyumu; ilişki süresi.
Türkçe Özet	**:**	Bu araştırmada, kıskançlık düzeyi, bağlanma tarzı ve algılanan ebeveyn tutumlarının romantik ilişkilerin süresi ve ilişki doyumu üzerindeki etkileri incelenmiştir.
Dağıtım Listesi	**:**	1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne 2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Aleyna BAKIR

T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

KISKANÇLIK DÜZEYİ, BAĞLANMA TARZI VE EBEVEYN TUTUMLARININ ROMANTİK İLİŞKİLERİN SÜRESİ VE İLİŞKİ DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Aleyna BAKIR

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICIOĞLU

İstanbul – 2026

BEYAN

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

Aleyna BAKIR

…/…/2026

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Aleyna BAKIR'ın "Kıskançlık Düzeyi, Bağlanma Tarzı ve Ebeveyn Tutumlarının Romantik İlişkilerin Süresi ve İlişki Doyumu Üzerindeki Etkisi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan *Doç. Dr. Rahmi SAYLIK*

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICIOĞLU*
(Danışman)

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Nurhan NAZ*

ONAY
Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.
... / ... / 20..

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ
Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu çalışmada, yetişkin bireylerde bağlanma stilleri, kıskançlık düzeyleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının romantik ilişki doyumu ile ilişki süresi üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırma, nicel ve kesitsel ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüştür. En az altı ay süreli romantik ilişki deneyimine sahip katılımcılar arasından analize dahil edilme ölçütlerini karşılayan n=349 kişi örneklemi oluşturmuştur. Veriler Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Romantik İlişkilerde Kıskançlık Ölçeği, Anne-Baba Tutumları Ölçeği ve İlişki Değerlendirme Ölçeği ile toplanmıştır. Tanımlayıcı istatistikler, güvenirlik ve normallik incelemelerinin ardından Pearson korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizleri uygulanmıştır; varsayımlar denetlenmiş, ilişki süresi değişkeni sıralı yapısına karşın yaklaşık sürekli kabul edilerek modellenmiştir.

Bulgular, bağlanma boyutlarının merkezi rolünü göstermiştir: Güvenli bağlanma ilişki doyumu ile pozitif, kaygılı/kararsız bağlanma negatif yönde ilişkilenmiştir; çoklu modelde her iki değişken anlamlı yordayıcı olarak belirlenmiştir. İlişki süresine ilişkin modelde güvenli bağlanma pozitif, koruyucu/destekçi ebeveyn tutumu negatif yönlü anlamlı yordayıcılar olarak saptanmıştır. Kıskançlık düzeylerinin doyumla doğrudan anlamlı bir ilişkisi bulunmamış; yalnızca “sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler” alt boyutu ilişki süresiyle negatif yönde ilişkilenmiştir. Demokratik ebeveyn tutumu güvenli bağlanma ve ilişki doyumuyla pozitif, koruyucu/destekçi ve otoriter tutumlar güvensiz bağlanma ve düşük doyum ile ilişkili bulunmuştur. Bulgular, bağlanma güvenliğinin romantik ilişki göstergeleri için koruyucu; aşırı korumacılığın ise süre açısından risk etmeni olabileceğine işaret etmektedir.

Sınırlılıklar kesitsel tasarım, öz-bildirim ve örneklem bileşimi ile ilişkilendirilmiştir. Gelecek çalışmalar için boylamsal, dyadik (APIM) ve aracı/düzenleyici yolları test eden yapısal modeller önerilmiştir; uygulamada bağlanma temelli danışmanlık ve kıskançlıkta bilişsel uğraşa yönelik müdahalelerin güçlendirilmesi gerektiği değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma stilleri; romantik kıskançlık; ebeveyn tutumları; ilişki doyumu; ilişki süresi.

SUMMARY

This study examined the effects of adult attachment styles, romantic jealousy, and perceived parenting styles on relationship satisfaction and relationship duration. A quantitative, cross-sectional correlational design was employed. The analytic sample comprised N=349 adults who reported at least six months of romantic relationship experience. Data were collected using the Three-Dimensional Attachment Styles Scale, the Romantic Jealousy Scale, the Parental Attitudes Scale, and the Relationship Assessment Scale. Following descriptive, reliability, and normality checks, Pearson correlations and multiple linear regressions were conducted; model assumptions were verified, and relationship duration-originally ordinal-was treated as approximately continuous for regression.

Findings indicated a central role of attachment: secure attachment was positively associated with satisfaction, whereas anxious/ambivalent attachment was negatively associated; both emerged as significant predictors in the satisfaction model. In the duration model, secure attachment predicted longer relationships, while protective/supportive parenting predicted shorter duration. Jealousy dimensions showed no direct association with satisfaction; only the "social environment and past relationships" dimension was negatively related to duration. Democratic parenting was positively related to secure attachment and satisfaction, whereas protective/supportive and authoritarian parenting were linked to insecure attachment and lower satisfaction. Overall, results suggested that attachment security functioned as a protective factor for romantic relationship indicators, while overprotectiveness constituted a risk factor for stability.

Limitations included the cross-sectional design, reliance on self-report, and sample composition. Future research was recommended to adopt longitudinal and dyadic (APIM) approaches and to test mediating/moderating pathways via structural models; in practice, strengthening attachment-based counseling and interventions targeting cognitive rumination in jealousy was deemed beneficial.

Keywords: Attachment styles; romantic jealousy; parenting styles; relationship satisfaction; relationship duration.

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **i**
SUMMARY ..... **ii**
İÇİNDEKİLER ..... **iii**
KISALTMALAR ..... **v**
TABLOLAR LİSTESİ ..... **vi**
ÖNSÖZ ..... **vii**
GİRİŞ **1**

BİRİNCİ BÖLÜM
KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Kıskançlık Kavramı ve Boyutları 7
1.2. Bağlanma Kavramı 11
1.2.1 Güvenli bağlanma 13
1.2.2. Kaygılı (Anksiyöz/Saplantılı) bağlanma 15
1.2.3. Kaçıngan (Kayıtsız) bağlanma 19
1.2.4. Korkulu (Kaygılı-Kaçıngan) bağlanma 23
1.3. Ebeveyn Tutumları Kavramı ve Boyutları 30
1.4. Romantik İlişki 35
1.5. İlişki Doyumu 37
1.6. İlişki Süresi 40

İKİNCİ BÖLÜM
DEĞİŞKENLER ARASI İLİŞKİLER

2.1. Bağlanma Stilleri ve Kıskançlık Arasındaki İlişkiler 42
2.2. Bağlanma Stilleri ile Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişki 44
2.3. Bağlanma Stilleri ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki 45
2.4. Kıskançlık ile İlişki Süresi Arasındaki İlişki 46
2.5. Kıskançlık ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki 47
2.6. Ebeveyn Tutumları ve Romantik Kıskançlık İlişkisi 48
2.7. Ebeveyn Tutumları ile İlişki Süresi Arasındaki İlişki 51
2.8. Ebeveyn Tutumları ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki 51
2.9. İlişki Doyumu ile İlişki Süresi Arasındaki İlişki 52

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli 54
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi 54
3.3. Veri Toplama Süreci 54
3.4. Veri Toplama Araçları 55
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu 55

3.4.2. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği 55
3.4.3. Romantik İlişkilerde Kıskançlık Ölçeği 55
3.4.4. Anne-Baba Tutumları Ölçeği 56
3.4.5. İlişki Değerlendirme Ölçeği 56
3.5. Verilerin Analizi 56

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
BULGULAR

4.1. Demografik Bulgular 57
4.2. Tanımlayıcı İstatistikler 58
4.3. Güvenirlik Analizi 60
4.4. Normallik Analizi 61
4.5. Hipotez Testleri 62

TARTIŞMA 82
SONUÇLAR VE ÖNERİLER 97
KAYNAKÇA 101
EKLER 113
ÖZGEÇMİŞ 120

KISALTMALAR

ABTÖ	**:**	Anne-Baba Tutumları Ölçeği
AFA	**:**	Açımlayıcı Faktör Analizi (Exploratory Factor Analysis)
ANOVA	**:**	Varyans Analizi (Analysis of Variance)
APIM	**:**	Aktör-Ortak Bağımlılık Modeli
ARİKÖ	**:**	Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği
CFI	**:**	Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index)
DFA	**:**	Doğrulayıcı Faktör Analizi (Confirmatory Factor Analysis)
GFI	**:**	Uyum İyiliği İndeksi (Goodness-of-Fit Index)
İDÖ	**:**	İlişki Değerlendirme Ölçeği
PBI	**:**	Ebeveyn Bağlanma Envanteri (Parental Bonding Instrument)
RİKÖ	**:**	Romantik İlişkilerde Kıskançlık Ölçeği
RMSEA	**:**	Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü
SPSS	**:**	Statistical Package for the Social Sciences
TLI	**:**	Tucker–Lewis İndeksi
ÜBBSÖ	**:**	Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği
VIF	**:**	Varyans Şişirme Faktörü (Variance Inflation Factor)

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri 57
Tablo 2. Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler 59
Tablo 3. Ölçeklere Ait Güvenirlik Analizi Sonuçları 60
Tablo 4. Değişkenlere İlişkin Normallik Testi Sonuçları 61
Tablo 5. Bağlanma Stilleri ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki Korelasyonlar 63
Tablo 6. Bağlanma Stilleri ile Romantik İlişki Süresi Arasındaki Pearson Korelasyon Sonuçları 64
Tablo 7. Kıskançlık Düzeyi Alt Boyutları ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki Korelasyonlar 64
Tablo 8. Kıskançlık Düzeyleri ile Romantik İlişki Süresi Arasındaki Pearson Korelasyon Sonuçları 65
Tablo 9. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Korelasyonlar 66
Tablo 10. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Kıskançlık Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlar 67
Tablo 11. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki Korelasyonlar 68
Tablo 12. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Romantik İlişki Süresi Arasındaki Pearson Korelasyon Sonuçları 69
Tablo 13. Romantik İlişki Doyumuna İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Model Özeti 70
Tablo 14. Romantik İlişki Doyumuna İlişkin ANOVA Sonuçları 72
Tablo 15. Romantik İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Katsayıları 73
Tablo 16. Romantik İlişki Süresine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Model Özeti 77
Tablo 17. Romantik İlişki Süresine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine Ait ANOVA Sonuçları 77
Tablo 18. Romantik İlişki Süresinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Katsayıları 78
Tablo 19. Hipotezlerin Özeti 79

ÖNSÖZ

Bu tez çalışması, yüksek lisans eğitimim boyunca edindiğim bilgi birikiminin, emeğin ve sabrın bir ürünü olarak ortaya çıkmıştır. Bu süreçte hem akademik hem de kişisel anlamda bana destek olan tüm değerli insanlara teşekkür etmeyi bir borç bilirim.

Öncelikle, hayatım boyunca bana koşulsuz sevgi, emek ve destek veren babam Zafer BAKIR'a ve annem Dilek KARATAŞ'a içtenlikle teşekkür ederim. Onların varlığı ve desteği, bugünlere gelmemde en büyük güç kaynağı olmuştur.

Bu süreçte anlayışı, motivasyonu ve katkılarıyla yanımda olan Kamil KARATAŞ'a teşekkür ederim. Akademik yolculuğumda bana sağladığı destek benim için oldukça kıymetlidir. Hayatımda her zaman özel bir yere sahip olan, sevgisiyle ve sessizce verdiği güçlü destekle beni daima ayakta tutan ablam Kadriye Bakır'a ayrıca teşekkür etmek isterim. Bu süreçte gösterdiği anlayış, sabır ve moral, yoluma ışık tutan en kıymetli katkılardan biri olmuştur.

Yoğun ve yorucu dönemlerde yanımda olup desteğini esirgemeyen yakın arkadaşlarım Sıla DURMUŞ, Duygu CİHANTİMUR ve Helin Ezgi DENİZ'e ayrıca teşekkür ederim. Varlıkları, bu süreci çok daha anlamlı ve dayanılır kılmıştır.

Tez çalışmamın her aşamasında bilgi birikimi, rehberliği ve akademik yönlendirmeleriyle katkı sağlayan tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICIOĞLU'na en derin teşekkürlerimi sunarım.

Ayrıca araştırma sürecinde görüş, katkı ve değerlendirmeleriyle destek olan tüm akademisyenlere ve katılımcılara teşekkür ederim.

Bu çalışma, bana inanan, destek veren ve yolculuğumu güzelleştiren herkesin emeğiyle şekillenmiştir. Hepsine ayrı ayrı minnettarım.

Aleyna BAKIR

Gelişim Üniversitesi, 2025

GİRİŞ

Romantik ilişkiler, bireylerin yaşamında önemli bir yer tutmakta ve psikolojik iyi oluşa çok yönlü katkılar sağlamaktadır. Yakın bir romantik ilişki, bireylere sevgi, güven, bağlılık, saygı ve duygusal destek gibi temel gereksinimleri karşılama olanağı sunmaktadır. Aşk ve romantik yakınlık kavramları kültürler ve bireyler arasında farklı biçimlerde tanımlansa da yakınlık, bağlanma, güven ve sevgi gibi ortak duyguları beraberinde getirmektedir (Atak ve Taştan, 2012). Bu nedenle romantik ilişkilere duyulan gereksinim evrensel bir olgu olarak görülmekte; sağlıklı ilişkiler kurabilmek bireyin yaşam doyumunu anlamlı ölçüde etkilemektedir (Atak ve Taştan, 2012; Hendrick ve Hendrick, 2006; Kazmaz ve Epli, 2022).

Romantik ilişkilerden alınan doyum, ilişkinin birey için ne ölçüde tatmin edici olduğuna ilişkin öznel bir değerlendirme olarak tanımlanmakta ve ilişki kalitesinin temel göstergelerinden biri kabul edilmektedir (Fletcher vd., 2000; Sağlak ve Özdemir, 2018; Muezzin ve Özer, 2024). Benzer şekilde, bir romantik ilişkinin süresi de ilişkinin istikrarı ve sürekliliğine dair önemli bir gösterge olarak ele alınmaktadır (Moss ve Schwebel, 1993, akt. Atak ve Taştan, 2012). Bu doğrultuda; romantik ilişki doyumu ve ilişki süresi, ilişkilerin başarısı ve sağlıklı ilerleyişine ilişkin iki kritik gösterge niteliği taşımaktadır.

Bir romantik ilişkiyi sürdürebilme ve ilişkiden yüksek düzeyde doyum elde etme, çok sayıda bireysel ve ilişkisel etmenden etkilenmektedir. Literatürde özellikle bağlanma tarzı, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumları gibi değişkenlerin, yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki uyum ve mutluluk düzeyleri üzerinde belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Karakoçoğlu ve Hasdağ, 2024; Sümer, 2017). Bağlanma tarzı, erken çocukluk deneyimlerine dayalı olarak gelişen ve yetişkinlikte romantik partnere yönelik tutum ile beklentileri biçimlendiren örüntüyü ifade etmektedir (Kesebir vd., 2011). Kıskançlık, romantik ilişkide algılanan bir rakip tehdidine karşı ortaya çıkan karmaşık bir duygusal tepki olarak tanımlanmakta; her ilişkide belirli bir düzeyde gözlenebilmekle birlikte yoğunluğu ve ifadesi bireyler arasında değişkenlik göstermektedir (Karakoçoğlu ve Hasdağ, 2024). Ebeveyn tutumları ise bireyin çocukluk ve ergenlik döneminde maruz kaldığı anne-baba davranışları ile disiplin stilini kapsamaktadır. Demokratik, otoriter ve izin verici ebeveynlik stilleri, bireyin

kişilik gelişimini ve ilişki kurma becerilerini farklı biçimlerde etkilemektedir (Baumrind, 1971, akt. Demirli ve Kendir, 2016).

Bu çalışmada söz konusu üç değişkenin, yani kıskançlık düzeyi, bağlanma tarzı ve ebeveyn tutumlarının, romantik ilişkilerin süresi ve ilişki doyumu üzerindeki etkileri incelenmektedir. İlgili literatür, güvenli bağlanma tarzına sahip bireylerin genellikle daha uzun süreli ve daha doyumlu ilişkiler yaşadıklarını; kaygılı ya da kaçıngan bağlanma örüntülerinin ise ilişki memnuniyetini olumsuz etkileyebildiğini göstermektedir (Soğancı, 2017). Bunun yanı sıra; romantik kıskançlık makul düzeylerde ilişkiye bağlılığı yansıtan doğal bir tepki olarak değerlendirilebilmekte, ne var ki; aşırı kıskançlık ilişkide çatışma, güvensizlik ve ayrılık riskini artırabilmektedir (Andersen vd., 1995; Karakoçoğlu ve Hasdağ, 2024). Öte yandan, bireylerin maruz kaldıkları ebeveynlik tutumlarının ileriki yıllardaki yakın ilişki örüntülerine yansıdığı; demokratik tutumla yetişen bireylerin daha sağlıklı ve tatmin edici ilişkiler kurabildikleri, otoriter veya ihmalkar tutumların ise güvensiz bağlanma, düşük benlik saygısı ve uyum sorunlarıyla ilişkilendiği belirtilmektedir (Rohner, 2004, akt. Kazmaz ve Epli, 2022).

Türkiye bağlamında romantik ilişkilere yönelik çalışmalar son yıllarda artmakla birlikte, kıskançlık, bağlanma ve ebeveyn tutumlarını birlikte ele alan bütüncül araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Karakoçoğlu ve Hasdağ, 2024). Kültürel olarak aile yapısı ve yetiştirilme biçimlerinin ilişki dinamiklerine etkisi önemli kabul edilmekte ve bu değişkenlerin romantik ilişki çıktılarıyla ilişkisini eşzamanlı biçimde inceleyen çalışmaların sayısı yetersiz kalmaktadır (Eşici ve Özbay, 2020). Bu doğrultuda; araştırmanın amacı, kıskançlık düzeyi, bağlanma tarzı ve ebeveyn tutumlarının romantik ilişki süresi ve ilişki doyumu üzerindeki etkilerini Türk örnekleminde ampirik olarak incelemektir. Bu amaçla kuramsal çerçeve ile literatür gözden geçirilmiş, kuramsal beklentiler ortaya konmuş ve nicel bir araştırma modeli aracılığıyla belirtilen değişkenler arasındaki ilişkiler test edilmiştir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Romantik ilişkiler, bireyin duygusal, sosyal ve psikolojik gelişimi açısından kritik bir işlev görmektedir. Söz konusu ilişkilerin niteliği, yalnızca öznel mutluluğu değil; genel yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşu da etkilemektedir (Candel ve

Turliuc, 2019; Sümer ve Güngör, 1999). Güncel bağlamda artan ilişki problemleri, evlilik dışı ayrılıklar ve yakın ilişkilerde gözlenen bağlanma temelli güçlükler, romantik ilişkilerin çok boyutlu bir çerçevede incelenmesini zorunlu kılmaktadır (Andersen vd., 1995; Hazan ve Shaver, 1987).

Bu çalışma, romantik ilişkilerin kalitesi ile sürekliliğini etkileyen üç temel psikososyal değişkeni, yani bağlanma tarzı, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumlarını eşzamanlı olarak ele alarak alanyazına özgün bir katkı sunmayı amaçlamaktadır. Literatürde bu değişkenler çoğunlukla ayrı ayrı incelenmiş olmakla birlikte, aralarındaki karşılıklı etkileşimler ve birlikte etkileri sınırlı sayıda araştırmada değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda; araştırma, çok değişkenli bir model aracılığıyla ilişki doyumunu ve ilişkilerin sürekliliğini belirleyen dinamikleri bütüncül bir yaklaşımla incelemektedir.

Elde edilmesi beklenen bulgular, ilişkisel sorunların arka planındaki erken dönem bağlanma örüntüleri ile aile içi dinamiklerin rolüne dair daha derinlikli bir kavrayış sağlayacaktır. Bunun yanı sıra; sonuçların, çift terapisi, evlilik danışmanlığı ve psikoeğitim programlarının yapılandırılmasına pratik katkılar sunması öngörülmektedir (Candel ve Turliuc, 2019; Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997). Örnek vermek gerekirse; bağlanma kaygısı yüksek bireylerde kıskançlığın daha yoğun yaşandığı ve bunun ilişki doyumunu azalttığı bilinmekteyken (Sümer ve Arıcak, 2018), bu çalışmada ebeveyn tutumlarının söz konusu süreci hangi yollarla biçimlendirdiği açıklığa kavuşturulacaktır. Bununla birlikte; araştırma çıktılarının yalnızca bireysel müdahaleler için değil, aile içi iletişimi güçlendirmeyi, sağlıklı ebeveyn tutumlarını teşvik etmeyi ve ilişki doyumunu artırmayı hedefleyen toplumsal programların tasarımında da temel oluşturması beklenmektedir. Aynı zamanda, ileride gerçekleştirilecek nicel ve nitel çalışmalara yön göstererek bağlanma, kıskançlık, ebeveyn tutumları, ilişki doyumu ve ilişki süresi etkileşimini kültürel bağlamda irdeleyen araştırma gündemini zenginleştirecektir.

Araştırma Hipotezleri ve Kuramsal Beklentiler

Bu araştırmada, bağlanma tarzı, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumlarının romantik ilişki süresi ile ilişki doyumu üzerindeki etkileri, literatürdeki bulgular doğrultusunda oluşturulan hipotezler çerçevesinde incelenmektedir. Bu amaçla,

geçerliği ve güvenirliği sağlanmış ölçeklerden elde edilen veriler kullanılarak ilişkisel tarama modeline uygun nicel analizler yürütülmüştür.

Öncelikle, bireylerin sahip olduğu bağlanma tarzlarının ilişki doyumu ile ilişki süresi üzerinde belirleyici olduğu öngörülmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerinde daha yüksek doyum bildirdikleri ve bu ilişkilerin daha uzun sürdüğü bulgularla desteklenmektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Sümer ve Güngör, 1999). Buna karşılık; kaygılı bağlanma stilinde aşırı ilgi ve onay arayışına eşlik eden artmış kıskançlık eğilimi, doyumu olumsuz etkileyebilmektedir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997). Benzer biçimde; kaçıngan bağlanma stilinde duygusal yakınlığı sürdürmede yaşanan güçlükler, daha düşük doyum ve süreklilikle ilişkilendirilmektedir (Candel ve Turliuc, 2019). Bu doğrultuda; bağlanma stillerine dayalı hipotezler hem ilişki doyumunu hem de süreyi yordamaya yönelmektedir.

Kıskançlık düzeyinin romantik ilişki dinamikleri üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Yüksek kıskançlık; güven kaybı, iletişim sorunları ve artan çatışmalarla ilişkilendirilmekte, bu durum hem doyumu azaltmakta hem de ilişkinin süresini kısaltabilmektedir (Andersen vd., 1995; Pfeiffer ve Wong, 1989). Özellikle sahiplenici ya da tehdit algısı içeren kıskançlık türlerinin, yakınlığı zedeleyerek ayrılık riskini artırdığı öne sürülmektedir (Karakoçoğlu ve Hasdağ, 2024).

Erken çocukluk döneminde maruz kalınan ebeveyn tutumlarının, bireyin bağlanma örüntüsü ve ilişkisel becerilerini biçimlendirdiği kabul edilmektedir. Demokratik ebeveynlik; duyguları tanıma ve düzenleme kapasitesini desteklemekte, bunun da yetişkinlikte daha güvenli bağlanma ve daha yüksek ilişki doyumu ile ilişkili olduğu bildirilmektedir (Demirli ve Kendir, 2016). Buna karşın otoriter, ilgisiz ya da aşırı korumacı tutumların güvensiz bağlanmayı tetikleyerek hem doyumu hem de ilişki süresini olumsuz etkileyebileceği ifade edilmektedir (Baumrind, 1991; Rohner ve Lansford, 2017, akt. Kazmaz ve Epli, 2022).

Bu değişkenler birlikte ele alındığında; bağlanma tarzı, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumlarının hem bireysel hem de ortak etkilerinin romantik ilişki süresi ve doyumu üzerinde anlamlı yordayıcı olacağı beklenmektedir. Literatürde söz konusu üç faktör çoğu zaman ayrı ayrı incelenmiş olmakla birlikte, aralarındaki etkileşimsel ilişkilerin sınırlı sayıda çalışmada test edildiği görülmektedir. Bu çalışmada

hipotezlerin çok değişkenli bir modelle sınanması, alanyazına bütüncül bir katkı sunmaktadır.

Romantik ilişkilerin niteliği, bireysel ve kişilerarası çok sayıda değişkenin ortak etkisiyle biçimlenmektedir. Alanyazın, erken dönem ebeveyn tutumlarının yetişkinlikteki bağlanma örüntülerini şekillendirdiğini; bağlanma stillerinin ise kıskançlık eğilimleri, ilişki doyumu ve ilişkinin sürekliliği ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda; söz konusu değişkenlerin tekil ve birlikte etkilerinin sınanması, romantik ilişkilerin doyum ve süre boyutlarını açıklamaya katkı sunmaktadır. Araştırmanın bu bölümünde, geçerliği ve güvenirliği sağlanmış ölçeklerden elde edilecek verilerle test edilmek üzere oluşturulan hipotezler sunulmaktadır. Hipotezler, önce ikili ilişkileri ele almakta, ardından değişkenlerin ortak yordama gücünü değerlendiren çok değişkenli sınamalarla tamamlanmaktadır.

- **H1.** Güvenli bağlanma düzeyi ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H2.** Güvenli bağlanma düzeyi ile romantik ilişki süresi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma düzeyleri ile romantik ilişki süresi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H3.** Bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H4.** Bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki süresi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H5.** Demokratik ebeveyn tutumu algısı ile güvenli bağlanma düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumu algıları ile kaygılı/kararsız ve kaçınan gibi güvensiz bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H6.** Koruyucu/kollayıcı ve otoriter ebeveyn tutumu algıları ile bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; demokratik ebeveyn tutumu algısı ile romantik kıskançlık düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

- **H7.** Demokratik ebeveyn tutumu algısı ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumu algıları ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H8.** Demokratik ebeveyn tutumu algısı ile romantik ilişki süresi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumu algıları ile romantik ilişki süresi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- **H9.** Bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları birlikte ele alındığında, romantik ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordayan bir model vardır; bu modelde güvenli bağlanma ve demokratik ebeveyn tutumu romantik ilişki doyumu ile pozitif, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri, yüksek romantik kıskançlık düzeyi ile otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumları romantik ilişki doyumu ile negatif yönlü ilişkiler göstermektedir.
- **H10.** Bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları birlikte ele alındığında, romantik ilişki süresini anlamlı düzeyde yordayan bir model vardır; bu modelde güvenli bağlanma romantik ilişki süresi ile pozitif, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri, yüksek romantik kıskançlık düzeyi ile otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumları romantik ilişki süresi ile negatif yönlü ilişkiler göstermektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Kıskançlık Kavramı ve Boyutları

Kıskançlık, bireyin değer verdiği bir ilişkinin gerçek ya da hayali bir tehditle sarsılacağı endişesiyle ortaya çıkan, karmaşık bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Romantik ilişkiler bağlamında ise sevilen kişinin ilgisini ya da sadakatini üçüncü bir kişiye kaptırma korkusuyla ilişkili yoğun kaygı ve öfke karışımı biçiminde görülmekte, bireyin duygusal bağ kurduğu partnerini potansiyel bir rakibe karşı koruma motivasyonunu tetiklemektedir (Solmuş, 2008; Curun ve Çapkın, 2014, akt. Kayrak vd., 2023). Bu çerçevede kıskançlık, bir yönüyle ilişkinin sürdürülmesi ve bağın korunması amacına hizmet eden tepkileri içerirken, diğer yönüyle ilişkiye zarar verebilecek yoğun olumsuz duyguları da barındırmaktadır.

Literatürde kıskançlığın çok boyutlu bir yapıda olduğu vurgulanmakta; kıskançlık yaşandığında duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkilerin birlikte ortaya çıkabildiği belirtilmektedir (Kayrak vd., 2023). Bu nedenle kıskançlık, ilişkisel bir stres tepkisi olarak ele alınmakta ve normal ile patolojik kıskançlık ayrımı yapılmaktadır. Normal düzeydeki kıskançlık, ilişkide bağlılığı ve değeri yansıtan, çoğu bireyin zaman zaman deneyimlediği bir duygu olarak değerlendirilirken; aşırı ya da patolojik kıskançlık, gerçekçi olmayan senaryolar ve aşırı kontrol davranışlarıyla ilişkiye ciddi zarar verebilmektedir (Mullen, 1991). Kıskançlık tanımlarında tehdit algısının gerçek ya da algılanan olabileceğine özellikle dikkat çekilmekte; örnek vermek gerekirse, partnerin bir başkasıyla samimi biçimde konuşması gerçek bir yakınlaşma tehdidi doğurabilirken, temelsiz aldatılma korkusu da yoğun kıskançlık tepkilerine yol açabilmektedir. Buunk vd. (1991), kıskançlık tetikleyicilerini algılanan tehdit düzleminde ele alarak partnerin sadakatine ilişkin belirsizliklerin dahi güçlü kıskançlık tepkilerini tetikleyebileceğini bildirmiştir (Kayrak vd., 2023). Bu nedenle kıskançlık, öznel algılarla yakından ilişkili bir duygu durumu olarak kabul edilmektedir.

Kuramsal açıdan kıskançlığın oluşumuna farklı yaklaşımlar getirilmektedir. Evrimsel psikoloji, kıskançlığı cinsiyete özgü uyum sağlayıcı bir mekanizma olarak yorumlamakta; erkeklerin cinsel sadakatsizlik karşısında, kadınların ise duygusal

bağlılığın tehlikeye girmesi durumunda daha yüksek kıskançlık tepkisi verme eğiliminde olduklarını öne sürmektedir (Buss vd., 1992; Madran, 2008). Bununla birlikte kültürel yaklaşımlar, bu farkların mutlak olmadığını; toplumsal normlar ve rollerin kıskançlık ifadelerini şekillendirebildiğini belirtmektedir. Türkiye gibi daha kolektivist toplumlarda, itibar, aile bütünlüğü ve geleneksel değerlerin önemi nedeniyle hem duygusal hem cinsel sadakatsizlik her iki cinsiyet için de güçlü tehditler olarak algılanabilmektedir (Madran, 2008; akt. Kayrak vd., 2023).

Bağlanma stilleri, kıskançlık tepkilerinin anlaşılmasında önemli bir değişken olarak ele alınmaktadır. Güvenli bağlanan bireyler, ilişkilerinde daha yüksek temel güven duygusuna sahip oldukları için kıskançlık tetikleyicilerini daha sağlıklı biçimde ele alabilmekte; kaygılı bağlanan bireyler, partner sevgisini yitirmeye yönelik yüksek duyarlılıkları nedeniyle en ufak belirsizlikte yoğun kıskançlık yaşayabilmektedir. Kaçıngan bağlananlar ise yakınlıktan kaçınma eğilimleri nedeniyle kıskançlık hissetseler bile bunu inkar etme ya da duyguları bastırarak mesafe koyma eğiliminde olabilmekte; bu durum ise duygusal kopuşu artırabilmektedir (Kayrak vd., 2023).

Kayrak vd. (2023) tarafından yapılan çalışma, bağlanma stilleri ile kıskançlık düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu vurgulamakta; özellikle güvensiz bağlanma (kaygılı ya da kaçıngan) puanları yüksek bireylerin kıskançlığı daha yoğun ve problemli yaşama olasılığının arttığını belirtmektedir. Buna karşılık güvenli bağlanan bireyler, olası bir tetikleyici karşısında partnerleriyle daha açık iletişim kurarak durumu açıklığa kavuşturma ve güven tazeleme eğilimi göstermektedir.

Kıskançlık aynı zamanda sosyokültürel faktörlerden etkilenmektedir. Bireyin yetiştiği aile ortamı, ebeveyn tutumları ve önceki ilişki deneyimleri, kıskançlıkla baş etme biçimlerini şekillendirebilmektedir (Kayrak vd., 2023). Çocuklukta ebeveynler arasında güven sorunları ya da aldatma örüntülerine tanık olan bireylerin yetişkinlikte benzer biçimde güvensiz ve şüpheci olmaları olasıdır. Kıskançlığın ifade edilme biçimi ve tolere edilen düzeyi kültüre göre değişebilmekte; Türkiye'de kimi zaman sevginin göstergesi gibi romantize edilmesine karşın, aşırı kıskançlığın psikolojik şiddete dönüşebileceği ve bireysel özgürlüğü kısıtlayabileceği yönünde farkındalık artmaktadır. Bunun yanı sıra sosyal medya kullanımı, modern ilişkilerde yeni tür kıskançlık deneyimlerine zemin hazırlamakta; çiftler arasında güvensizliği

artırabildiği için iletişim becerileri ve psikoeğitimin önemi vurgulanmaktadır (Dinçsoy, 2021).

Kıskançlık, insan ilişkilerinin evrensel bir yönü olup belirli bir düzeye kadar normal kabul edilmektedir. Aşırı kıskançlık, hem bireyin ruh sağlığı hem de ilişki doyumu açısından ciddi riskler barındırmaktadır. Bu nedenle alanyazın, kıskançlık yaşayan bireylere yönelik başa çıkma stratejilerinin desteklenmesi, çift terapilerinde kıskançlık yönetimi ve partnerler arası güven inşasının güçlendirilmesi gibi müdahalelerin önemine işaret etmektedir (Barelds ve Dijkstra, 2007; Kayrak vd., 2023). Kıskançlıkla yapıcı biçimde baş edebilmek için bireyin kendi bağlanma geçmişini ve güvensizliklerini tanıması, partneriyle açık iletişim kurması ve gerektiğinde profesyonel destekten yararlanması önerilmektedir. Sağlıklı düzeyde kıskançlık ilişki değerinin bir işareti sayılabilirken, sağlıksız düzeylerde kıskançlık sevgi kisvesi altında kontrol ve güvensizliğin yıkıcı bir dışavurumuna dönüşmektedir (Demirtaş, 2004).

Kıskançlık, çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmakta olup genellikle üç alt boyutta incelenmektedir: Duygusal kıskançlık, bilişsel kıskançlık ve davranışsal kıskançlık (Pfeiffer ve Wong, 1989; İpek ve Turhan, 2023). Bu boyutlar, kıskançlığın yalnızca bir duygu olmaktan ziyade bilişsel süreçler ve somut davranışlarla ilişkili karmaşık bir deneyim olduğunu göstermektedir.

- **Duygusal Kıskançlık:** Bireyin romantik ilişkisinde bir tehdit algıladığında yaşadığı yoğun duygusal tepkileri ifade etmektedir. Bu tepkiler arasında öfke, kaygı, üzüntü, kırgınlık ve korku gibi olumsuz duygular yer almaktadır. Pines (1992), duygusal kıskançlığı partneri kaybetme olasılığına verilen en temel ve evrensel tepki olarak tanımlamaktadır. Özellikle ilişkilerin erken dönemlerinde partneri elde tutma motivasyonu daha yüksek olduğundan, duygusal kıskançlık daha yoğun yaşanabilmektedir. Türkiye'de yürütülen çalışmalarda da kıskançlığın duygusal boyutunun ilişki doyumu ile olumsuz yönde ilişkili olduğu rapor edilmiştir (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Örneğin partnerin üçüncü bir kişiyle yakın iletişimi, bireyde yoğun kaygı ve terk edilme korkusu yaratabilmektedir. Bu bağlamda duygusal kıskançlık,

ilişkisel güvenliğin zedelenmesine karşı verilen bir alarm tepkisi olarak değerlendirilmektedir.

- **Bilişsel Kıskançlık:** Bilişsel kıskançlık, partnerin sadakati ya da ilişkinin geleceğine dair zihinsel süreçlerle ilişkilidir. Kişinin partneriyle ilgili sürekli şüpheler geliştirmesi, olası rakipleri zihninde canlandırması ve "Acaba beni aldatıyor mu?" türünden düşüncelerle meşgul olması bilişsel kıskançlık kapsamına girmektedir (Pfeiffer ve Wong, 1989). Bu süreçte birey, tehdit algısına dayalı olarak olumsuz senaryolar üretmekte ve zihinsel ruminasyona girmektedir. Guerrero ve Eloy (1992), bilişsel kıskançlık düzeyi yüksek bireylerin partnerlerini sürekli sorguladıklarını ve bunun ilişkilerde iletişim çatışmalarına yol açtığını belirtmektedir. Türkiye bağlamında da bilişsel kıskançlığın ilişki süresine göre farklılaşabildiği, kısa süreli ilişkilerde daha yoğun yaşandığı rapor edilmektedir (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Bunun yanı sıra; bilişsel kıskançlık, bireyin özsaygısı ve bağlanma stiliyle ilişkili görünmekte; özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin partnerlerinin sadakatine dair zihinsel uğraşlara daha fazla kapıldıkları bildirilmektedir (Sümer ve Arıcak, 2018).

- **Davranışsal Kıskançlık:** Bireyin kıskançlık duygusuyla başa çıkmak için sergilediği somut davranışları ifade etmektedir. Partnerin telefonunu kontrol etme, sosyal medya hesaplarını izleme, üçüncü kişilerle yüzleşme ya da partneri sorgulama gibi eylemler bu boyutta değerlendirilmektedir (Guerrero ve Eloy, 1992; İpek ve Turhan, 2023). Söz konusu davranışlar çoğu zaman ilişkide güveni artırma amacıyla yapılmakta ve aşırıya kaçıldığında partnerin özerklik gereksinimini zedeleyerek ilişki doyumunu azaltabilmektedir. İpek ve Turhan'ın (2023) geliştirdiği "Romantik İlişkilerde Kıskançlık Ölçeği (RİKÖ)" çalışmasında da davranışsal kıskançlık, diğer iki boyutla birlikte romantik kıskançlığın temel bir bileşeni olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanı sıra; davranışsal kıskançlık tepkilerinin kültürel bağlama göre farklılaştığı rapor edilmekte; Türkiye'de bazı bireyler için bu tür davranışlar sevginin göstergesi olarak romantize edilirken, Batı

kültürlerinde daha çok kişisel sınır ihlali olarak değerlendirilmektedir (Kayrak vd., 2023).

Genel bir değerlendirme yapıldığında, kıskançlığın duygusal, bilişsel ve davranışsal boyutları, olgunun çok boyutlu yapısını açıkça ortaya koymaktadır. Duygusal boyut, partneri kaybetme tehdidine verilen yoğun duygusal tepkileri; bilişsel boyut, tehdit algısına ilişkin şüphe ve zihinsel ruminasyonları; davranışsal boyut ise söz konusu duyguların somut eylemlere dönüşmesini kapsamaktadır. Alanyazın, bu üç boyutun her birinin ilişki doyumu, güven ve bağlılık gibi değişkenlerle yakından ilişkili olduğunu vurgulamaktadır (Pfeiffer ve Wong, 1989; Guerrero ve Eloy, 1992; İpek ve Turhan, 2023). Bu nedenle kıskançlık araştırmalarında yalnızca tek bir boyuta değil, bu çok boyutlu yapıya odaklanmak hem kuramsal hem de uygulamalı açıdan önem arz etmektedir.

1.2. Bağlanma Kavramı

Bağlanma kavramı ve kuramı, çocuk ile bakımveren arasındaki duygusal bağı açıklamaya odaklanan ve ilk kez çocuk psikiyatristi John Bowlby tarafından sistematik biçimde ortaya konan bir yaklaşımdır (Dalgar vd., 2022). Bowlby, psikanalitik kuram, öğrenme kuramları ve deneysel psikolojiden yararlanarak geliştirdiği kuramda, bebeğin hayatta kalmak ve kendini güvende hissetmek için yakınlık arayışının biyolojik temelli olduğunu ileri sürmektedir (Bowlby, 1980, akt. Dalgar vd., 2022). Buna göre bağlanma, bireyin korku, hastalık ya da yorgunluk gibi durumlarda bir figüre yönelerek yakınlık aramasıyla tanımlanmaktadır; söz konusu yakınlık gereksiniminin karşılanma düzeyi, çocukta güvenli ya da güvensiz bağlanma örüntülerinin gelişmesine yol açmaktadır. Bowlby'nin modeli, bebeğin birincil bakımvereni ile kurduğu erken ilişkinin bir "güvenli üs" sağlayıp sağlamamasının, ileriki yaşamda kişilik gelişimini ve sosyal ilişkileri derinden etkilediğini savunmaktadır (Dalgar vd., 2022). Bu çerçevede, anne yoksunluğunun etkileri ve ayrılık deneyimlerinin sonuçları gibi başlıklar, bağlanma davranışının kritik önemini ortaya koymaktadır (Bowlby, 1951; 1980).

Bowlby'nin kuramsal katkılarını deneysel temele kavuşturan Mary Ainsworth, Uganda ve Baltimore çalışmalarında bakımveren-bebek etkileşimini doğal ortamlarda gözlemlemiş ve 1 yaş civarındaki bebeklerde uygulanan Yabancı Ortam Deneyi ile

bağlanma örüntülerini sınıflandırmıştır (Dalgar vd., 2022). Klasik sınıflamada üç stil tanımlanmaktadır: güvenli bağlanma; kaygılı/dirençli-ambivalan bağlanma ve kaçıngan bağlanma. Güvenli bağlanan çocuklar, duyarlı ve tutarlı bakım sonucu bakımvereni "güvenli sığınak" olarak kullanmakta ve keşif davranışlarını sürdürebilmektedir. Güvensiz bağlanmada ise ya aşırı bağımlı/kararsız tepkiler görülmekte ya da duygusal uzaklık ve görünürde bağımsızlık sergilenmektedir (Ainsworth, 1978, akt. Dalgar vd., 2022). Güncel yazında bu sınıflamaya, tutarsız ve korkutucu bakım verme ile ilişkilendirilen dağınık/düzensiz bağlanma stili de eklenmektedir (Dalgar vd., 2022).

Başlangıçta çocukluk dönemi için geliştirilen bağlanma kuramı, yetişkinlikte romantik ilişkileri anlamak üzere de uyarlanmıştır. Hazan ve Shaver (1987), aşkı romantik partnerle kurulan bir bağlanma ilişkisi olarak ele almakta ve erken dönem bakımveren ilişkilerinin yetişkinlikteki romantik ilişkilere yansıdığını öne sürmektedir (Malatyalı ve Sunal, 2020). Bu yaklaşım, yetişkinlerin partnere güvenli, kaygılı ya da kaçıngan biçimlerde bağlandığını belirtmektedir. Bartholomew ve Horowitz (1991) ise yetişkin bağlanmayı "öz modeli" ve "diğerleri modeli" ekseninde dört kategoriye ayırmaktadır: güvenli (öz ve diğerleri olumlu), saplantılı/kaygılı (öz olumsuz, diğerleri olumlu), kayıtsız/kaçınmacı (öz olumlu, diğerleri olumsuz) ve korkulu (öz ve diğerleri olumsuz) bağlanma. Çağdaş ölçüm yaklaşımlarında bağlanma, iki boyutta ele alınmaktadır: bağlanma kaygısı (yakın ilişkilerde terk edilme/değersizlik korkusu düzeyi) ve bağlanma kaçınması (yakınlıktan rahatsızlık ve başkalarına güvenmekte zorlanma düzeyi) (Malatyalı ve Sunal, 2020). Brennan, Clark ve Shaver'ın (1998) geliştirdiği ölçekler bu iki boyutu nicel olarak değerlendirmeyi mümkün kılmaktadır (Sümer ve Güngör, 1999). Türkiye'de Sümer ve Güngör (1999) ile Selçuk vd. (2005), yetişkin bağlanma ölçeklerinin uyarlama ve psikometrik çalışmalarını yürütmüştür.

Klinik psikoloji açısından bakıldığında, güvensiz bağlanma (yüksek kaygı ya da kaçınma) gösteren bireylerin romantik ilişkilerinde daha düşük doyum bildirdikleri ve daha fazla sorun yaşadıkları tutarlı biçimde ortaya konmaktadır (Butzer ve Campbell, 2008). Bulgular, eşine kaygılı ya da kaçınmacı biçimde bağlanan bireylerde hem kendi evlilik/ilişki doyumlarının hem de eşlerinin doyum düzeylerinin anlamlı biçimde daha düşük olduğunu göstermektedir. Buna karşılık güvenli bağlanan yetişkinler, ilişkide daha fazla güven, yakınlık ve tatmin bildirmekte; stresli durumlarda daha yapıcı başa

çıkma stratejileri sergilemektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Collins ve Feeney, 2004, akt. Malatyalı ve Sunal, 2020). Bunun yanı sıra bağlanma boyutları, kıskançlık tepkileri, çatışma çözme tarzları ve psikolojik iyi oluş gibi pek çok ilişki dinamiğiyle ilişkili görünmektedir (Harma ve Sümer, 2016). Özetle, Bowlby ve Ainsworth'ün temellendirdiği bağlanma kuramı, erken çocukluk deneyimlerinin yetişkinlikteki romantik ilişkiler üzerindeki kalıcı etkisini vurgulayarak, bu çalışmanın kuramsal dayanağını oluşturmaktadır.

Bu bölümde, bireylerin yakın ilişkilerdeki duygu, biliş ve davranış örüntülerini açıklamada kullanılan bağlanma stilleri ele alınmaktadır. Yetişkin bağlanma literatürü, "öz" ve "diğerleri"ne ilişkin içsel temsillerin etkileşimi doğrultusunda oluşan örüntüleri sınıflandırmakta; bu çalışmada güvenli, kaygılı, kaçıngan (kayıtsız) ve korkulu (kaygılı-kaçıngan) stilleri temel alınmaktadır. Söz konusu stiller, yakınlık ve özerklik dengesi, duygu düzenleme biçimleri ile ilişki içi beklenti ve tepkiler açısından ayırt edici özellikler göstermekte; izleyen alt başlıklarda bu özelliklerin romantik ilişki doyumu ve ilişki süresiyle ilişkili yönleri sistematik biçimde açıklanmaktadır.

1.2.1 Güvenli bağlanma

Güvenli bağlanma stili, bireyin hem kendisi hem de başkaları hakkında olumlu temsillere sahip olmasıyla karakterize edilmektedir (Bartholomew, 1990). Güvenli bireyler, kendilerini sevilebilir ve değerli görürken başkalarını da güvenilir ve yakınlık kurulabilir olarak algılamaktadır. Bu stilin gelişimsel kökeni, genellikle çocuklukta bakımverenin tutarlı, duyarlı ve güven verici tutumlarına dayanmaktadır. Bakımverenin ihtiyaçlara zamanında ve tutarlı biçimde yanıt vermesi, çocuğun dünyayı güvenli bir yer olarak deneyimlemesini sağlamaktadır (Ainsworth vd., 1978). Bowlby (1988), güvenli bağlanmanın, bebeğin bakımverenini "güvenli üs" olarak kullanıp keşif davranışı gösterebilmesiyle geliştiğini belirtmektedir. Bu sağlam temel, bireyin ilerleyen dönemlerde yakın ilişkilere olumlu yaklaşabilmesine olanak tanımaktadır.

Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkinler, romantik ilişkilerde yakınlığa açık, dengeli ve güven temelli etkileşimler kurmaktadır. Bu bireyler, partnerlerine duygusal olarak erişilebilir olmakta, ihtiyaç anında destek vermeye ve gerektiğinde destek talep etmeye yatkınlık göstermektedir (Collins ve Feeney, 2004). İlişkilerinde bağımsızlık

ile yakınlık arasındaki dengeyi sağlamakta zorlanmamakta; ne aşırı bağımlı ne de aşırı mesafeli davranmaktadır. Örnek vermek gerekirse; güvenli bağlanmış bireyler, stresli durumlarda partnerlerinden destek aramaktan çekinmemekte ve aynı şekilde partnerlerine destek sunmaktadır. Araştırmalar, güvenli bireylerin ilişki çatışmalarını yapıcı stratejilerle ele aldığını ve duygularını açık fakat karşı tarafı suçlamadan ifade edebildiğini göstermektedir (Simpson ve Rholes, 2017). Bu özellikler, empati, anlayış ve etkili iletişim becerilerinin sergilenmesini kolaylaştırmakta; partnerlerin memnuniyet düzeyinin artmasına katkı sağlamaktadır. Hazan ve Shaver'ın (1987) klasik çalışmasında güvenli katılımcılar, aşk deneyimlerini daha mutlu, güven verici ve uzun soluklu olarak tanımlamış; yakın ilişkilerde derin bir güven duygusu ve duygusal doyum yaşadıklarını raporlamışlardır.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, romantik ilişkilerde ortaya çıkan kıskançlık duygusunu görece düşük düzeyde deneyimlemekte ve bu duygu ortaya çıktığında durumu sağlıklı yollarla ifade edebilmektedir. İlişkilerine duydukları güven nedeniyle olası bir tehdit karşısında hissettikleri kızgınlık ya da endişeyi partnerleriyle açık biçimde konuşarak çözmeye çalışmaktadırlar (Guerrero, 1998).

Guerrero (1998) çalışmasında, güvenli bireylerin kıskançlık durumunda öfkelerini iletişimi koparmadan, sağlıklı biçimde dile getirebildikleri saptanmıştır. Bu kişiler, kıskançlık tetikleyicilerine karşı daha itidalli tepkiler vermekte ve genellikle partnerlerine olan güvenlerini tümüyle yitirmeden endişelerini paylaşmaktadır.

Ayrılık ya da kayıp durumlarında da güvenli bağlanmış bireyler daha dayanıklı görünmektedir. Her ne kadar tüm bireyler gibi güvenli bağlananlar da ayrılık acısı yaşamaktaysa da bu duygularla baş etmede daha etkilidirler. Havalimanlarında çiftler üzerinde yürütülen doğal gözlem çalışmalarında, güvenli (düşük kaçınma düzeyi) bireylerin vedalaşma anında daha fazla fiziksel yakınlık ve duygusal destek arayışında bulundukları, yani ayrılık kaygılarını partnerlerine ifade ettikleri gözlenmiştir (Fraley ve Shaver, 1998). Benzer biçimde, ayrılık sonrasında güvenli bireylerin sosyal destek ağlarını kullanarak duygularını düzenleme ve toparlanma konusunda avantajlı oldukları bildirilmektedir (Simpson ve Rholes, 2017). Sonuç olarak; güvenli bağlanma, bireyin kriz anlarında duygusal destek alabilmesini ve ilişkide güvende hissetmesi sayesinde kıskançlık gibi olumsuz duyguları daha az yıkıcı biçimde yaşamasını mümkün kılmaktadır.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler, duygu düzenleme konusunda genellikle esnek ve etkili stratejilere sahiptir. Çocukluk döneminde duygusal gereksinimlerinin tutarlı biçimde karşılanmış olması, yetişkinlikte stres verici olaylarla karşılaşıldığında ne tümüyle içe kapanmaya ve duyguları bastırmaya ne de kontrolsüz tepkiler vermeye yol açmaktadır. Aksine, sorun çözme ile duygu paylaşımı arasında dengeli bir yaklaşım sergilenmektedir. Araştırmalar, güvenli bireylerin olumsuz duyguları tolere edebildiğini ve gerektiğinde yakın çevrelerinden destek arayarak rahatlama sağlayabildiğini göstermektedir (Mikulincer ve Shaver, 2003). Simpson ve Rholes (2017), güvenli bireylerin özellikle çift içindeki stresli durumlarda daha yapıcı biçimde düşünme, hissetme ve davranma eğiliminde olduklarını; bu sayede kişisel ve ilişkisel iyi oluş düzeylerini koruyabildiklerini belirtmektedir. Bu durum, güvenli bağlananların romantik ilişkilerde daha yüksek ilişki doyumu yaşamasıyla da bağlantılı görünmektedir. Çok sayıda çalışma, güvenli bağlanma stilinin hem bireyin kendi ilişki tatminini hem de partnerinin tatminini olumlu yönde etkilediğini ortaya koymaktadır (Hazan ve Shaver, 1987; Simpson ve Rholes, 2017). Örnek vermek gerekirse; çiftler üzerinde yürütülen meta-analitik bir inceleme, güvenli bağlanma ile yüksek ilişki memnuniyeti arasında tutarlı ve pozitif bir ilişki bulunduğunu göstermektedir (Li ve Chan, 2012). Kaygılı veya kaçıngan stillere kıyasla güvenli bağlanma, ilişkilerde daha az çatışma, daha fazla yakınlık, daha doyurucu iletişim ve uzun vadeli istikrar ile ilişkilendirilmektedir. Sonuç olarak; güvenli bağlanma stili, hem bireyin psikolojik sağlığı hem de romantik ilişkilerinin niteliği açısından en uyumlu stil olarak kabul edilmektedir.

1.2.2. Kaygılı (Anksiyöz/Saplantılı) bağlanma

Kaygılı (anksiyöz ya da saplantılı) bağlanma stili, bireyin kendine dair olumsuz, başkalarına dair ise olumlu bir model geliştirmesiyle karakterize edilmektedir (Bartholomew, 1990). Bu bağlanma stiline sahip kişiler, kendilerini yeterince sevilebilir bulmamakta ya da değersiz görmekte; buna karşılık başkalarını idealize ederek ilişkiye yüksek düzeyde değer atfetmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Sonuç olarak, yakın ilişkilerde onaylanma ve kabul görme konusunda yoğun bir gereksinim hissetmektedirler. Bowlby'nin tanımladığı "kaygılı/ambivalan" bağlanma örüntüsüne paralel biçimde, bu bireyler terk edilme korkusuyla yaşamakta ve partnerlerinin sevgisine ilişkin sürekli bir endişe hali taşımaktadır (Bowlby, 1973). Gelişimsel açıdan

bakıldığında, kaygılı bağlanma stilinin kökeni çoğunlukla tutarsız ya da öngörülemez bakım deneyimlerine dayanmaktadır. Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) bulgularına göre, anneleri bazen çok ilgili, bazen de duyarsız olan bebekler kararsız bir bağlanma geliştirmektedir. Bakımverenin kimi zaman sıcak ve yakın, kimi zaman mesafeli davranması çocuğun iç dünyasında belirsizlik yaratmakta; bu deneyim, bireyin ilerleyen dönemlerde yakın ilişkilerde sürekli alarm halinde olmasına ve "Acaba seviliyor muyum, beni bırakacak mı?" gibi sorularla meşgul olmasına zemin hazırlamaktadır (Cassidy ve Berlin, 1994). Bu nedenle kaygılı bağlanan birey, ilişkiyi güçlü biçimde istemekte ve eşzamanlı olarak sürekli kaybetme korkusu yaşamaktadır.

Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkileri genellikle inişli çıkışlı, yoğun ve dalgalı bir seyir izlemektedir. Bu kişiler, partnerleriyle aşırı yakınlık kurma arzusu taşımakta; ilişkide duygusal ve fiziksel yakınlığı en üst düzeye çıkarmak istemektedir. Bununla birlikte, partnerinin kendisini yeterince sevmeyeceğine ya da terk edeceğine ilişkin sürekli bir endişe taşımaktadır. Bu nedenle ilişkilerinde aşırı hassas ve tetikte davranabilmekte; partnerin küçük davranış değişikliklerini ya da ilgisindeki kısa süreli dalgalanmaları dahi büyük bir tehdit işareti olarak yorumlayabilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Cassidy ve Berlin, 1994; Mikulincer ve Shaver, 2007). Kısa süreli meşguliyeti "artık ilgi göstermiyor" biçiminde değerlendirme ve buna bağlı üzüntü yaşama eğilimi sıktır. Sürekli güvence arayışı nedeniyle partnerden sık sık sevgi ve bağlılık ifadeleri talep edilebilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007).

İlişki içinde bağımlı ya da "aşırı talepkar" olarak nitelendirilebilecek davranışlar görülebilmekte; partnerin yeterince yakın olmadığı algısı oluştuğunda kızgınlık ya da çaresizlik hissedilebilmektedir. Simpson ve Rholes'un (2017) belirttiği üzere, yüksek kaygı düzeyine sahip bireyler çoğu zaman "fazla ilgi bekleyen" olarak görülmekte; yoğun güvence arayışı, paradoksal biçimde partneri bunaltarak uzaklaştırıcı sonuçlar doğurabilmektedir. Kaygılı bağlanan birey, partnerinin sevgisinden emin olmak için sık sorular sorabilir, mesajlara hızlı yanıt alamadığında yoğun kaygı yaşayabilir ya da ilişkiyi kaybetmemek adına kendi gereksinimlerinden ödün verebilir. Bu çaba ve duyarlılık, ilişkide çatışma olasılığını artırmakta; birey kimi zaman "yetinmez" ya da "zorlayıcı" olarak algılanabilmektedir. Nitekim Hazan ve Shaver (1987), kaygılı bağlananların aşkı daha takıntılı, kıskanç ve duygusal dalgalanmalarla yüklü

yaşadıklarını raporlamaktadır. Sonuç olarak; kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkileri sevgi ve yakınlık açısından yoğun olsa da istikrarsız ve yorucu bir nitelik kazanabilmektedir.

Kıskançlık, kaygılı bağlanma stilinin en belirgin özelliklerinden biridir. Kaygılı bireyler, partnerlerini kaybetme korkusu nedeniyle ilişki tehditlerine karşı son derece hassas olmakta ve bu yüzden yüksek düzeyde kıskançlık yaşayabilmektedir. Araştırmalar, en kıskanç partner tipinin genellikle kaygılı bağlanma stiline sahip kişiler olduğunu göstermektedir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997; Marazziti vd., 2010). Nitekim Sharpsteen ve Kirkpatrick'in (1997) çalışmasında, kaygılı bağlanan bireylerin kıskançlık puanlarının diğer stillere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Bu kişiler, partnerlerinin sadakatine dair yoğun endişe taşıdıklarından, ilişkide potansiyel rakip olabilecek kişilere ya da durumlara karşı aşırı tetikte olmaktadır. Kaygılı birey, partnerinin masum bir sosyal etkileşimini dahi tehdit olarak yorumlayıp yoğun kaygı ve öfke yaşayabilmektedir. Hatta bazı kaygılı bireyler, partnerlerinden ilgi görmek için onları kıskandırmaya yönelik girişimlerde bulunabilmekte; örneğin kıskandırma taktikleriyle partnerlerinin sevgisini sınamaya çalışabilmektedir (Wegner vd., 2018). Kendi benlik algıları zayıf olduğundan, kıskançlık hissettiklerinde kendilerini yetersiz ya da değersiz görme eğilimi göstermektedirler (Guerrero, 1998). Bununla birlikte; yoğun öfke ve kırgınlık hissetseler de bunu doğrudan dile getirmekte zorlanabilmekte, çatışmanın partneri uzaklaştırmasından korktukları için pasif ya da dolaylı tepkiler verebilmektedirler (Guerrero, 1998).

Ayrılık ve terk edilme, kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler için en büyük korkulardandır ve gerçekleştiğinde son derece travmatik yaşanmaktadır. Bu kişiler, romantik bir ilişkinin sona ermesini adeta dünyalarının yıkılması gibi algılayabilmektedir. Partnerlerinin kendilerini terk edeceğine dair sürekli endişe taşıdıkları için, gerçek bir ayrılık durumunda yoğun panik, depresyon, öfke ve çaresizlik tepkileri gösterebilmektedirler. Simpson ve Rholes'un (2017) aktardığı bulgular, partnerlerinden kalıcı olarak ayrılmayı hayal etmeleri istendiğinde, yüksek kaygılı bireylerin çok güçlü olumsuz duygusal tepkiler verdiğini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra yüksek düzeyde kaygılı bağlanma gösteren kişilerin ayrılık sonrasında daha uzun süreli ve derin yas tepkileri yaşadığı, ayrılığı kabullenmekte zorlandığı

bildirilmektedir. Kaygılı bireyler, ayrılık sonrası sık sık eski partnerle temasa geçmeye çalışma, geri kazanmak için ısrarcı olma ya da ayrılığı inkar etme gibi protesto davranışları sergileyebilmektedir (Hazan ve Shaver, 1988). Bu yoğun ve süreğen ayrılık stresi, takıntılı düşüncelere ve günlük işlevlerde aksamalara yol açabilmektedir. Kısacası; kaygılı bağlananlar için ayrılık deneyimi, başa çıkılması güç bir krize dönüşmekte ve ayrılık acısı çoğu zaman daha şiddetli ve uzun süreli yaşanmaktadır.

Kaygılı bağlanma stilinde duyguların düzenlenmesi genellikle sorunludur. Bu bireyler, özellikle olumsuz duygular yaşadıklarında bu duyguları büyütme ve yoğun biçimde deneyimleme eğilimindedir. Bağlanma yazınında hiperaktivasyon stratejileri olarak adlandırılan bu tarz, kişinin sıkıntı anında duygusal tepkilerini abartıp açıkça ortaya koymasıyla tanımlanmaktadır (Mikulincer ve Shaver, 2003). Kaygılı bireyler stres altındayken sürekli endişeye odaklanmakta, ruminasyon yapmakta ve kendilerini sakinleştirmekte güçlük çekmektedir. İlişkiyle ilgili bir belirsizlik ortaya çıktığında, örnek vermek gerekirse; partnerinin telefona cevap vermemesi durumunda, en kötü senaryoları zihinde kurarak kaygıyı tırmandırma eğilimi belirginleşmektedir. Simpson ve Rholes (2017), kaygılı bireylerin rahatsız edici durumlarda duygu odaklı ve hiperaktif başa çıkma stratejileri kullandığını; bu nedenle endişe ve korkularının yatışmak yerine çoğunlukla arttığını belirtmektedir.

Bu stilin getirdiği sürekli teyakkuz hali, duygusal sistemi kronik olarak etkin tutmakta; kişi bir türlü tam anlamıyla güvende hissedip rahatlayamamaktadır. Ek olarak; kaygılı bireyler yoğun duygusal destek gereksinimi duysalar da "ya talebim reddedilirse" korkusuyla doğrudan destek istemekte ikilem yaşayabilmektedir. Sonuç olarak; ya duygularını bastırmadan dışa vurmakta ve aradığı tepkiyi alamamakta, ya da duyguları içinde tutarak daha yüksek içsel strese maruz kalmaktadır. Bu yetersiz duygu düzenleme, romantik ilişkilerde ilişki doyumunu olumsuz etkilemektedir. Araştırmalar, kaygı düzeyi yüksek bireylerin ilişkilerinde daha düşük tatmin bildirdiğini ve partnerlerinin de daha az tatmin olduğunu göstermektedir (Collins ve Read, 1990; Simpson ve Rholes, 2017). Simpson ve Rholes (2017), kaygılı kişilerin kronik endişe ve güvensizlikleri nedeniyle ilişkilerinin daha az uyumlu ve tatminkar olduğunu; çatışmaların daha sık ve çözümsüz kaldığını vurgulamaktadır. Benzer biçimde; Türk örneklemlerinde yürütülen çalışmalar da kaygılı bağlanma puanları yüksek bireylerin romantik ilişki doyumlarının daha düşük olduğunu ortaya

koymaktadır (Sümer ve Güngör, 1999; Özer ve Müezzin, 2024). Kaygılı bireyin yoğun sevgi ihtiyacı ve güvence arayışı partner tarafından her zaman tam anlamıyla karşılanamadığında, ilişkide her iki taraf için de tatminsizlik ve yıpranma ortaya çıkmaktadır. Özetle; kaygılı bağlanma stili, duyguların düzenlenmesinde güçlük ve sürekli teyakkuz haliyle karakterize olduğu için, uzun vadede ilişki memnuniyetini azaltan bir risk faktörü olarak görülmektedir.

1.2.3 Kaçıngan (Kayıtsız) bağlanma

Kaçıngan bağlanma stili, yetişkinlikte çoğunlukla kayıtsız-kaçınmacı ya da "dismissing" olarak anılmakta; bireyin kendine dair olumlu, başkalarına dair ise olumsuz bir modele sahip olmasıyla belirginleşmektedir (Bartholomew, 1990). Bu stilde kişi, kendini bağımsız ve güçlü görmekte; başkalarına güvenmeyi riskli ve gereksiz bulmaktadır. Kaçıngan bağlanan birey, "kendime yeterim, kimseye ihtiyacım yok" inancına yatkın olmakta ve duygusal yakınlık gereksinimini en düşük düzeyde tutmaya çalışmaktadır. Bartholomew ve Horowitz'in (1991) modeline göre, kaçıngan bireylerde bağlanma ile ilgili kaçınma boyutu yüksektir; bu kişiler yakın ilişkilerde bağımsızlığa aşırı değer vermekte ve duygusal yakınlıktan rahatsızlık duymaktadır.

Gelişimsel açıdan kaçıngan bağlanma stili, çoğunlukla ihmal, reddedilme ya da aşırı mesafeli bakım deneyimleriyle ilişkilendirilmektedir. Bebeklik döneminde gereksinimleri karşılanmadığında sürekli geri çevrilen veya duygusal olarak ihmal edilen çocuk, zamanla ihtiyaçlarını bastırmayı öğrenmektedir. Ainsworth vd. (1978), kaçıngan bağlanma gösteren bebeklerin annelerinin genellikle duygusal açıdan soğuk, yakınlaşma girişimlerine yanıt vermeyen ya da reddedici tutumlar sergilediğini gözlemlemiştir. Bu koşullarda büyüyen çocuk, hayal kırıklığı yaşamamak için kendi kendini sakinleştirmeye yönelmekte ve dışarıdan bakıldığında bakım verene ihtiyaç duymuyormuş gibi görünmektedir. Bowlby (1980), tekrar eden reddedilme yaşantılarında çocuğun bağlanma sistemini deaktive ederek sinyal göndermeyi kestiğini belirtmektedir. Uyumsal görünen bu strateji, gelişen zihinde "kimseye güvenme, duygularını gösterme" kuralına dönüşmektedir. Sonuç olarak kaçıngan bağlanan birey, yetişkinlikte yakın ilişkilerde savunmacı bir özerklik geliştirmekte; güven kurmaktan kaçınmakta ve duygusal bağımlılıktan uzak durmaktadır.

Kaçıngan bağlanma stiline sahip yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki davranışları genellikle mesafeli, soğukkanlı ve kendine yeter bir profil çizmektedir. Bu bireyler, yakın ilişkiden tümüyle kaçınmasalar da ilişkinin derinleşerek yüksek düzeyde duygusal yakınlık kazanmasından rahatsız olabilmektedir. Bir partnerleri bulunsa dahi ilişkide kendi sınırlarını ve kişisel alanlarını korumaya aşırı önem vermekte; partnerlerinin duygusal paylaşımlarına minimal tepki vermekte, kendi hassas duygularını açığa vurmaktan ya da ilişki hakkında konuşmaktan kaçınabilmektedir. Bu stilin tipik özelliği, bağlanma gereksinimlerinin inkarı ve bastırılmasıdır. Kaçıngan bireyler, bilinçli ya da bilinçdışı düzeyde "kimseye güvenilmez, sonunda hayal kırıklığına uğrarsın" inancını taşıdıklarından partnerlerine tam anlamıyla güvenip yaslanamamaktadır. İlişkilerinde ciddi bir sorun olduğunda dahi bunu partneriyle konuşmak yerine içselleştirme ya da görmezden gelme yoluna gidebilmektedirler (Feeney, 1995). Simpson ve Rholes'un (2017) çiftlerle yürüttüğü bir araştırmada, yüksek kaçınma düzeyine sahip kişilerin stres verici bir durumda partnerlerinden duygusal destek aramaktan kaçındıkları ve partnerleri üzgün göründüğünde dahi teselli sunmada gönülsüz kaldıkları raporlanmıştır. Kaçıngan bireylerin partnerlerinin duygusal gereksinimlerine karşı kayıtsız görünmeleri olasıdır; zira duygusal paylaşıma girmek, kendi kaçındıkları bir etkileşim biçimidir. Bu kişiler için bağımsızlık ve kişisel alan, ilişkinin yakınlık taleplerine kıyasla önceliklidir. Bu nedenle partnerleri, onları çoğu zaman duygusal açıdan ulaşılmaz ya da ilgisiz olarak algılayabilmektedir.

Hazan ve Shaver'ın (1987) çalışmalarında da kaçıngan katılımcılar, aşkta samimiyetten rahatsız olduklarını, kimseye tam güvenemediklerini ve partnerlerinin fazlaca yakınlaşmasından huzursuzluk duyduklarını belirtmiştir. Bunun yanı sıra kaçıngan bireyler, çoğu zaman diğer bağlanma stillerine kıyasla daha kısa süreli ya da yüzeysel ilişkiler yaşayabilmekte; ilişki belirli bir derinliğe ulaştığında soğuyup geri çekilme eğilimi gösterebilmektedir. Kirkpatrick ve Davis (1994), uzun süreli çiftleri inceledikleri bir araştırmada, kaçıngan erkeklerin ilişkilerinde duygusal yakınlık ve memnuniyet düzeylerinin daha düşük olduğunu ve daha erken ayrılma eğilimi taşıdıklarını saptamıştır. Kısacası; kaçıngan bağlanma stilindeki bireyler, romantik ilişkilerde samimiyeti sınırlı tutmakta, yakınlığı fazla ilerletmemeye çalışmakta ve partnerlerine duygusal olarak tam anlamıyla teslim olmamaktadır. Bu durum, ilişkilerin durağan, mesafeli ya da tek taraflı hissedilmesine yol açabilmektedir.

Genel olarak kaçıngan bağlanma stilinde kıskançlığın daha düşük yoğunlukta yaşandığı değerlendirilmektedir; zira bu bireyler romantik ilişkilere duygusal yatırım yapmaktan kaçındıkları için tehdit algıları da görece düşük olabilmektedir. Bulgular, düşük bağlanma kaygısı ve yüksek özdeğeri olan kişilerin kıskançlık karşısında kaçınma ve inkar stratejilerini daha sık kullandığını göstermektedir (Guerrero, 1998). Kaçıngan birey, partnerindeki olası ilgisizliği fark ettiğinde rahatsızlık hissetse bile bunu ne kendine ne de partnerine itiraf etmek istemeyebilir; duygularını bastırıp yok sayma ya da konuyu değiştirme eğilimi gösterebilmektedir. Bununla birlikte, "hiç kıskançlık hissetmezler" demek doğru değildir; daha çok ifade etmemekte ya da kendilerine dahi itiraf etmemeye çalışmaktadırlar. Bazı çalışmalar, kaçıngan bireylerin partnerlerinin olası sadakatsizliğine karşı daha az ya da gecikmiş duygusal tepki verdiklerini öne sürmektedir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997). Örneğin, karşı cinsten bir arkadaşla samimi bir fotoğraf görme senaryosunda kaçıngan eğilimli katılımcıların en düşük kıskançlık ve utanç tepkisini bildirdikleri raporlanmıştır; bu durum, duygusal tepkilerini baskıladıklarını düşündürmektedir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997). Kıskançlık hissettiklerinde, kaygılı bireylerde görülen tartışma başlatma yerine içe çekilme ve duygusal duvarları yükseltme olasılığı yüksektir. Hatta kimi kaçıngan bireyler, ilişkiye yönelik tehdit algıladıklarında "nasılsa bana göre değil" tutumuyla ilişkiden uzaklaşmayı ya da partneri duygusal olarak cezalandırmak için mesafe koymayı tercih edebilmektedir.

Ayrılık bağlamında kaçıngan stil karmaşık bir tablo sunmaktadır. Bir yandan bu bireyler, ayrılığa diğer stillere kıyasla daha soğukkanlı tepki veriyormuş izlenimi yaratabilmekte ve çevreleri tarafından "hiç etkilenmedi" şeklinde algılanabilmektedir. Simpson ve Rholes (2017), yüksek kaçınma düzeyine sahip bireylerin partnerden ayrılma düşüncesine belirgin bir duygusal reaksiyon göstermediklerini; özellikle kaçıngan erkeklerin ayrılık sonrası daha az duygusal sıkıntı bildirdiklerini aktarmaktadır. Bu durum, olumsuz duygu ve düşünceleri bastırma eğilimleriyle açıklanmaktadır. Nitekim kaçıngan kişiler ayrılık sürecinde duygularını derine gömerek, sanki ilişki onlar için çok önemli değilmiş gibi davranabilmektedir. Uzun süreli bir partnerden ayrılan kaçıngan bireyin, hızla rutinine dönmesi ve duyguları üzerine konuşmaması sık gözlenen bir örüntüdür. Ne var ki; bu bastırma stratejisinin bir bedeli olabilmektedir; bazı bulgular, kaçıngan bireylerin ayrılık sonrası dönemde fizyolojik stres belirtileri yaşadığını fakat bunu dışa vurmadığını göstermektedir

(Dozier ve Kobak, 1992). Sonuç olarak; dışarıdan sağlam ve duygusuz görünseler bile, iç dünyalarında ayrılığın olumsuz etkilerini yaşamaları mümkündür. Genel eğilim, kaçıngan bireylerin ayrılık sonrası destek arayışına girmemeleri nedeniyle duygusal iyileşme süreçlerinin yalnız ilerlemesi ve güçlü inkar mekanizmaları sayesinde görünürde daha çabuk "normal hayata dönmüş" izlenimi vermeleridir.

Kaçıngan bağlanma stilinin ayırt edici özelliği, duyguları bastırma ve yakın ilişkilerde duygusal katılımı en aza indirme eğilimidir. Bu bireyler, rahatsızlık veren duygular yaşadıklarında bunları bastırarak ya da görmezden gelerek bir tür deaktivasyon stratejisi kullanmaktadır (Mikulincer ve Shaver, 2007). Örnek vermek gerekirse; üzüntü, korku ya da öfke hissettiklerinde bu duyguları olabildiğince çabuk zihinden uzaklaştırmaya ve üzerinde düşünmemeye yönelmektedirler. Sorunla karşılaştıklarında duygu odaklı başa çıkmak yerine dikkati dağıtma ya da mekanik/araçsal çözümlere yönelme eğilimi göstermektedirler. Simpson ve Rholes (2017), yüksek kaçınma puanına sahip bireylerin özellikle duygusal destek gerektiren durumlarda partnerlerinden uzak durup duygusal gereksinimlerini inkar ettiklerini; buna karşın somut/problem odaklı yardımla daha iyi başa çıktıklarını ortaya koymaktadır. Aynı çalışmada kaçıngan bireylerin, duygusal destek yerine enstrümantal desteği (örneğin, partnerinin sorununu çözmeye yönelik pratik yardım) tercih ettikleri ve bunun yakınlığa girmeden destek sunma yolu olarak işlev gördüğü vurgulanmaktadır. Bu bulgular, kaçıngan bireylerin duygusal paylaşımdan kaçınmak adına yalnız başına baş etme ya da duyguları devre dışı bırakma stratejilerine saptığını göstermektedir. Bununla birlikte; söz konusu stratejiler kısa vadede işe yarar görünse de uzun vadede duygu birikimine ve beklenmedik patlamalara yol açabilmektedir. Bastırılan duygular zaman zaman kontrolsüz öfke ya da ani ilişkiyi bitirme kararları biçiminde yüzeye çıkabilmektedir.

Duygu düzenlemede bu savunmacı yaklaşım, romantik ilişkilerde ilişki doyumunu da olumsuz etkilemektedir. Çok sayıda çalışma, kaçınmacı bağlanma düzeyi yüksek bireylerin hem kendi ilişki tatminlerinin düşük olduğunu hem de partnerlerinin daha az tatmin bildirdiğini göstermektedir (Simpson ve Rholes, 2017; Li ve Chan, 2012). Meta-analitik kanıtlar, bağlanma kaçınması yüksek bireylerin ilişkilerinde yakınlık ve bağlılık düzeylerinin düşük olması nedeniyle genel ilişki memnuniyetinin anlamlı biçimde azaldığını ortaya koymaktadır (Li ve Chan, 2012).

Bunun yanı sıra çift düzeyinde yürütülen araştırmalarda, kadının kaygılı ve erkeğin kaçıngan olduğu eşleşmelerde ilişki doyumunun özellikle düşük olduğu ve ilişkinin devamının risk altında bulunduğu raporlanmıştır (Kirkpatrick ve Davis, 1994). Kaçıngan bir partnerin duygusal gereksinimleri geri plana atması ve iletişimde ketum kalması, zamanla partnerin kendini değersiz ya da uzaklaştırılmış hissetmesine yol açabilmekte; bu durum çiftin memnuniyetini ve bağını zedeleyebilmektedir. Sonuç olarak; kaçıngan bağlanma stili, bireyin duygusal dünyasını korumak adına ilişkiden kısmen geri çekildiği bir denge yarattığından, romantik ilişkilerde duygu doyumunu ve genel tatmini azaltan bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir.

1.2.4. Korkulu (Kaygılı-Kaçıngan) bağlanma

Kaygılı-kaçıngan bağlanma stili (fearful–avoidant), yetişkin sınıflandırmalarında hem kendine hem de başkalarına dair olumsuz temsillerin bir arada bulunduğu stil olarak tanımlanır (Bartholomew, 1990; Bartholomew ve Horowitz, 1991). Gelişimsel olarak, bebeklikte tanımlanan disorganize bağlanma örüntüsüyle tematik süreklilik gösterebilsede, kavramsal olarak birebir eşdeğer değildir (Main ve Solomon, 1990; Main ve Hesse, 1990). Bu bağlanma stiline sahip kişiler, adeta kaygılı ve kaçıngan stratejilerin iç içe geçmesiyle oluşur: Kişi, bir yandan yakın ilişkiyi arzulayıp terk edilmekten aşırı korkarken, diğer yandan başkalarına güven konusunda ciddi sorunlar yaşar ve yakınlaşmaktan da kaçar. Kaygılı-kaçıngan birey, kendisini sevgiye layık görmez ve aynı zamanda başkalarının da güvenilir olmadığını düşünür; böylece yüksek kaygı ve yüksek kaçınma döngüsünde sıkışır. Bu stilin gelişimsel arka planı genellikle travmatik veya kaotik çocukluk deneyimlerine işaret eder. Araştırmacılar, "disorganize" (dağınık) bağlanmanın, bakımverenin korkutucu ya da korkmuş davranışları sonucu çocuğun çözülmüş bir bağlanma stratejisi geliştirmesiyle ortaya çıktığını belirtmişlerdir (Main ve Solomon, 1990). Örneğin, çocuklukta bakımveren aynı zamanda bir korku kaynağıysa (istismar, aile içi şiddet, ağır ihmal ve benzeri durumlar), çocuk yaklaşmak ile kaçmak arasında bocalayan bir bağlanma davranışı geliştirir. Çocuk için sığınmak istediği kişi aynı zamanda korku yaratan kişidir; bu çelişkili durum, bağlanma sisteminin düzenli bir strateji oluşturmasını engeller. Sonuçta gelişen korkulu-kaçıngan bağlanma stilinde, birey yakınlık istediğinde korku hisseder, korktuğunda ise yalnız kalmaktan ürker. Yani, bu kişiler ikili bir çıkmaz içindedir: Yaklaşmak tehlikeli, uzak durmak ise

yalnızlık demektir. Bu yüzden davranışları öngörülemez ve tutarsız olabilir (Main ve Hesse, 1990). Özsaygılarının düşük, duygusal kırılganlıklarının yüksek olması nedeniyle, kaygılı-kaçıngan bireyler genellikle ergenlik ve yetişkinlikte de psikolojik rahatsızlıklara yatkınlık gösterebilir (Lyons-Ruth ve Jacobvitz, 2016). Kaygılı-kaçıngan bağlanmanın net bir strateji olmaktan ziyade düzenlenmemiş bir bağlanma tepkisi olduğu söylenebilmektedir; bu stil, en güvensiz ve uyumsuz bağlanma örüntüsü olarak kabul edilmektedir.

Kaygılı-kaçıngan bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkileri, yoğun gelgitler ve kararsızlık içermektedir. Bu kişiler, yakınlık ve sevgi arzusu taşımakta ve ilişki derinleştikçe belirgin bir güvensizlik ve korku yaşamaya başlamaktadır. Partnere yönelik hem yakın olma isteği hem de uzak durma gereksinimi eşzamanlı biçimde hissedilmekte; yeni bir ilişkiye girişte istekli ve ilgili görünmelerine karşın ilişki ciddileştiğinde soğuma, geri çekilme ya da partneri uzaklaştıran davranışlar sergilenebilmektedir. Bu tutum değişikliği, "yakınlaşırsam incinirim; uzak durursam sevilmem mümkün değil" biçimindeki içsel çatışmayı yansıtmaktadır. Sonuç olarak, korkulu-kaçıngan bireylerin ilişkileri sıklıkla kaotik, istikrarsız ve belirsiz bir seyir izlemektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Mikulincer ve Shaver, 2007). Bu kişiler bir anda aşırı bağlı ve muhtaç görünürken kısa süre sonra duygusal olarak donuk ya da erişilmez hale gelebilmekte; bu tutarsızlık partner açısından öngörülemez bir ilişki iklimi yaratmaktadır. Bulgular, korkulu-kaçıngan bireylerin romantik ilişkilerinde yüksek düzeyde çatışma ve düzensiz etkileşim görülebildiğini; kişinin kendi duygusal dalgalanmalarıyla partneri sık sık itip çektiğini göstermektedir (Conde vd., 2011; Collins ve Feeney, 2000; Simpson ve Rholes, 2017). Örnek vermek gerekirse; tartışma anında aşırı tepkisel ve öfkeli davranışlar sergilenmekte, kısa süre sonra duygular içe atılarak partner görmezden gelinebilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu öngörülemez örüntü, ilişkide güven ve istikrar duygusunun gelişmesini engellemektedir. Korkulu-kaçıngan bireyler çoğu zaman partnerlerinin kendilerini sonunda inciteceğine ya da terk edeceğine inandıkları için, bazen terk edilmeden önce ilişkiyi sabote edici davranışlara yönelebilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). İlişki iyi giderken ani ve temelsiz görünen kavgalar çıkarmak ya da partneri sınamak amacıyla krizler yaratmak bu bağlamda gözlenebilmektedir. Bu tür tutumlar, çoğu kez kendini doğrulayan kehanete dönüşerek korkulan terk edilme sonucunu doğurabilmektedir (Downey ve Feldman, 1996). Hem kaygı hem

kaçınmanın yüksek olması nedeniyle kişi ne tam olarak yakın olabilmekte ne de tümüyle uzak durabilmekte; ilişkiler "yaklaş – uzaklaş" döngüsünde sürüp gitmektedir (Simpson ve Rholes, 2017). Sonuç olarak; bu stile sahip bireylerin romantik ilişkileri genellikle kısa ömürlü ya da gidip gelen bir yapı sergilemekte ve taraflar için yıpratıcı olabilmektedir. İçsel çelişki çözülmedikçe sağlıklı bir bağ kurmak güçleşmekte; birey ya yalnız kalmakta ya da ilişki içinde olmasına rağmen tatmin düzeyi düşük kalmaktadır (Feeney ve Noller, 1990).

Kaygılı-kaçınan bağlanma stilinde kıskançlık duygusu sıklıkla yoğun biçimde yaşanmakta ve bu duyguya verilen tepkiler çoğu zaman düzensiz ile abartılı olabilmektedir. Bu bireyler, kaygılı boyut nedeniyle partnerlerini kaybetmekten ya da aldatılmaktan aşırı korkmakta; dolayısıyla ilişkiyi tehdit eden en küçük işarette dahi şiddetli kıskançlık gösterebilmektedir. Nitekim Marazziti vd. (2010), kaygılı bağlanma stilinin kıskançlığın çeşitli boyutlarıyla en güçlü ilişkili stil olduğunu, her iki güvensiz boyutu bir arada barındıran kaygılı-kaçınan stilde de yüksek kıskançlık görüldüğünü bildirmektedir. Bu kişiler, partnerlerini kaybetme olasılığı karşısında hem yoğun iç sıkıntısı ve korku yaşamakta hem de bu duyguyla nasıl başa çıkacaklarını bilememektedir. Kaygılı yön partnerine yapışma ve kontrol etme eğilimini artırırken, kaçınan yön utanç ya da güvensizlik nedeniyle duyguların açıkça dile getirilmesini engellemektedir. Bu nedenle kıskançlık durumlarında verilen tepkiler kimi zaman saldırgan ve öfkeli, kimi zaman da geri çekilen ve içe kapanan bir özellik göstermektedir (Guerrero, 1998).

Ayrılık deneyimi de kaygılı-kaçınan bireyler için son derece zorludur. Hem kaygılı bağlanmadaki gibi yoğun terk edilme acısı yaşanmakta hem de kaçınan boyut nedeniyle kimseye güvenip destek aramakta güçlük çekilmektedir (Fraley ve Shaver, 1999). Bu çift yönlü dezavantaj, ayrılık sonrası uyumu zorlaştırmaktadır. Ayrılık yaşayan kaygılı-kaçınan bireyler bir yandan eski partnere özlem ve geri dönme isteği duyarken, diğer yandan gurur ya da güvensizlik nedeniyle bu duyguları ifade etmekte zorlanabilmektedir. Bulgular, hem bağlanma kaygısı hem de kaçınması yüksek bireylerin ayrılık sonrası ciddi uyum güçlükleri yaşayabildiğini; örneğin uzun süre yeni bir ilişkiye adım atamama, eski ilişkiyi zihinde yineleme ya da duygusal dengede bozulma gibi belirtiler gösterebildiğini ortaya koymaktadır (Stein vd., 2002; Davis vd., 2003). Bazıları ayrılık sonrası içe kapanıp depresif tepkiler verirken, bazıları ani öfke

patlamaları ya da kendine zarar verici davranışlarla tepkisini dışa vurabilmektedir. Kimi durumlarda ayrılık acısından kaçınmak amacıyla yoğun kaçınma stratejilerine başvurulmakta ve bu yaklaşım uzun vadede iyileşmeyi geciktirebilmektedir. Özetle; kaygılı-kaçınan bağlanma, kıskançlık ve ayrılık gibi ilişki stresörlerine en şiddetli ve uyumsuz tepkilerin verilebildiği bir örüntü olarak değerlendirilmektedir.

Kaygılı-kaçıngan bağlanma stili, duygu düzenleme açısından en problemli grubu oluşturmaktadır. Bu bireyler, çelişkili stratejiler arasında bocaladıkları için duygusal olarak istikrarlı bir yol tutturmakta zorlanmaktadır (Brennan ve Shaver, 1995). Zaman zaman kaygılı yönleri baskın çıkarak aşırı tepkisellik ve kontrolden çıkmış duygular sergileyebilmekte (Mikulincer ve Shaver, 2007); zaman zaman ise kaçınan yönleri devreye girerek duygusal donukluk veya dissosiyasyon yaşayabilmektedir (Şar ve Öztürk, 2010).

Araştırmalar, bu stildeki kişilerin genellikle olgunlaşmamış savunma düzenekleri kullandığını ve duygularından hem kendilerini hem de başkalarını kopardıklarını belirtmektedir (Cassidy ve Kobak, 1988). Bu durum, duyguları tanıma, anlama ve uygun şekilde ifade etme becerilerini zayıflatmaktadır. Söz konusu bağlanma stiline sahip bir birey yoğun bir öfke hissettiğinde bunu yapıcı biçimde konuşmak yerine ya şiddetli bir patlama şeklinde dışa vurmakta ya da tamamen içine atıp duygusal olarak uyuşmaktadır. Bu dağınık düzenleme biçimi, çocuklukta bakım verenle yaşanan çözümlenmemiş korkuların bir yansıması olarak değerlendirilebilmekte; kişi duygularını neyle yatıştıracağını bilemediğinde kaos ya da donma yaşamaktadır (Liotti, 2004).

Sonuç itibarıyla, kaygılı-kaçıngan bireylerde duygu düzenleme becerileri zayıf olduğundan yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı görülebilmektedir (Gross ve Thompson, 2007). Nitekim klinik örneklemlerde yürütülen çalışmalar, yoğun duygu düzensizliğiyle karakterize bazı rahatsızlıklarda yaygın bağlanma örüntülerinin kaygılı ve dağınık bağlanma olduğunu göstermektedir (Levy vd., 2006). Bu bulgular, kaygılı-kaçıngan stilin duygusal dengeyi sürdürmede nasıl sorunlar yaratabildiğini ortaya koymaktadır.

İlişki doyumu açısından bakıldığında, kaygılı-kaçıngan bağlanma stilinin romantik ilişkilerde doyumu ciddi biçimde baltaladığı görülmektedir. Hem bireyin yaşadığı kaygı ve güvensizlikler hem de partnerine yansıttığı tutarsız sinyaller

nedeniyle bu stil çoğunlukla düşük ilişki memnuniyeti ile sonuçlanmaktadır (Conde, Figueiredo ve Bifulco, 2011). Kaygılı-kaçıngan bireylerin eşleri, ilişki içinde kendilerini sürekli belirsizlik ve stres altında hissettiklerini; karşılarındaki kişinin bir iyi bir kötü oluşuna ayak uyduramadıklarını ifade etmektedir (Li ve Chan, 2012; Candel ve Turliuc, 2019). Bunun yanı sıra; bu bireyler, çoğu zaman kendi kendini gerçekleştiren kehanetlerle ilişkilerini sabote ettiklerinden uzun soluklu ve tatmin edici ilişkiler kurmakta başarısız olabilmektedir.

Bir çiftin her iki üyesinin de güvensiz bağlanma özellikleri taşıması, özellikle birinin kaygılı diğerinin kaçıngan olduğu eşleşmeler, ilişki doyumunu belirgin biçimde azaltmakta; en olumsuz tablo ise her iki boyutu da yüksek olan kaygılı-kaçıngan bireylerde görülmektedir (Butzer ve Campbell, 2008). Bu kişiler, sağlıklı bir yakınlık kurup sürdüremedikleri için ilişkileri, doyumdan çok hayal kırıklığı; dramatik kavgalar ve kopuk barışmalar döngüsüyle şekillenebilmektedir.

Kaygılı-kaçıngan bağlanma stili, romantik ilişkilerde hem bireyin hem de partnerinin mutluluğunu en fazla tehdit eden örüntü olarak öne çıkmaktadır. İlişki terapisi yazını, bu örüntünün dönüşümünün zor mümkün olduğunu; özellikle bireyin önce özdeğerini güçlendirmesi ve başkalarına güvenmeyi öğrenmesiyle kademeli biçimde kazanılmış güvenli bağlanma yönünde ilerleyebileceğini belirtmektedir (Arriaga vd., 2017). Bununla birlikte, söz konusu stilin etkileri göz önüne alındığında, bu bireylerin ilişkilerinde doyum ve istikrar sağlayabilmeleri için çoğunlukla uzman desteği ve yoğun bir öz farkındalık çalışması gerekmektedir.

Kıskançlık, bireyin değer verdiği bir ilişkinin gerçek ya da hayali bir tehditle sarsılacağı endişesiyle ortaya çıkan, karmaşık bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Romantik ilişkiler bağlamında ise sevilen kişinin ilgisini ya da sadakatini üçüncü bir kişiye kaptırma korkusuyla ilişkili yoğun kaygı ve öfke karışımı biçiminde görülmekte, bireyin duygusal bağ kurduğu partnerini potansiyel bir rakibe karşı koruma motivasyonunu tetiklemektedir (Solmuş, 2008; Curun ve Çapkın, 2014, akt. Kayrak vd., 2023). Bu çerçevede kıskançlık, bir yönüyle ilişkinin sürdürülmesi ve bağın korunması amacına hizmet eden tepkileri içerirken, diğer yönüyle ilişkiye zarar verebilecek yoğun olumsuz duyguları da barındırmaktadır.

Literatürde romantik kıskançlığın çok boyutlu bir yapıda olduğu vurgulanmakta; kıskançlık yaşandığında duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkilerin birlikte ortaya

çıkabildiği belirtilmektedir (Kayrak vd., 2023). Bu nedenle kıskançlık, ilişkisel bir stres tepkisi olarak ele alınmakta ve normal ile patolojik kıskançlık ayrımı yapılmaktadır. Normal düzeydeki kıskançlık, ilişkide bağlılığı ve değeri yansıtan, çoğu bireyin zaman zaman deneyimlediği bir duygu olarak değerlendirilirken; aşırı ya da patolojik kıskançlık, gerçekçi olmayan senaryolar ve aşırı kontrol davranışlarıyla ilişkiye ciddi zarar verebilmektedir (Mullen, 1991). Romantik kıskançlık tanımlarında tehdit algısının gerçek ya da algılanan olabileceğine özellikle dikkat çekilmekte; örnek vermek gerekirse, partnerin bir başkasıyla samimi biçimde konuşması gerçek bir yakınlaşma tehdidi doğurabilirken, temelsiz aldatılma korkusu da yoğun kıskançlık tepkilerine yol açabilmektedir. Buunk vd. (1991), kıskançlık tetikleyicilerini algılanan tehdit düzleminde ele alarak partnerin sadakatine ilişkin belirsizliklerin dahi güçlü kıskançlık tepkilerini tetikleyebileceğini bildirmiştir (Kayrak vd., 2023). Bu nedenle kıskançlık, öznel algılarla yakından ilişkili bir duygu durumu olarak kabul edilmektedir.

Kuramsal açıdan kıskançlığın oluşumuna farklı yaklaşımlar getirilmektedir. Evrimsel psikoloji, kıskançlığı cinsiyete özgü uyum sağlayıcı bir mekanizma olarak yorumlamakta; erkeklerin cinsel sadakatsizlik karşısında, kadınların ise duygusal bağlılığın tehlikeye girmesi durumunda daha yüksek kıskançlık tepkisi verme eğiliminde olduklarını öne sürmektedir (Buss vd., 1992; Madran, 2008). Bununla birlikte kültürel yaklaşımlar, bu farkların mutlak olmadığını; toplumsal normlar ve rollerin kıskançlık ifadelerini şekillendirebildiğini belirtmektedir. Türkiye gibi daha kolektivist toplumlarda, itibar, aile bütünlüğü ve geleneksel değerlerin önemi nedeniyle hem duygusal hem cinsel sadakatsizlik her iki cinsiyet için de güçlü tehditler olarak algılanabilmektedir (Madran, 2008; akt. Kayrak vd., 2023).

Bağlanma stilleri, romantik kıskançlık tepkilerinin anlaşılmasında önemli bir değişken olarak ele alınmaktadır. Güvenli bağlanan bireyler, ilişkilerinde daha yüksek temel güven duygusuna sahip oldukları için kıskançlık tetikleyicilerini daha sağlıklı biçimde ele alabilmekte; kaygılı bağlanan bireyler, partner sevgisini yitirmeye yönelik yüksek duyarlılıkları nedeniyle en ufak belirsizlikte yoğun kıskançlık yaşayabilmektedir. Kaçıngan bağlananlar ise yakınlıktan kaçınma eğilimleri nedeniyle kıskançlık hissetseler bile bunu inkar etme ya da duyguları bastırarak mesafe koyma

eğiliminde olabilmekte; bu durum ise duygusal kopuşu artırabilmektedir (Kayrak vd., 2023).

Kayrak vd. (2023) tarafından yapılan güncel derleme, bağlanma stilleri ile kıskançlık düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu vurgulamakta; özellikle güvensiz bağlanma (kaygılı ya da kaçıngan) puanları yüksek bireylerin kıskançlığı daha yoğun ve problemli yaşama olasılığının arttığını belirtmektedir. Buna karşılık güvenli bağlanan bireyler, olası bir tetikleyici karşısında partnerleriyle daha açık iletişim kurarak durumu açıklığa kavuşturma ve güven tazeleme eğilimi göstermektedir.

Romantik kıskançlık aynı zamanda sosyokültürel faktörlerden etkilenmektedir. Bireyin yetiştiği aile ortamı, ebeveyn tutumları ve önceki ilişki deneyimleri, kıskançlıkla baş etme biçimlerini şekillendirebilmektedir (Kayrak vd., 2023). Çocuklukta ebeveynler arasında güven sorunları ya da aldatma örüntülerine tanık olan bireylerin yetişkinlikte benzer biçimde güvensiz ve şüpheci olmaları olasıdır. Kıskançlığın ifade edilme biçimi ve tolere edilen düzeyi kültüre göre değişebilmekte; Türkiye'de kimi zaman sevginin göstergesi gibi romantize edilmesine karşın, aşırı kıskançlığın psikolojik şiddete dönüşebileceği ve bireysel özgürlüğü kısıtlayabileceği yönünde farkındalık artmaktadır. Bunun yanı sıra; sosyal medya kullanımı, modern ilişkilerde yeni tür kıskançlık deneyimlerine zemin hazırlamakta; çiftler arasında güvensizliği artırabildiği için iletişim becerileri ve psikoeğitimin önemi vurgulanmaktadır (Dinçsoy, 2021).

Romantik kıskançlık, insan ilişkilerinin evrensel bir yönü olup belirli bir düzeye kadar normal kabul edilmektedir. Ne var ki; aşırı kıskançlık, hem bireyin ruh sağlığı hem de ilişki doyumu açısından ciddi riskler barındırmaktadır. Bu nedenle alanyazın, kıskançlık yaşayan bireylere yönelik başa çıkma stratejilerinin desteklenmesi, çift terapilerinde kıskançlık yönetimi ve partnerler arası güven inşasının güçlendirilmesi gibi müdahalelerin önemine işaret etmektedir (Barelds ve Dijkstra, 2007; Kayrak vd., 2023). Kıskançlıkla yapıcı biçimde baş edebilmek için bireyin kendi bağlanma geçmişini ve güvensizliklerini tanıması, partneriyle açık iletişim kurması ve gerektiğinde profesyonel destekten yararlanması önerilmektedir. Sağlıklı düzeyde kıskançlık ilişki değerinin bir işareti sayılabilirken, sağlıksız düzeylerde kıskançlık

sevgi kisvesi altında kontrol ve güvensizliğin yıkıcı bir dışavurumuna dönüşmektedir (Demirtaş, 2004).

1.3. Ebeveyn Tutumları Kavramı ve Boyutları

Ebeveyn tutumları, anne ve babaların çocuklarını yetiştirirken benimsedikleri davranış kalıpları ve yaklaşımların genel adını oluşturmaktadır. Başka bir deyişle, ebeveynin çocuğuna yönelik sergilediği tutarlı ya da tutarsız tavırlar, disiplin yöntemleri, sevgi gösterme biçimleri ve kontrol düzeyi ebeveyn tutumlarını belirlemektedir (Uzunel, 2016, akt. Karaman, 2019). Bu tutumlar, ebeveynlerin kendi yetişme tarzları, kültürel değerleri, sosyoekonomik koşulları ve bireysel kişilik özelliklerinden etkilenerek şekillenmektedir.

Çocuk gelişimi literatüründe ebeveynlik stillerinin çocuğun psikososyal uyumunda kritik bir role sahip olduğu uzun süredir ortaya konmaktadır. Özellikle Diana Baumrind'in klasik çalışmalarında tanımladığı ebeveynlik stilleri olan otoriter (baskıcı), yetkin/demokratik ve hoşgörülü/izin verici yaklaşımlar, günümüzde de geçerliliğini koruyan bir çerçeve sunmaktadır. Baumrind'e göre otoriter tutum, yüksek kontrol ve düşük şefkat ile karakterize edilmekte ve çocuktan katı itaat beklenmektedir; demokratik/yetkin tutum, yüksek ilgi ile makul düzeyde kontrolü dengeleyerek çocuğun özerkliğini desteklemektedir; hoşgörülü tutum ise yüksek sevgi Ne var ki; düşük denetim ile çocuğa aşırı serbestlik tanımaktadır (Baumrind, 1967). Daha sonra Maccoby ve Martin (1983), bu sınıflamaya ihmalkar/ilgisiz tutumu da ekleyerek dört alanlı bir model önermiştir (Karaman, 2019).

Yavuzer (2016), yaygın anne – baba tutumlarını yedi başlıkta toplamaktadır, reddetme (çocuğu sevgi ve onaydan mahrum bırakma), baskıcı/otoriter tutum (aşırı disiplin ve itaat beklentisi), gevşek tutum (aşırı hoşgörü ve sınır koymada yetersizlik), ölçüsüz ve kararsız tutum (tutarsız, birbiriyle çelişen yaklaşımlar), aşırı koruyucu tutum (gereğinden fazla müdahale ve kontrol, özgürlük tanımama), ilgisiz tutum (ihmalkar; çocuğun duygusal ve fiziksel gereksinimlerine duyarsızlık) ve destekleyici/demokratik tutum (güven verici; dengeli sevgi ve disiplin ortamı) (Tetik, 2020). Bu sınıflandırma, anne-babaların çocuk yetiştirirken benimsedikleri farklı yolları ve bunların olası sonuçlarını ortaya koymaktadır.

Baskıcı/otoriter tutum sergileyen ebeveynler, çocuklarına sıkı kurallar koymakta ve itaatsizlik durumunda sert cezalara başvurmaktadır; bu ortamda büyüyen çocuklar genellikle çekingen, güvensiz ya da isyankar kişilik özellikleri geliştirebilmektedir. Aşırı koruyucu tutumla yetişen çocuklar ise kendi başlarına karar almakta zorlanan, bağımlı ve öz güveni düşük bireyler haline gelebilmektedir; zira çocuk adına pek çok işi ebeveyn üstlenmekte ve hata yoluyla öğrenmeye fırsat tanımamaktadır. Buna karşılık, demokratik tutumla büyüyen çocuklar çoğunlukla girişken, kendine güvenen, sorumluluk alabilen ve sağlıklı karar verme becerileri gelişmiş bireyler olmaktadır çünkü bu tutumda ebeveyn, çocuğunu sevgiyle desteklerken makul sınırlar koymakta ve çocuğun birey olma çabasına saygı duymaktadır (Tetik, 2020).

Ebeveyn tutumlarının çocukların gelişimi üzerindeki etkileri çok sayıda araştırmada incelenmiştir. Tutarlı bulgular, ebeveyn–çocuk ilişkisinin niteliğinin çocuğun kişilik oluşumu, öz güven düzeyi, sosyal becerileri, akademik başarısı ve davranış sorunları üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir (Karaman, 2019). Demokratik tutumla yetişen çocukların problem çözme becerileri ve öz denetimleri daha yüksek bulunurken, otoriter tutum altında yetişen çocukların kaygı düzeylerinin ve saldırgan davranış eğilimlerinin daha yüksek olabildiği bildirilmektedir (Çaplı, 1970, akt. Tetik, 2020). Aşırı izin verici tutumla büyüyen çocuklar, kurallara uymakta zorlanabilmekte ve otoriteye saygı geliştirmede güçlük yaşayabilmektedir. İhmalkar tutum ise çocuk için en riskli ortamlardan birini oluşturmaktadır; duygusal ihmal yaşayan çocuklarda bağlanma sorunları, düşük öz güven, akademik motivasyonsuzluk ve suça eğilim gibi sonuçlar gözlemlenebilmektedir (Yücel, 2013).

Ebeveyn tutumlarını belirleyen unsurlar da üzerinde durulması gereken bir konudur. Araştırmalar, ebeveyn tutumlarının kuşaklararası aktarım gösterebildiğini; başka bir ifadeyle, bireylerin kendi anne babalarından gördükleri tutumları büyük ölçüde tekrar etme eğiliminde olabileceklerini ortaya koymaktadır (Belsky, 1984). Yapılan bir çalışmada, üst kuşaktaki ebeveynlerin otoriter ya da demokratik tutumlarının bir sonraki kuşaktaki ebeveynlerin tutumlarını anlamlı biçimde yordadığı bulunmuştur (Yıldız ve Bayram, 2018). Bununla birlikte her ebeveyn, kendi yaşantıları ve kişilik özellikleri doğrultusunda tutumlarında değişiklik yapabilmektedir; örneğin, ebeveyninin katı yaklaşımından olumsuz etkilenen bir birey, kendi çocuğunu yetiştirirken daha hoşgörülü bir tutum benimsemeye yönelebilmektedir. Bunun yanı

sıra; içinde bulunulan kültürel bağlam, ebeveynlik anlayışını güçlü biçimde etkilemektedir. Türkiye gibi kolektivist kültürlerde itaat, saygı ve aile bütünlüğü vurgusunun tarihsel olarak yüksek olması nedeniyle otoriter tutum geçmişte daha yaygınken; günümüzde, özellikle eğitim düzeyi yükseldikçe daha demokratik ve çocuk merkezli yaklaşımların benimsendiği görülmektedir (Kağıtçıbaşı, 2007).

Ebeveyn tutumları ile diğer psikososyal değişkenler arasında da önemli ilişkiler saptanmıştır. Ebeveyn tutumları ile bağlanma stili arasında bağlantı bulunduğu; tutarlı, sevgi dolu ve destekleyici ebeveynlerin çocuklarında genellikle güvenli bağlanmanın geliştiği, buna karşılık ihmal eden ya da aşırı otoriter ebeveynlerin çocuklarında güvensiz bağlanma gelişme olasılığının yükseldiği gösterilmiştir (Sümer ve Güngör, 1999). Yapılan başka bir çalışmada, ebeveyn tutumları ile çocukların ileriki yaşamlarındaki ilişkisel davranışlar arasında paralellikler saptanmıştır (Yavuzer, 1994, akt. Demir, 2007). Demokratik tutumla büyüyen bireylerin yetişkin ilişkilerinde daha sağlıklı iletişim kurdukları; otoriter tutuma maruz kalanların ise çatışma çözümünde ya boyun eğici ya da agresif olabildikleri bildirilmiştir (Yavuzer, 1994, akt. Demir, 2007). Bu nedenle, ebeveyn rehberliği programları ve aile eğitimlerinde anne-babalara tutumlarının çocuğun geleceğini nasıl etkileyebileceği aktarılmakta; farkındalık kazandırılarak daha bilinçli ebeveynlik yapmaları teşvik edilmektedir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005).

Genel olarak değerlendirildiğinde, ebeveyn tutumları çocuğun gelişiminde merkezi bir rol oynamakta ve sağlıklı bireyler ile sağlıklı toplumların yetiştirilmesi açısından kritik önem taşımaktadır (Karaman, 2019). Tutarlı sevgi ile disiplinin dengelendiği demokratik aile ortamları, çocukların psikolojik sağlamlık ve öz denetim kapasitelerinin yüksek, sosyal uyumlarının güçlü olmasına katkı sağlamaktadır (Kağıtçıbaşı, 2007). Buna karşılık, aşırı sert ya da aşırı ilgisiz tutumlar, çocukta çeşitli uyum ve davranış sorunlarına zemin hazırlayabilmektedir. Bu nedenle ebeveynlerin kendi tutumlarının farkında olmaları ve gerektiğinde profesyonel destek alarak daha sağlıklı ebeveynlik stratejileri öğrenmeleri önem arz etmektedir (Tetik, 2020). Eğitim programları, danışmanlık hizmetleri ve toplumsal farkındalık kampanyaları yoluyla aile içi tutumların iyileştirilmesi, uzun vadede bireysel ve toplumsal gelişime anlamlı katkılar sunacaktır.

- **Demokratik (Yetkin/Otoritatif) Ebeveyn Tutumu:** Demokratik ebeveynlik, yüksek düzeyde ilgi ve kabul ile tutarlı kurallar ve makul sınırların bir arada sunulduğu ebeveynlik tarzı olarak tanımlanmaktadır (Baumrind, 1967; 1991). Demokratik ebeveynler, çocuklarının bireysel görüşlerini önemsemekte, onları karar süreçlerine dahil etmekte ve aynı zamanda sorumluluk bilincini geliştirmek amacıyla sınırlar koymaktadır. Disiplin sürecinde cezadan ziyade açıklama ve rehberlik tercih edilmekte, bu yaklaşım çocuklarda özerklik gelişimini desteklerken güvenli bir bağlanma ortamı sağlamaktadır (Baumrind, 1971). Araştırmalar, demokratik ebeveynlikle yetişen çocukların daha yüksek özsaygıya, daha güçlü sosyal becerilere ve daha iyi akademik başarıya sahip olduklarını göstermektedir (Steinberg vd., 1992). Türkiye'de yürütülen çalışmalar da demokratik ebeveynliğin güvenli bağlanmayı desteklediğini ve yetişkinlikte daha doyumlu romantik ilişkilerle bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Sümer ve Güngör, 1999; Yavuzer, 2016).
- **Otoriter Ebeveyn Tutumu:** Otoriter ebeveynlik, yüksek düzeyde kontrolün düşük düzeyde kabul ve şefkatle birleştiği bir ebeveynlik tarzı olarak tanımlanmaktadır (Baumrind, 1967). Bu ebeveynler, çocuklarından katı kurallara uymalarını beklemekte ve itaatsizlik durumlarında cezalandırıcı yöntemler uygulamaktadır. Çocuğun bireysel görüşleri çoğunlukla dikkate alınmamakta, ebeveyn-çocuk ilişkisi tek yönlü bir yapıda sürmektedir (Maccoby ve Martin, 1983, akt. Karaman, 2019). Otoriter ebeveynlikle yetişen çocuklar genellikle kaygılı, çekingen ya da saldırgan davranışlar sergileyebilmektedir. Sosyal ilişkilerde öz güven eksikliği ve uyum güçlüğü sık rastlanan sonuçlar arasında yer almaktadır (Lamborn vd., 1991). Türkiye bağlamında da otoriter ebeveynlik, güvensiz bağlanma ile ilişkilendirilmiş ve yetişkinlikte daha düşük ilişki doyumu ile bağlantılı bulunmuştur (Sümer ve Güngör, 1999; Demirtaş ve Dönmez, 2006).

- **İzin Verici (Hoşgörülü) Ebeveyn Tutumu:** İzin verici ebeveynlik, yüksek ilgi ve sevginin düşük düzeyde kontrol ve disiplinle birleştiği bir ebeveynlik tarzı olarak tanımlanmaktadır (Baumrind, 1967). Bu ebeveynler çocuklarına geniş bir özgürlük alanı tanımakta, sınırlama ve yönlendirmeden kaçınmaktadır. Çocuğun kararlarını desteklemekle birlikte, gerekli sınırları koymada yetersiz kalmaktadır (Maccoby ve Martin, 1983, akt. Karaman, 2019). İzin verici ebeveynlikle yetişen çocuklar, öz denetim ve sorumluluk becerilerinde zayıf olabilmekte, kurallara uyum sağlamakta güçlük yaşayabilmektedir (Baumrind, 1991). Ergenlik döneminde riskli davranışlara yönelim ve otorite figürleriyle çatışma, bu ebeveynlik tarzıyla ilişkilendirilmektedir (Steinberg vd., 1992). Türkiye'de yürütülen çalışmalar da söz konusu tutumun, bağımlı kişilik özellikleri ve düşük öz denetimle bağlantılı olabileceğini ortaya koymaktadır (Karaman, 2019; Yavuzer, 2016).
- **İhmalkar (İlgisiz) Ebeveyn Tutumu:** Maccoby ve Martin (1983), Baumrind'in üçlü sınıflamasını genişleterek ihmalkar ebeveynliği dördüncü bir stil olarak tanımlamıştır. Bu ebeveynlik tarzı, düşük düzeyde ilgi, kabul ve denetimle karakterize edilmektedir. İhmalkar ebeveynler, çocuklarının duygusal ve fiziksel gereksinimlerine kayıtsız kalmakta; çoğunlukla mesafeli, duyarsız ya da ilgisiz davranmaktadır. İhmalkar ebeveynlikle yetişen çocuklarda bağlanma sorunları, düşük öz saygı, akademik başarısızlık, davranış bozuklukları ve suça yönelim gibi olumsuz sonuçlar sıklıkla görülmektedir (Lamborn vd., 1991). Yücel (2013), duygusal ihmal yaşayan çocukların ilerleyen yaşamlarında güven sorunları, düşük öz saygı ve yüksek riskli davranışlara eğilim gösterdiklerini rapor etmiştir. Türkiye'de yürütülen araştırmalarda da ihmalkar ebeveynlik çocuklar için en riskli tutumlardan biri olarak değerlendirilmiş; güvenli bağlanma gelişimini engelleyip güvensiz bağlanma olasılığını artırdığı saptanmıştır (Dedeler, Coşkun ve Batıgün, 2017).

Özetle, ebeveyn tutumları çocuğun duygusal, bilişsel ve davranışsal gelişim hatlarını uzun erimde biçimlendirmekte; bağlanma örüntülerinden ilişki kurma becerilerine, öz denetim ve uyum kapasitesinden yetişkinlikteki yakın ilişki doyumuna uzanan geniş bir etki alanı üretmektedir. Bu nedenle söz konusu tutumların kuramsal çerçevede sistematik biçimde ayrıştırılması ve ampirik araştırmalarda geçerliği-güvenirliği sağlanmış ölçeklerle operasyonalize edilmesi gerekmektedir. Bu çalışmada da ebeveyn tutumlarının niteliğinin, bireylerin bağlanma stilleri, kıskançlık eğilimleri, romantik ilişki doyumu ve ilişki süresi ile ilişkisi değerlendirilecek; bulgular, aile kökenli deneyimlerin yetişkinlikteki yakın ilişki dinamiklerine yansımalarını bütüncül biçimde tartışmaya olanak sağlayacaktır.

1.4. Romantik İlişki

Romantik ilişki, evli bireyler ya da flört eden çiftler arasında bireylerin kendi iradeleriyle kurdukları; bağlanma, tutku ve yakınlık unsurlarının ön planda olduğu bir birliktelik biçimi olarak tanımlanmaktadır. Çiftler genellikle bu tür ilişkilerden süreklilik ve mutluluk bekleyerek sürece dahil olmaktadır. Ne var ki; bu beklentiler her zaman gerçeğe dönüşmemektedir. Zira romantik ilişkinin sağlıklı biçimde devam edebilmesi, sürdürülebilir olması ve çiftlerin bu ilişkide tatmin yaşamaları büyük ölçüde ilişkiden elde edilen doyuma bağlıdır (Hendrick, 1988). Reis ve Aron'a (2008) göre romantik ilişki, bireylerin karşılıklı olarak yakınlık, bağlılık ve çoğu zaman duygusal-cinsel çekim temelinde kurdukları özel bağı ifade etmektedir. Bu ilişkiler, bireylerin psikolojik uyumları, benlik algıları ve yaşam doyumları üzerinde önemli etkilere sahip bulunmaktadır. Psikoloji yazınında romantik sevginin doğasını açıklamak amacıyla farklı kuramsal modeller geliştirilmiştir.

Sternberg'in (1986) Üçgen Kuramı, sevginin üç temel bileşenden oluştuğunu öne sürmektedir: yakınlık, tutku ve bağlılık. Bu bileşenlerin farklı kombinasyonları, farklı ilişki biçimlerini ortaya çıkarmaktadır. Nitekim Türkiye'de gerçekleştirilen araştırmalar da söz konusu üç unsurun ilişki doyumu ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Hamarta, 2004).

Bağlanma kuramı çerçevesinde romantik ilişkiler, yalnızca duygusal çekimle değil, bireylerin erken dönem bağlanma örüntüleriyle de yakından ilişkili görülmektedir. Hazan ve Shaver (1987), yetişkin romantik sevgiyi bir bağlanma süreci

olarak tanımlamakta ve güvenli, kaygılı ile kaçıngan bağlanma biçimlerinin ilişki deneyimlerini farklılaştırdığını göstermektedir. Türkiye'de yürütülen uyarlama çalışmalarında da Sümer ve Güngör (1999), yetişkin bağlanma stillerinin romantik ilişkilerde duygu düzenleme ve yakınlık gereksinimini güçlü biçimde açıkladığını ortaya koymaktadır.

Thibaut ve Kelley'nin (1959) geliştirdiği Karşılıklı Bağımlılık Kuramı, partnerlerin kararlarının birbirlerinin sonuçlarını etkilediği varsayımına dayanmaktadır. Bu kuramı genişleten Rusbult'un (1980, 1983) Yatırım Modeli ise ilişki bağlılığını üç ana değişkenle açıklamaktadır: doyum, alternatiflerin niteliği ve yatırımların büyüklüğü. Le ve Agnew'in (2003) meta-analizi, söz konusu üç faktörün bağlılığı güçlü biçimde yordadığını ve bağlılığın da ilişkinin sürdürülmesinde belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir. Aron ve Aron'un (1986) öz-genişleme modeli ise romantik ilişkilerin bireyin benlik içeriğini genişletme motivasyonuna dayandığını savunmaktadır. Partner aracılığıyla yeni deneyimlere erişim ve bu deneyimlerin benliğe katılımı, ilişki doyumunu artırmaktadır.

Romantik ilişkilerin sürdürülebilirliği, çiftlerin kullandığı iletişim stratejilerine bağlı olarak değişmektedir. Stafford ve Canary (1991), pozitiflik, açıklık, güvenceler, görev paylaşımı ve sosyal çevreyle bütünleşme gibi davranışların ilişki doyumunu artırdığını vurgulamaktadır. Çatışma süreçlerinde ise Gottman vd. (1998), yeni evliler üzerinde yürüttükleri boylamsal çalışmada olumsuz etkileşimlerin – eleştiri, küçümseme, savunuculuk ve duvar örme – ilişkinin uzun vadeli istikrarını tehlikeye attığını göstermektedir.

Romantik ilişkiler kültürel bağlamdan bağımsız değildir. Dion ve Dion (1993), bireyci kültürlerde romantik sevginin evlilik kararlarında daha merkezi bir konumda yer aldığını; toplulukçu kültürlerde ise aile ve sosyal çevrenin daha belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Türkiye bağlamında İmamoğlu (2003), bağlanma stillerinin kültürel değerlerle birlikte ele alınması gerektiğini ve toplulukçu kültürel yapının ilişki süreçlerinde önemli rol oynadığını belirtmektedir.

Genel olarak romantik ilişkiler, çok boyutlu ve dinamik yapılar olarak hem bireysel hem de ilişkisel süreçleri içermektedir. Bağlanma biçimleri, doyum, iletişim stratejileri ve kültürel bağlam gibi etmenler, ilişki doyumunu ve sürekliliğini şekillendirmektedir. Hem Türkçe hem de uluslararası literatür, romantik ilişkilerin

bireylerin psikolojik iyilik hali ve yaşam doyumu üzerinde belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir (Solmuş, 2008; Reis ve Aron, 2008).

1.5. İlişki Doyumu

İlişki doyumu bireylerin romantik ilişkilerinden ya da evliliklerinden aldıkları genel tatmin ve mutluluk düzeyini ifade etmektedir. Akademik yazında ilişki doyumu, partnerlerin duygusal gereksinimlerinin, beklentilerinin ve isteklerinin ne ölçüde karşılandığına dair öznel bir değerlendirme olarak tanımlanmaktadır. Mikulincer ve Shaver (2007), uzun süreli yakın ilişkiler bağlamında doyumu "sevilme, yakınlık, ilgi görme, kabul edilme, anlaşılma, desteklenme ve güvenlik gibi gereksinimlerle; özerklik, kişisel gelişim ve yeterlilik gibi bireysel gereksinimlerin karşılanma düzeyi" olarak tanımlamaktadır (akt. Malatyalı ve Sunal, 2020). Bağlanma kuramına göre ise ilişkinin doyum düzeyi, partnerlerin birbirlerine güvenli sığınak ve güvenli dayanak olma işlevlerini ne ölçüde yerine getirebildikleriyle yakından ilişkili görülmektedir (Malatyalı ve Sunal, 2020). Kısacası, yüksek ilişki doyumuna sahip bireyler, ilişkilerinde duygusal olarak doyurulduklarını, sevildiklerini ve desteklendiklerini hissetmektedir.

İlişki doyumu, evli bireylerin evliliklerini değerlendirirken hissettikleri mutluluk, memnuniyet ve birliktelikten duyulan genel tatmin düzeyini ifade etmektedir (Tezer, 1996). Sağlıklı ve başarılı bir evlilik sürdürebilmek için eşlerin evliliklerinden karşılıklı doyum sağlamaları kritik görülmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Araştırmalar, evlilik doyumunun bireylerin yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluşu ve genel yaşam doyumu üzerinde belirgin etkiler oluşturduğunu göstermektedir (Williams, 2003; Hawkins ve Booth, 2005, akt. Çağ ve Yıldırım, 2013). Örneğin mutlu bir evlilik yaşayan bireylerin stres düzeylerinin daha düşük, fiziksel sağlık göstergelerinin daha iyi ve hatta daha uzun ömürlü olabildiklerine dair bulgular mevcuttur (Levenson, Carstensen ve Gottman, 1993, akt. Çağ ve Yıldırım, 2013). Buna karşılık, evlilik doyumu düşük olan bireylerde depresyon ve anksiyete riskinin yükseldiği, iş yaşamı ve diğer sosyal ilişkilerde olumsuz etkilenmeler görülebildiği saptanmaktadır (Whisman, 2007).

İlişki doyumunu etkileyen çok sayıda ilişkisel ve kişisel değişken tanımlanmıştır. Geniş örneklemlerle yürütülen araştırmalar, iyi bir ilişkinin temelinde yer alan iletişim, problem çözme ve empati becerilerinin doyumla pozitif yönde ilişkili olduğunu tutarlı biçimde ortaya koymaktadır (Gottman, 1994; Demircioğlu ve Arıcıoğlu, 2024). Eşler arası açık iletişim, duyguların paylaşılması ve etkin dinleme arttıkça ilişkiden alınan tatmin yükselmektedir. Buna karşılık, yoğun çatışma, iletişimsizlik ve güven eksikliği ilişki doyumunu baltalayan başlıca etmenlerdir. Partnerlerin birbirlerine yönelttikleri sevgi ve takdir ifadeleri de doyumu güçlendirmektedir. Nitekim düzenli olarak ifade edilen küçük sevgi sözcükleri, jestler ya da minnettarlık bildiren davranışların çiftlerin mutluluğuna anlamlı katkı sağladığı gösterilmiştir (Algoe vd., 2010).

Kişisel özellikler de ilişki doyumunda rol oynamaktadır. Eşlerin kişilik profilleri önem taşımakta; özellikle düşük nevrotiklik, yüksek uyumluluk ve yüksek sorumluluk düzeyine sahip bireylerin daha doyumlu evlilikler sürdürmeye yatkın oldukları gösterilmektedir (Heller vd., 2004). Benzer biçimde partnerlerin bağlanma stilleri de doyumu etkilemektedir, güvenli bağlanma stiline sahip eşlerin hem kendi doyumları yüksek olmakta hem de eşlerinin doyumunu olumlu yönde etkilemektedir. Buna karşılık kaygılı ya da kaçıngan bağlanan bireyler, ilişkilerinde daha sık güvensizlik, yakınlık sorunları ve çatışmalar yaşadıklarından evlilik doyumları genellikle daha düşük bulunmaktadır (Malatyalı ve Sunal, 2020). Nitekim Harma ve Sümer'in (2016) çalışması, kaçıngan bağlanma düzeyi yüksek eşlerin evliliklerinde belirgin biçimde daha mutsuz olduklarını; kaygılı bağlanmanın ise kültürel bağlama göre değişmekle birlikte doyumu olumsuz etkileyebildiğini göstermektedir.

İlişkisel faktörler arasında algılanan partner desteği ve cinsel yaşam memnuniyeti öne çıkan belirleyiciler arasında yer almaktadır. Türkiye'de 800'den fazla evli bireyle yürütülen bir araştırmada, eşlerin birbirlerinden algıladıkları duygusal desteğin ve cinsel yaşam memnuniyetinin evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur (Çağ ve Yıldırım, 2013). Aynı çalışmada, evlilik doyumunu en güçlü biçimde açıklayan değişkenlerin "eş desteği, cinsel yaşam memnuniyeti ve eğitim düzeyi" olduğu rapor edilirken, cinsiyet, evlilik süresi, çocuk sayısı ve gelir düzeyi gibi faktörlerin istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Eşine duygusal açıdan destek olan, yakın arkadaşlık ve takım ruhu geliştirebilen çiftler

ile cinsel uyumu yüksek olan çiftler daha tatmin edici evlilikler yaşama eğilimindedir. Eğitim düzeyi de dolaylı etki yaratabilmekte; eğitim seviyesi arttıkça bireylerin problem çözmeye yönelik becerileri gelişebilmekte, beklentilerini daha gerçekçi ayarlayabilmekte ve ilişkide paylaşım alanları genişleyebilmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013).

İlişki doyumunun zaman içindeki seyri de önemli bir araştırma alanı olarak değerlendirilmektedir. Genellikle evliliğin ilk yıllarında doyum ortalama olarak yüksek bulunmakta, orta yıllarda özellikle beş ve onuncu yıllar arasında çocuk büyütme ve kariyer stresleriyle bir miktar düşüş eğilimi göstermekte, daha ileri yıllarda ise çiftlerin uyum sağlaması ve çocukların yuvadan ayrılmasıyla yeniden yükselişe geçebileceği öne sürülmektedir. Bu tür bir U-eğrisi paternine bazı Batı ülkelerinde rastlanmıştır (Glenn, 1990; VanLaningham, Johnson ve Amato, 2001). Bununla birlikte, Türkiye'de yürütülen kesitsel bir çalışmada Aydınlı ve Tutarel-Kışlak (2009) evlilik süresine göre doyumda anlamlı bir fark saptamamış; yeni evli çiftler ile uzun yıllar evli olanların ortalama uyum puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Bu sonucun arkasında kültürel ya da örneklem kaynaklı etkenler olabileceği gibi, her evliliğin kendine özgü dinamiklerinin baskın olması da olasıdır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, ilişki doyumu; bağlanma süreçleri, duygusal gereksinimlerin karşılanması ve ilişkide paylaşılan kaynaklar tarafından şekillenen çok boyutlu bir değerlendirme olarak ele alınmaktadır (Malatyalı ve Sunal, 2020). Eş desteği ve cinsel yaşamdan duyulan memnuniyet gibi ilişkisel etmenler doyumu anlamlı biçimde yükseltmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Bireysel düzeyde ise özellikle düşük nevrotiklik ile yüksek uyumluluk ve sorumluluk eğilimleri doyumu destekleyen kişilik örüntüleridir (Heller, Watson ve Ilies, 2004). Zaman içindeki seyir açısından Türkiye verileri, evlilik süresine göre doyumun anlamlı biçimde farklılaşmadığını göstermektedir (Aydınlı ve Tutarel-Kışlak, 2009). Bunun yanı sıra; düşük doyumun depresyon ve benzeri psikolojik risklerle ilişkili olduğu dikkat çekmektedir (Whisman, 2007). Bu nedenle uygulamada çiftlerin iletişim, takdir ve ortak kaliteli zaman gibi küçük ve sürdürülebilir düzenlemelere odaklanmaları yararlı olabilmektedir (Finkel vd., 2013).

1.6. İlişki Süresi

Romantik ilişkilerde süre, ilişkinin dinamiklerini anlamada temel değişkenlerden biri olarak kabul edilmektedir. İlişki süresinin artması, çiftlerin paylaştıkları deneyimleri, geliştirdikleri güveni ve yaptıkları yatırımları etkilerken; tutku, bağlılık, yakınlık ve doyum gibi ilişki bileşenlerinde de belirleyici rol oynamaktadır. Sternberg'in (1986) üçgen aşk kuramına göre ilişkinin erken dönemlerinde tutku yoğun biçimde yaşanmakta, zamanla bu bileşen görece azalmakta; buna karşılık yakınlık ve bağlılık ilişki süresi arttıkça güçlenmektedir. Benzer şekilde Baumeister ve Bratslavsky (1999), ilişkinin ilk yıllarında tutkunun hızla artış gösterdiğini, ilerleyen yıllarda ise bu yoğunluğun azalarak yerini bağlılık ve daha istikrarlı bir yakınlık düzeyine bıraktığını ifade etmektedir. Uzun süreli evlilikler üzerine yapılan çalışmalar da bu eğilimi desteklemekte; Hinchliff ve Gott (2004), evlilik süresi arttıkça tutkunun azaldığını, buna karşın yakınlık ve bağlılığın kuvvetlendiğini göstermektedir.

İlişki doyumu açısından bakıldığında, literatürde farklı bulgular bulunmaktadır. Karney ve Bradbury'nin (1995) kapsamlı derlemesi, evlilik doyumunun zamanla genellikle düşüş eğilimi gösterdiğini belirtmektedir. Benzer biçimde Mitnick, Heyman ve Slep'in (2009) meta-analizi, özellikle çocuk sahibi olma gibi yaşam olaylarının evlilik doyumunda azalmaya yol açtığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte bu eğilim evrensel değildir. Sprecher (1999), bazı ilişkilerde sürenin artmasının doyumda anlamlı bir azalmaya neden olmadığını, hatta kısa vadede sabit ya da artış eğilimli seyrettiğini bildirmektedir. Türkiye bağlamındaki çalışmalar da süre–doyum ilişkisinin kültürel faktörlerden etkilendiğini göstermektedir. Aydınlı ve Tutarel-Kışlak'ın (2009) araştırmasında evlilik süresi ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark bulunmazken; Çağ ve Yıldırım'ın (2013) geniş örneklemli çalışmasında evlilik doyumunun daha çok iletişim becerileri ve partner desteği ile ilişkili olduğu rapor edilmiştir. Bu bulgular, sürenin tek başına doyumu belirlemediğini; kültürel bağlam ile iletişim kalitesinin belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır.

Bağlılık boyutunda Rusbult'un (1980) Yatırım Modeli, ilişki süresinin önemini açık biçimde ortaya koymaktadır. Modele göre birlikte geçirilen zaman arttıkça çiftlerin birbirlerine yaptıkları yatırımlar (paylaşılan deneyimler, ortak sosyal çevre, çocuklar, maddi ve duygusal bağlar) artmakta ve bu durum bağlılığı

güçlendirmektedir. Rusbult, Martz ve Agnew (1998), uzun süreli ilişkilerde alternatiflerin çekiciliğinin azaldığını, mevcut ilişkiye atfedilen değerin ise arttığını göstermektedir. Türkiye örnekleminde de benzer bulgular rapor edilmekte; Malatyalı ve Sunal (2020), evli çiftlerde bağlanma ve güven duygusunun süreyle birlikte güçlendiğini bildirmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, ilişki süresi romantik ilişkilerin gelişimini açıklamada önemli bir değişken olarak kabul edilmektedir. Zamanla tutku azalabilse de yakınlık ve bağlılık artarak ilişkinin istikrarını güçlendirmektedir (Sternberg, 1986; Hinchliff ve Gott, 2004). Doyumun seyri ise kültürel bağlama, çiftin iletişim biçimlerine ve yaşam koşullarına göre değişmektedir (Karney ve Bradbury, 1995; Aydınlı ve Tutarel-Kışlak, 2009; Çağ ve Yıldırım, 2013). Dolayısıyla, süre ilişkinin doğasını şekillendirse de ilişkinin kalitesini belirleyen asıl etmen, bu sürenin nasıl yaşandığıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

DEĞİŞKENLER ARASI İLİŞKİLER

2.1. Bağlanma Stilleri ve Kıskançlık Arasındaki İlişkiler

Romantik ilişkilere yönelik araştırmalar, bireylerin bağlanma stili (güvenli, kaygılı, kaçıngan) ile romantik kıskançlık düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu ortaya koymaktadır (Marazziti vd., 2010). Marazziti vd. (2010), bağlanma kuramı çerçevesinde, erken dönem bağlanma deneyimleri ile bireyin ilişkiye dair içsel modelinin, ilişkide tehdit algılandığında ortaya çıkan kıskançlık duygusunu etkileyebileceğini ve güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin romantik kıskançlık düzeylerinin güvenli bağlananlara kıyasla belirgin biçimde daha yüksek olduğunu saptamaktadır. Bu bulgular, bağlanma stili ile kıskançlık arasındaki ilişkiye dair literatürde geniş bir araştırma alanı oluşmasına katkı sağlamaktadır (Karakurt, 2001).

Kaçıngan bağlanma stilinin kıskançlıkla ilişkisi literatürde daha karmaşık ve tutarsız sonuçlar vermektedir (Sümer ve Arıcak, 2018). Kaçıngan stil; yakın ilişkilerde duygusal mesafe koyma, bağımsızlık gereksinimini vurgulama ve bağlanmadan kaçınma eğilimiyle karakterize edilmekte; bu özelliklerin kuramsal olarak kıskançlık tepkisini azaltabileceği öne sürülmektedir (Sümer ve Arıcak, 2018). Bazı çalışmalar, kaçınma düzeyi yüksek bireylerin daha düşük kıskançlık yaşadığını bildirmektedir (Sümer ve Arıcak, 2018). Bir araştırmada, bağlanma kaçınması düzeyi yükseldikçe kıskançlık düzeyinin azaldığı; kaçıngan bağlanmanın kıskançlığı negatif yönde yordadığı, yani daha kaçıngan bireylerin olası tehdit karşısında ilişkiyi takıntı haline getirme ve yoğun kıskançlık yaşama eğiliminin daha düşük olduğu saptanmıştır (Sümer ve Arıcak, 2018). Bu bulgular, kaçıngan bireylerin duygusal yakınlıktan kaçınarak kendilerini koruma eğilimlerinin kıskançlık tepkilerini sınırlayabileceğini düşündürmektedir (Sümer ve Arıcak, 2018).

Kaçıngan bağlanma ile kıskançlık arasındaki ilişki her zaman negatif yönde bulunmamaktadır; bazı araştırmalar farklı sonuçlar ortaya koymaktadır (Marazziti vd., 2010; Çurun ve Çapkın, 2014). İtalya'da 100 kişiyle yürütülen bir çalışmada, kaçıngan bağlanma boyutunun kıskançlığın bazı alt türleriyle pozitif ilişki gösterdiği saptanmıştır. Kaçıngan bireylerde özellikle şüphecilik ve partneri kaybetme korkusuna

dayalı kıskançlık boyutlarının yükselebileceği belirtilmektedir (Marazziti vd., 2010). Çurun ve Çapkın'ın (2014) Türkiye'de evli çiftlerle yaptığı araştırmada, kaçıngan bağlanma stiline sahip erkeklerin bilişsel kıskançlık düzeylerinin daha yüksek olabildiği rapor edilmiştir. Ayrıca aynı çalışmada, erkek katılımcılar arasında kaçıngan bağlanma puanının kıskançlığa ilişkin bilişsel tepkileri anlamlı biçimde yordadığı gösterilmiştir. Evli bireylerden oluşan bir örneklemde yürütülen başka bir araştırmada da romantik kıskançlık tetikleyicilerinin başlıca yordayıcıları arasında kaçıngan bağlanma stilinin yer aldığı bildirilmiştir (Girgin ve Şık, 2018). Buna karşılık, başka bir çalışmada kaçıngan bağlanma ile kıskançlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Çapkın, 2012). Görüldüğü üzere, kaçıngan bağlanmanın kıskançlık üzerindeki etkisi bağlamdan bağlama değişebilmekte; ölçülen kıskançlık türü, örneklem özellikleri ve cinsiyet gibi etmenlere bağlı olarak farklı bulgular elde edilebilmektedir (Çurun ve Çapkın, 2014; Sümer ve Arıcak, 2018).

Araştırma bulguları, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin ise kıskançlık düzeylerinin genellikle daha düşük olduğunu göstermektedir (Marazziti vd., 2010). Güvenli bağlanan kişiler ilişkilerinde hem kendilerine hem de partnerlerine daha fazla güvenmekte ve terk edilme korkusunu daha az yaşamaktadır; bu nedenle olası tehdit durumlarında verdikleri kıskançlık tepkileri daha ölçülü ve yapıcı olmaktadır (Karakurt, 2001). Marazziti vd. (2010) çalışmasında, güvenli bağlananların kıskançlık düzeylerinin güvensiz bağlananlara kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük olduğu rapor edilmektedir. Benzer biçimde, Karakurt'un (2001) yetişkin bağlanma stillerinin kıskançlık üzerindeki etkilerini incelediği çalışmada, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin kıskançlıkla başa çıkmada daha yapıcı stratejiler kullandığı; güvensiz bağlananların ise daha yoğun olumsuz duygular ve tepkiler sergileyebildiği ortaya konulmaktadır. Bu bulgular, güvenli bağlanmanın kıskançlık riskini azaltıcı bir etmen olarak değerlendirilebileceğini göstermektedir (Marazziti vd., 2010; Karakurt, 2001).

Bağlanma stilleri ile kıskançlık arasındaki ilişkilere odaklanan araştırmaların ortak bulgusu, bağlanma temelli güvensizliğin kıskançlık duygusunu beslediği yönündedir. Özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler, ilişkilerinde kendilerini yeterince güvende hissetmemeleri ve onaylanma gereksinimlerinin yüksek olması nedeniyle daha yoğun kıskançlık tepkileri sergilemektedir (Sümer ve Arıcak, 2018; Cesur ve Buran, 2025). Kaçıngan bağlanmanın kıskançlık üzerindeki etkileri ise daha

karmaşık bir tablo sunmaktadır. Bazı bulgular, kaçıngan bireylerin duygusal mesafe koyma eğilimleri nedeniyle kıskançlığı daha düşük düzeyde deneyimlediklerini göstermektedir (Sümer ve Arıcak, 2018). Ne var ki; diğer çalışmalar, özellikle erkek katılımcılar arasında kaçıngan bağlanmanın bilişsel kıskançlığı artırabildiğini ya da kıskançlığın belirli alt boyutlarıyla pozitif ilişkili olabildiğini ortaya koymaktadır (Çurun ve Çapkın, 2014; Marazziti vd., 2010). Bu nedenle güvensiz bağlanma örüntüleri genel olarak romantik kıskançlık düzeyini artıran bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir. Literatür, romantik kıskançlığın anlaşılması ve müdahalesinde bireylerin bağlanma stillerinin dikkate alınmasının önemini vurgulamaktadır (Karakurt, 2001; Cesur ve Buran, 2025).

2.2. Bağlanma Stilleri ile Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişki

Bağlanma kuramına göre, erken çocuklukta bakım verenlerin sergiledikleri ebeveynlik tutumları, bireylerin yaşam boyu sürdürecekleri bağlanma stillerini biçimlendirmektedir (Bowlby, 1988). Erken dönemde ebeveynin sıcak, duyarlı ve tutarlı olması güvenli bağlanmayı desteklerken, ilgisiz, tutarsız ya da reddedici davranışlar güvensiz bağlanmaya yol açmaktadır (Wang, 2023).

Türkiye'de Sümer ve Güngör'ün (1999) çalışmasında, algılanan ebeveynlik stillerinin yetişkin bağlanma stilleri ile sistematik biçimde ilişkili olduğu bulunmuştur. Daha demokratik ve destekleyici olarak algılanan ebeveynler güvenli bağlanma ile, daha katı, otoriter ya da reddedici ebeveynler ise güvensiz bağlanma ile ilişkilendirilmektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Benzer biçimde, Erdoğan'ın (2025) çalışması çocuklukta deneyimlenen ebeveynlik stillerinin yetişkinlikteki bağlanma örüntülerini anlamlı biçimde öngördüğünü göstermektedir. Demokratik ebeveynlikle yetişen bireylerin güvenli bağlanma eğilimi gösterdikleri; buna karşılık otoriter ve izin verici ebeveynlik tutumlarıyla yetişen bireylerin daha çok güvensiz bağlanma stillerine yöneldikleri rapor edilmektedir.

Millings vd. (2013) tarafından yürütülen araştırma, yetişkinlerin romantik bağlanma stillerinin ebeveynlik tutumlarını da etkilediğini göstermektedir. Çalışmada, romantik ilişkilerinde güvenli bağlanan bireylerin partnerlerine daha duyarlı davrandıkları ve bu duyarlılığın kendi çocuklarına yönelik daha demokratik ebeveynlik davranışlarıyla ilişkili olduğu saptanmıştır.

Türkiye'de ebeveynlerin kendi bağlanma örüntüleri ile çocuklarına karşı sergiledikleri ebeveynlik tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmektedir. 2022 yılında gerçekleştirilen bir araştırmada, güvenli bağlanan ebeveynlerin çocuklarına karşı daha demokratik/destekleyici tutumlar sergilediği; güvensiz bağlanan ebeveynlerin ise daha çok otoriter ya da aşırı koruyucu tutumlar sergilediği rapor edilmiştir (Akatlı ve Tunçay, 2022). Bunun yanı sıra, Türkiye'de yetişkin bireylerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul/red düzeylerini ölçen PARQ/S'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması, bu algıların yetişkin bağlanma eğilimleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Çocuklukta reddedici ebeveynlik algısının yetişkinlikte güvensiz bağlanma ile; kabul edici ebeveynlik algısının ise güvenli bağlanma ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Dedeler, Coşkun ve Durak Batıgün, 2017).

Tüm bu bulgular, ebeveynlik tutumları ile bağlanma örüntüleri arasındaki güçlü bağı ortaya koymaktadır. Demokratik ve duyarlı ebeveynlik güvenli bağlanmayı desteklemekte; otoriter, aşırı koruyucu ya da reddedici ebeveynlik ise güvensiz bağlanma biçimlerine zemin hazırlamaktadır. Söz konusu ilişkiler, hem uluslararası hem de Türkiye örneklemlerinde tutarlı biçimde gösterilmiştir (Sümer ve Güngör, 1999; Erdoğan, 2025; Millings vd., 2013; Akatlı ve Tunçay, 2022; Dedeler vd., 2017).

2.3. Bağlanma Stilleri ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki

Bağlanma kuramı, bireylerin romantik ilişkilerdeki doyum düzeylerinin sahip oldukları bağlanma stilleriyle yakından ilişkili olduğunu öne sürmektedir (Bowlby, 1988). Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerinde daha fazla güven, destek ve açıklık sergiledikleri için ilişki doyumlarının genellikle daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Türkiye'de yapılan bir çalışmada, güvenli bağlanma ile ilişki doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır; güvenli bağlanma düzeyi yüksek bireylerin ilişkilerinde daha fazla doyum yaşadıkları ortaya konmuştur (Sümer ve Güngör, 1999). Aynı çalışmada, kaygılı ve kaçıngan bağlanma eğilimleri yüksek olan bireylerin ise daha düşük ilişki doyumuna sahip oldukları rapor edilmiştir.

Feeney, Noller ve Callan'ın (1994) evli çiftler üzerinde yürüttüğü araştırmada, güvenli bağlanan bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek, güvensiz bağlananların

ise daha düşük olduğu saptanmıştır. Özellikle kaygılı bağlanma eğilimi gösteren bireylerin ilişkilerinde yoğun güvensizlik, çatışma ve terk edilme korkusu yaşamaları nedeniyle doyumlarının daha düşük seyrettiği rapor edilmiştir. Collins ve Read'in (1990) araştırmasında, güvenli bağlanmanın ilişki kalitesi ve doyum ile pozitif yönde; kaygılı ve kaçıngan bağlanmanın ise negatif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir. Güvensiz bağlanma eğilimi yüksek bireylerin, partnerlerinden bekledikleri desteğin karşılanmadığına inanmaları nedeniyle ilişkilerinde daha düşük doyum yaşadıkları belirtilmektedir. Türkiye'de evli çiftler üzerinde yürütülen bir araştırmada, güvenli bağlanma düzeyi yüksek eşlerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu; güvensiz bağlanma eğilimleri arttıkça evlilik doyumunun azaldığı saptanmıştır (Kalkan, 2008). Bulgular, bağlanma stilinin evlilik doyumunu güçlü biçimde yordadığını göstermektedir. Mikulincer ve Shaver (2007) de, uzun süreli ilişkilerde güvenli bağlanan bireylerin daha yüksek ilişki doyumuna sahip olduklarını; güvensiz bağlananların ise, özellikle kaygılı olanların, daha düşük doyum yaşadıklarını vurgulamaktadır. Bu bulgular, bağlanma stillerinin yalnızca ilişkilerin başlangıcını değil, sürdürülebilirliğini ve doyum düzeyini de etkilediğini göstermektedir. Özetle, literatür güvenli bağlanma ile ilişki doyumu arasında pozitif; güvensiz bağlanma ile ilişki doyumu arasında negatif bir ilişki olduğunu tutarlı biçimde ortaya koymaktadır (Hazan ve Shaver, 1987; Sümer ve Güngör, 1999; Kalkan, 2008).

2.4. Kıskançlık ile İlişki Süresi Arasındaki İlişki

Kıskançlığın ilişki süresiyle bağlantısını inceleyen araştırmalar, kıskançlığın özellikle ilişkinin erken dönemlerinde daha yoğun yaşandığını; ilişkinin süresi arttıkça ise seyrinin farklılaşabildiğini ortaya koymaktadır (White, 1981). Pines (1992), ilişkinin ilk yıllarında kıskançlığın partneri elde tutma motivasyonuyla daha yüksek olduğunu, ilerleyen dönemlerde ise kıskançlık tepkilerinin azalabildiğini vurgulamaktadır (Demirtaş ve Dönmez, 2006).

Türkiye'de üniversite öğrencileriyle yürütülen bir araştırmada, romantik kıskançlık düzeylerinin ilişki süresine göre değiştiği saptanmıştır; özellikle kısa süreli ilişkilerde kıskançlık düzeyinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Aynı çalışmada, uzun süreli ilişkilerde kıskançlık tepkilerinin daha az yoğun ve daha rasyonel biçimde yaşandığı gözlemlenmiştir. Türkiye örnekleminde yürütülen başka bir çalışmada, romantik kıskançlığın evlilik süresiyle de bağlantılı

olduğu saptanmıştır. Buna göre, evliliğin ilk yıllarındaki çiftlerde kıskançlık tepkileri daha yoğun bulunmuş; evlilik süresi arttıkça bu tepkilerin azaldığı rapor edilmiştir (Girgin ve Şık, 2018). Araştırmacılar, bu bulguyu uzun süreli ilişkilerde güvenin artması ve eşler arası uyumun güçlenmesiyle açıklamışlardır.

Uluslararası literatürde de benzer bulgular rapor edilmektedir. Buunk ve Bringle (1987), ilişki süresi ilerledikçe kıskançlığın daha az yoğun yaşandığını; ancak ilişkisel doyumun düşük olduğu durumlarda uzun süreli ilişkilerde dahi kıskançlığın sürebildiğini belirtmektedir. Marazziti vd. (2010) ise kıskançlık alt boyutlarının ilişki süresine göre farklılaşabildiğini; örneğin kısa süreli ilişkilerde duygusal kıskançlığın, uzun süreli ilişkilerde ise bilişsel kıskançlığın daha belirgin olabildiğini göstermektedir.

Genel olarak literatür, kıskançlığın ilişkinin süresine bağlı olarak değişkenlik gösterdiğini ortaya koymaktadır. İlişkinin erken dönemlerinde kıskançlık daha yoğun yaşanmakta; uzun süreli ilişkilerde ise güvenin artması ve bağlılığın güçlenmesiyle birlikte kıskançlık tepkileri daha ölçülü hale gelebilmektedir (Demirtaş ve Dönmez, 2006; Girgin ve Şık, 2018; Buunk ve Bringle, 1987).

2.5. Kıskançlık ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki

Kıskançlık, ilişkilerin niteliğini ve doyum düzeyini etkileyen önemli bir psikososyal değişken olarak görülmektedir (Pines, 1992, akt. Demirtaş ve Dönmez, 2006). Literatürde kıskançlığın ilişki doyumuyla hem olumsuz hem de bağlama bağlı olarak kısmen işlevsel ilişkiler gösterebildiği rapor edilmektedir (Guerrero ve Eloy, 1992).

Türkiye'de yürütülen bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile ilişki doyumları arasındaki ilişki incelenmiş ve yüksek kıskançlık düzeyinin düşük ilişki doyumuyla ilişkili olduğu saptanmıştır (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Aynı çalışmada, özellikle aşırı kıskançlık yaşayan bireylerin ilişkilerinde güven sorunları ve iletişim aksaklıkları nedeniyle doyumlarının düştüğü rapor edilmektedir. Girgin ve Şık'ın (2018) evli bireylerle yürüttükleri araştırmada da benzer bulgular elde edilmektedir. Evli çiftlerin romantik kıskançlık düzeyleri arttıkça evlilik doyumlarının düştüğü belirlenmiş; özellikle yüksek kıskançlık yaşayan

çiftlerde çatışmaların arttığı ve bunun doyum düzeyini azalttığı vurgulanmaktadır (Girgin ve Şık, 2018).

Uluslararası literatürde de kıskançlık ile ilişki doyumu arasındaki olumsuz ilişki çok sayıda çalışmada gösterilmektedir. Guerrero ve Eloy (1992), kıskançlık düzeyi yüksek bireylerin ilişkilerinde daha düşük doyum yaşadıklarını; bunun da partner üzerinde kontrol etme eğiliminin ilişkinin kalitesini zedelemesiyle ilişkili olabileceğini belirtmektedir. Benzer biçimde, Barelds ve Dijkstra'nın (2007) Hollanda'da yürüttükleri araştırmada, yüksek romantik kıskançlık ile düşük ilişki doyumu arasında güçlü bir negatif korelasyon saptanmıştır. Bununla birlikte, bazı çalışmalar kıskançlığın tamamen olumsuz olmayabileceğine de işaret etmektedir. Pines (1992), düşük düzeyde kıskançlığın ilişkinin değerini göstermesi bakımından işlevsel bir yönü olabileceğini; ancak kıskançlığın yoğun ve sürekli hale gelmesinin doyumu olumsuz etkilediğini belirtmektedir (akt. Demirtaş ve Dönmez, 2006).

Genel olarak, literatürde genel eğilim romantik kıskançlığın ilişki doyumunu olumsuz etkilediği yönündedir. Hem Türkiye'de hem de uluslararası bağlamda yapılan çalışmalar, aşırı kıskançlık yaşayan bireylerin ilişkilerinde daha düşük doyum rapor ettiklerini göstermektedir (Demirtaş ve Dönmez, 2006; Girgin ve Şık, 2018; Barelds ve Dijkstra, 2007). Bu bulgular, kıskançlığın kontrol edilmesi ve sağlıklı düzeyde yaşanmasının ilişki doyumunu korumak açısından kritik olduğunu ortaya koymaktadır.

2.6. Ebeveyn Tutumları ve Romantik Kıskançlık İlişkisi

Romantik kıskançlık, bireyin romantik ilişkisini tehdit eden gerçek ya da hayali üçüncü kişilere karşı hissettiği yoğun kaygı ve güvensizlik duyguları olarak tanımlanır. Bu duygunun oluşumunda sadece güncel ilişki dinamikleri değil, bireyin gelişimsel geçmişi ve aile ortamı da önemli rol oynar. Nitekim psikodinamik kuram, romantik kıskançlığın kökenini çocukluk dönemindeki Ödipal çatışmalara dayandırmıştır. Freud'a (1923) göre çocuk, Ödipal dönemde karşı cinsteki ebeveyne yönelttiği arzular nedeniyle hemcins ebeveynini güçlü bir rakip olarak görür; yetişkinlikte romantik ilişkilerde üçüncü bir kişi tehdidi ortaya çıktığında çocuklukta bastırılmış bu deneyim yeniden harekete geçerek kıskançlık duygusunu tetikler (Freud, 1923 akt. Pines ve Friedman, 1998) Freud ayrıca patolojik (hezeyanlı) kıskançlığın temelinde, çocuklukta

hemcins ebeveyne duyulan ilginin bastırılmasının yattığını belirtmiştir (Freud, 1923). Bununla birlikte, sonraki araştırmacılar bu bakış açısını eleştirmektedir; Pines ve Friedman (1998) erken çocukluk deneyimlerine aşırı vurgu yapmanın, ilişkideki güncel etmenlerin göz ardı edilmesine yol açtığını vurgular. Dolayısıyla kıskançlığın oluşumunda hem erken aile yaşantıları hem de mevcut ilişki dinamikleri birlikte değerlendirilmelidir.

Güncel yazında bağlanma kuramı, ebeveyn tutumlarının romantik kıskançlık üzerindeki dolaylı etkisini açıklamada önemli bir çerçeve sunmaktadır. Bowlby'nin (1969) bağlanma kuramına göre, çocuklukta bakım veren ile kurulan güvenli bağ, bireye kendine ve başkalarına güvenmeyi öğretir (Bowlby, 1969). Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) çalışmalarında tanımlandığı üzere ebeveynlerin tutum ve duyarlılığı, çocuğun bağlanma stilini şekillendirir; güvenli, kaygılı veya kaçıngan bağlanma stilleri bu erken etkileşimlerin bir ürünüdür (Ainsworth vd., 1978; Hazan ve Shaver, 1987). Bu bağlanma stillerinin yetişkinlikte romantik ilişkileri derinden etkilediği pek çok çalışmada ortaya konmuştur. Örneğin, Hazan ve Shaver (1987) güvenli bağlanan bireylerin romantik ilişkilerinde yakınlık kurmakta zorlanmadıklarını, terk edilme korkusu taşımadıklarını bildirirken; kaygılı bağlanan bireylerin duygusal dalgalanmalar yaşadıklarını ve ilişkilerinde daha kıskanç olduklarını belirtmiştir (Hazan ve Shaver, 1987 akt. Sümer ve Arıcak, 2018). Benzer şekilde, Türk örneklemlerle yapılan ampirik çalışmalar da bağlanma ile kıskançlık arasındaki bu ilişkiyi doğrulamaktadır. Sümer ve Arıcak'ın (2018) çalışmasında kaygılı bağlanma puanı yüksek olan bireylerin romantik kıskançlık düzeylerinin anlamlı biçimde daha yüksek, kaçıngan bağlanma puanı yüksek olanların ise daha düşük bulunduğu rapor edilmiştir. Bu bulgu, ebeveyn tutumlarının ürünü olan bağlanma tarzının, kıskançlık eğilimini yordayıcı bir değişken olabileceğini göstermektedir (Sümer ve Arıcak, 2018; Çurun ve Çapkın, 2014). Gerçekten de güvenli bağlanma geçmişine sahip bireyler, ilişkilerinde daha az kıskançlık yaşamakta ve ortaya çıkan kıskançlık durumlarında daha yapıcı başa çıkma stratejileri kullanabilmektedir (Çurun ve Çapkın, 2014).

Ebeveyn tutumlarının bireyin benlik saygısı ve güven duygusu üzerindeki etkileri de dolaylı olarak romantik kıskançlığı şekillendirebilir. Destekleyici ve sıcak ebeveyn tutumları ile büyüyen çocuklar, kendilerine değer verme ve başkalarına güven

duyma konusunda daha sağlıklı şemalar geliştirirler. Örneğin, açık ve güven verici aile iletişimine tanık olan çocuklar, yetişkinlikte ilişkilerinde daha rahat güven geliştirebilmektedir (Collins ve Feeney, 2000). Güvenli ebeveyn-çocuk ilişkisi yaşayan bireylerin, romantik partnerlerine güvenmekte zorlanmadıkları belirtilmiştir (Bowlby, 1969). Buna karşılık, çocuklukta aşırı eleştirel, reddedici veya dengesiz ebeveyn tutumlarına maruz kalmak, bireyin ileriki ilişkilerinde güvensizlik ve yetersizlik duygularını tetikleyerek kıskançlık eğilimini artırabilir (Pines ve Friedman, 1998; Bowlby, 1969). Bir kapsamlı derleme, çocuklukta duygusal ihtiyaçları karşılanmayan veya travmatik aile deneyimleri yaşayan bireylerin yetişkinlikte kıskançlığa daha yatkın olabileceğini öne sürmektedir (Karakoçoğlu ve Hasdağ, 2024; Pines ve Friedman, 1998). Bu durum, erken dönem ebeveyn tutumlarının bireyin kendilik değeri ve başkalarına güven algısı üzerinden romantik ilişkilerdeki davranışlarına yansıdığını göstermektedir. Nitekim yakın tarihli bir çalışmada romantik kıskançlık düzeyinin düşük benlik saygısı ve zayıf güven duygusu ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Arpacıoğlu vd., 2022). Bu tür özelliklerin büyük ölçüde aile içinde şekillendiği dikkate alındığında, ebeveynlerin tutum ve davranışlarının kıskançlık için bir zemin hazırladığı söylenebilir.

Sonuç olarak, literatür ebeveyn tutumları ile romantik kıskançlık arasında dolaylı ancak güçlü bir bağ olduğunu ortaya koymaktadır. Ebeveynlerin çocuk yetiştirirken sergilediği tutarlı sevgi, ilgi ve destek, bireyde güvenli bir bağlanma altyapısı oluşturarak ileride sağlıklı ilişki becerileri geliştirmesini kolaylaştırır (Ainsworth vd., 1978; Collins ve Feeney, 2000). Bu sağlıklı altyapı, romantik ilişkilerde ortaya çıkan kıskançlık duygusunun kontrolüne ve yapıcı biçimde yönetilmesine katkı sağlayabilir. Tersine, çocuklukta yaşanan güvensizlikler, ihmal veya aşırı kontrolcü ebeveyn tutumları, bireyin ilişkilere dair olumsuz içsel modeller geliştirmesine yol açarak romantik ilişkilerde kıskançlık tepkilerini körükleyebilir (Bowlby, 1969; Freud, 1923). Bu bağlamda, romantik kıskançlığı anlamak ve sağlıklı düzeyde tutmak için bireyin aile geçmişini ve ebeveyn tutumlarını dikkate alan bütüncül bir yaklaşım benimsemek önemlidir. Literatürdeki bulgular, sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkilerinin ileride güvene dayalı ve kıskançlığın minimal düzeyde yaşandığı romantik ilişkiler kurma ihtimalini artırdığını güçlü bir şekilde desteklemektedir (Bowlby, 1969; Sümer ve Arıcak, 2018)

2.7. Ebeveyn Tutumları ile İlişki Süresi Arasındaki İlişki

Bireylerin çocuklukta ebeveynlerinden gördükleri tutumların, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerin süresi üzerinde etkili olduğu çeşitli araştırmalarda gösterilmiştir (Bowlby, 1988). Güvenli bağlanmayı destekleyen demokratik ebeveyn tutumları ise bireylerin ilerleyen yaşamlarında daha uzun süreli ve istikrarlı ilişkiler kurmalarıyla ilişkilendirilmiştir (Sümer ve Güngör, 1999).

Türkiye'de yapılan bir araştırmada, otoriter ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarının yetişkinlerin ilişkilerinde daha kısa süreli birlikteliklerle bağlantılı olduğu; demokratik ebeveyn tutumlarının ise daha uzun süreli ve doyumlu ilişkilerle ilişkili olduğu rapor edilmiştir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999). Bu sonuç, ebeveynlerin çocuklarına sundukları kabul edici ve destekleyici ortamın uzun vadede ilişki istikrarını artırdığını göstermektedir. Demirtaş ve Dönmez'in (2006) çalışmasında da ebeveyn tutumlarının, bireylerin romantik ilişkilerinde kıskançlık ve güven gibi etmenler üzerinden dolaylı olarak ilişki süresini etkilediği belirtilmiştir. Reddedici ve katı ebeveyn tutumlarına maruz kalan bireylerin, yetişkinlikte güven sorunları nedeniyle ilişkilerini daha kısa sürede sonlandırma eğiliminde oldukları bulunmuştur. Karakurt'un (2001) çalışması, güvensiz bağlanmanın romantik ilişkilerde olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Alanyazında ayrıca ebeveyn tutumlarının güvensiz bağlanmayı artırdığı ve bunun ilişkilerin istikrarsızlığına zemin hazırlayabileceği belirtilmektedir. Feeney ve Noller (1990), demokratik ebeveynlikle büyüyen bireylerin güvenli bağlanma geliştirme olasılığının daha yüksek olduğunu ve bunun daha uzun süreli ilişkilerle sonuçlandığını vurgulamaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, literatürde demokratik ve destekleyici ebeveyn tutumlarının uzun süreli ilişkileri desteklediği; otoriter, aşırı koruyucu ya da reddedici tutumların ise kısa süreli ve kırılgan ilişkilerle bağlantılı bulunduğu yönünde tutarlı bulgular bildirilmektedir (Sümer ve Güngör, 1999; Demirtaş ve Dönmez, 2006; Feeney ve Noller, 1990).

2.8. Ebeveyn Tutumları ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki

Ebeveynlerin çocuk yetiştirme sürecinde sergiledikleri tutumların, bireylerin ilerleyen yaşamlarında romantik ilişkilerindeki doyum düzeylerini etkilediği birçok

araştırmada gösterilmektedir. Özellikle demokratik, kabul edici ve destekleyici ebeveyn tutumlarıyla yetişen bireylerin yetişkinlikte daha doyumlu ve sağlıklı romantik ilişkiler yaşadıkları rapor edilmektedir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999; Demirtaş ve Dönmez, 2006). Buna karşılık, otoriter ya da aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarına maruz kalan bireylerin ilişkilerinde daha düşük doyum yaşadıkları belirtilmektedir (Feeney ve Noller, 1990).

Türkiye'de yürütülen çalışmalar da benzer bulgular ortaya koymaktadır. Örneğin Kuzgun ve Eldeleklioğlu'nun (1999) araştırmasında, demokratik ebeveynlik tutumlarının yetişkinlikte daha doyumlu ve uzun süreli romantik ilişkilerle bağlantılı olduğu bulunmuştur. Demirtaş ve Dönmez (2006) ise reddedici ebeveyn tutumlarının bireylerin ilişkilerinde güven sorunlarına ve buna bağlı doyum düşüklüğüne yol açabildiğini rapor etmektedir. Uluslararası literatürde de benzer şekilde, ebeveynlerin çocuklarına sundukları sıcak ve kabul edici ortamların bireylerin ilerleyen yaşamlarında romantik ilişki doyumunu artırdığı; reddedici ve katı ebeveynlik stillerinin ise daha düşük doyumla ilişkili olduğu saptanmaktadır (Feeney ve Noller, 1990; Millings vd., 2013).

Genel olarak, demokratik ve destekleyici ebeveynlik tutumları yetişkinlikte romantik ilişki doyumunu artırıcı bir koruyucu etmen olarak değerlendirilmektedir; buna karşılık otoriter, reddedici ya da aşırı koruyucu tutumlar düşük doyum riskini artırmaktadır (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999; Demirtaş ve Dönmez, 2006).

2.9. İlişki Doyumu ile İlişki Süresi Arasındaki İlişki

İlişki doyumu ile ilişki süresi arasındaki ilişki, romantik ilişkiler ve evlilik araştırmalarında sıkça ele alınan bir konu olarak değerlendirilmektedir. Alanyazın, ilişkinin süresine bağlı olarak doyum düzeyinde değişimler yaşanabildiğini göstermektedir (Glenn, 1990). Genel olarak, evliliğin ya da romantik ilişkinin ilk yıllarında doyumun yüksek seyrettiği, orta yıllarda özellikle çocuk yetiştirme ve kariyer yükleri nedeniyle düştüğü, ilerleyen yıllarda ise yeniden artış gösterebildiği rapor edilmektedir (VanLaningham, Johnson ve Amato, 2001).

Türkiye'de yapılan çalışmalar bu bulguları kısmen desteklemektedir. Aydınlı ve Tutarel-Kışlak'ın (2009) kesitsel araştırmasında evlilik süresi ile doyum arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Araştırmada, yeni evliler ile uzun süredir evli olan

çiftlerin ortalama doyum düzeyleri benzer bulunmuştur (Aydınlı ve Tutarel-Kışlak, 2009). Bu durum, kültürel etmenlerin ve aile yapısının ilişki doyumunun seyri üzerindeki etkisine işaret etmektedir.

Whisman (2007), evlilik doyumu düşük olan bireylerin depresyon ve kaygı risklerinin arttığını; bunun da ilişki süresi boyunca doyumun bireysel iyi oluşla yakından bağlantılı olduğunu gösterdiğini belirtmektedir. Benzer şekilde, Levenson, Carstensen ve Gottman (1993) evlilik süresi ilerledikçe çatışma yönetimi becerileri gelişen çiftlerin doyumlarını koruyabildiklerini ve uzun süreli evliliklerde olumlu uyum mekanizmalarının öne çıktığını bulmuştur.

Algoe, Gable ve Maisel'in (2010) çalışması, uzun süreli ilişkilerde küçük ancak düzenli takdir ifadelerinin doyumun korunmasında kritik olduğunu vurgulamaktadır. Türkiye bağlamında da benzer biçimde, iletişim ve empati becerilerinin ilişki süresi boyunca doyumu belirleyen en önemli etmenler olduğu bulunmuştur (Demircioğlu ve Arıcıoğlu, 2024). Sonuç olarak, ilişki doyumu ile ilişki süresi arasında doğrusal bir bağdan ziyade, kültürel bağlam ve ilişki dinamiklerine göre değişen karmaşık bir ilişki söz konusudur. Batı yazınında sıkça rapor edilen U-eğrisi modeli bazı örneklemlerde görülürken (Glenn, 1990; VanLaningham vd., 2001), Türkiye'de yapılan çalışmalarda doyum düzeyinin süreden bağımsız olarak daha sabit seyredebileceği bulunmuştur (Aydınlı ve Tutarel-Kışlak, 2009).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli; evren ve örneklem, veri toplama araçları ile veri toplama süreci ve elde edilen verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler açıklanmaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma nicel bir çalışma olup, kesitsel (tanımlayıcı) nitelikte ilişkisel tarama modeliyle desenlenmiştir. Bu kapsamda, bağlanma stilleri, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumlarının romantik ilişkilerin süresi ve doyumu ile ilişkileri incelenmiştir.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma 2025 yılında yürütülmüştür. Araştırmanın çalışma evrenini, Türkiye genelinde yaşayan, 21–55 yaş aralığındaki ve geçmişte en az altı ay süreli romantik ilişki deneyimi bulunan bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların halihazırda romantik ilişki yaşıyor olmaları koşul değildir; ancak ilişki deneyimlerinin en az altı ay olması ölçüt olarak belirlenmiştir.

Örnekleme yöntemi olarak amaçlı örnekleme ile kartopu örnekleme birlikte kullanılmıştır. Çalışmaya yaklaşık 300 katılımcının dahil edilmesi planlanmış; veri toplama süreci 412 katılımcı ile tamamlanmıştır. Katılımcılardan elde edilen demografik bilgilerin dağılımları, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır.

3.3. Veri Toplama Süreci

Araştırma için İstanbul Gelişim Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli etik onay alınmıştır. Katılımcılara çevrimiçi ortamda hazırlanan Google Form aracılığıyla ulaşılmıştır. Formun ilk bölümünde araştırmanın amacı, gizlilik ilkeleri ve gönüllü katılım koşulları açıklanmış; Bilgilendirilmiş Onam Formu katılımcılara sunulmuştur. Onay veren katılımcılar sırasıyla demografik formu ve ilgili ölçekleri doldurmuştur.

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veriler, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile dört psikolojik ölçme aracı kullanılarak toplanmıştır.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik ve ilişkisel özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından Kişisel Bilgi Formu hazırlanmıştır. Formda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi, romantik ilişkinin türü ve romantik ilişkinin süresi gibi sorular yer almaktadır. Yaş değişkeni, 21–55 yaş aralığını kapsayacak şekilde çoktan seçmeli gruplar halinde sunulmuştur.

3.4.2. Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ), Erzen (2016) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 18 maddeden ve üç alt boyuttan oluşmaktadır: Güvenli Bağlanma (5 madde), Kaygılı-Kararsız Bağlanma (6 madde) ve Kaçınan Bağlanma (7 madde). Ölçek, 5'li Likert tipi (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 5 = Kesinlikle Katılıyorum) derecelendirme ile yanıtlanmaktadır. Ölçek geliştirilirken yapılan AFA sonucunda üç faktörlü yapı elde edilmiş ve toplam varyansın % 54,6'sını açıkladığı bulunmuştur. DFA uyum indeksleri kabul edilebilir düzeydedir ($\chi^2/df = 2.38$, RMSEA = .062, CFI = .91, GFI = .92). Güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa katsayıları güvenli bağlanma için .82, kaygılı-kararsız bağlanma için .85 ve kaçınan bağlanma için .79 olarak rapor edilmiştir. Test-tekrar test güvenirlik katsayıları .73–.81 aralığında bulunmuştur.

3.4.3. Romantik İlişkilerde Kıskançlık Ölçeği

Romantik İlişkide Kıskançlık Ölçeği (RİKÖ), yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde kıskançlık düzeylerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam 16 maddeden oluşmakta ve 3 alt boyut içermektedir: Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler, Kıskançlık Algısı ve Benlik Algısı. Maddeler 5'li Likert tipi derecelendirme ile yanıtlanmaktadır. Ölçeğin güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa katsayısı ölçeğin tamamı için .85; alt boyutlar için sırasıyla .83, .83 ve .71 olarak bulunmuştur. Test–tekrar test güvenirliği iki hafta arayla uygulanmış ve korelasyonun .95 olduğu raporlanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin 3 faktörlü yapısının kabul

edilebilir uyum verdiğini göstermektedir (X^2/df=2,481; RMSEA=.06; CFI=.93; GFI=.93; AGFI=.90; NFI=.89).

3.4.4. Anne-Baba Tutumları Ölçeği

Anne-Baba Tutumları Ölçeği, Kuzgun ve Eldeleklioğlu (1999) tarafından geliştirilmiş ve 2005 yılında gözden geçirilmiştir. Ölçek 40 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek, 5'li Likert tipi derecelendirme (1 = Hiç uygun değil, 5 = Tamamen uygun) ile yanıtlanmaktadır. Güvenirlik çalışmaları sonucunda Cronbach alfa katsayıları demokratik tutum için .91, otoriter tutum için .77 ve koruyucu-istekçi tutum için .79 olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin Türkiye örneklemlerinde geçerli ve güvenilir olduğu çok sayıda çalışma ile desteklenmiştir.

3.4.5. İlişki Değerlendirme Ölçeği

İlişki Değerlendirme Ölçeği (İDÖ), Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiş, Türkçe uyarlaması Curun (2001) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 7 maddeden oluşmakta ve tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Yanıtlar 7'li Likert tipi ölçekle (1 = Hiç memnun değilim, 7 = Çok memnunum) alınmaktadır. Curun'un (2001) uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .86 olarak bulunmuş; madde-toplam korelasyonlarının .42 ile .74 arasında değiştiği rapor edilmiştir. Faktör analizi bulguları, tek boyutlu yapının toplam varyansın % 48'ini açıkladığını göstermektedir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verileri SPSS 27.0 programı ile analiz edilmiştir. Eksik veriler temizlenmiş, ölçek puanları ortalamaları alınarak alt boyutlar oluşturulmuştur. Veri setinin dağılımı Kolmogorov–Smirnov ve Shapiro–Wilk testleriyle değerlendirilmiş; çarpıklık ve basıklık katsayılarının kabul edilebilir aralıkta olması nedeniyle verilerin parametrik analizlere uygun olduğu görülmüştür. Tanımlayıcı istatistiklerin ardından değişkenler arası ilişkileri incelemek için Pearson korelasyon, yordayıcı etkileri test etmek için çoklu doğrusal regresyon analizleri uygulanmıştır. Analizlerde $p<.05$ anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Demografik Bulgular

Bu bölümde, çalışmanın örneklemine ilişkin temel betimleyici istatistikler sunulmaktadır. Toplam 412 katılımcıdan elde edilen veriler esas alınarak yaş grupları, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi, romantik ilişki türü ve ilişki süresi değişkenlerinin frekans ve yüzde dağılımları raporlanmaktadır. Bulgular, örneklemin demografik ve ilişkisel profilini bütüncül biçimde ortaya koyarak ileri analizlerin yorumlanmasına zemin hazırlamaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Grup	n	%
Romantik ilişki süresi (≥6 ay)	Evet	349	84.7
	Hayır	63	15.3
Cinsiyet	Kadın	245	70.2
	Erkek	104	29.8
Yaş	21–25	99	28.4
	26–30	103	29.5
	31–35	40	11.5
	36–40	25	7.2
	41–45	26	7.4
	46–50	28	8.0
	51–55	28	8.0
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	4	1.1
	Lise	41	11.7
	Lisans	222	63.6
	Lisansüstü	82	23.5
Çalışma Durumu	Çalışıyor	243	69.6
	Çalışmıyor	106	30.4
Gelir Düzeyi	Düşük	35	10.0
	Orta	261	74.8
	Yüksek	53	15.2
İlişki Türü	Flört	18	5.2
	Sevgili	176	50.4
	Nişanlı	11	3.2
	Evli	144	41.3
İlişki Süresi	6–12 ay	86	24.6
	1–3 yıl	85	24.4
	3–5 yıl	46	13.2
	5 yıl ve üzeri	132	37.8

Not. Araştırmaya katılan 412 katılımcının % 84.7'si en az altı ay süren bir romantik ilişki deneyimine sahip olduğunu belirtmiş, bu gruptaki 349 kişi analizlere dahil edilmiştir.

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan 412 katılımcının % 84.7'si en az altı ay süren bir romantik ilişki deneyimine sahip olduğunu belirtilmiştir; bu gruptaki 349 kişi analizlere dahil edilmiştir. "Romantik ilişki süresi (≥6 ay)" değişkeninde toplam n=412 olup "Evet" n=349 (% 84.7) ve "Hayır" n=63 (% 15.3) olarak raporlanmıştır. Diğer demografik değişkenler n=349 üzerinden sunulmaktadır.

Cinsiyet dağılımında kadınlar % 70.2 (n=245) ve erkekler % 29.8 (n=104) olarak yer almaktadır. Bunun yanı sıra; yaş grupları 21–25 yaş % 28.4 (n=99), 26–30 yaş % 29.5 (n=103), 31–35 yaş % 11.5 (n=40), 36–40 yaş % 7.2 (n=25), 41–45 yaş % 7.4 (n=26), 46–50 yaş % 8.0 (n=28) ve 51–55 yaş % 8.0 (n=28) şeklinde dağılmaktadır.

Eğitim düzeyinde ilköğretim % 1.1 (n=4), lise % 11.7 (n=41), lisans % 63.6 (n=222) ve lisansüstü % 23.5 (n=82) olarak kaydedilmiştir. Çalışma durumunda "çalışıyor" % 69.6 (n=243) ve "çalışmıyor" % 30.4 (n=106) olarak bildirilmiştir.

Gelir düzeyinde düşük % 10.0 (n=35), orta % 74.8 (n=261) ve yüksek % 15.2 (n=53) olarak sunulmuştur. İlişki türü değişkeninde "flört" % 5.2 (n=18), "sevgili" % 50.4 (n=176), "nişanlı" % 3.2 (n=11) ve "evli" % 41.3 (n=144) olarak raporlanmıştır.

İlişki süresi kategorilerinde 6–12 ay % 24.6 (n=86), 1–3 yıl % 24.4 (n=85), 3–5 yıl % 13.2 (n=46) ve 5 yıl ve üzeri % 37.8 (n=132) olarak yer almaktadır. Yüzde toplamları ilgili satırlarda yuvarlama farkları nedeniyle 100'e tamamlanmaktadır.

4.2. Tanımlayıcı İstatistikler

Bu bölümde, çalışmada yer alan tüm değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler sunulmaktadır. ÜBBSÖ, RİKÖ, Anne-Baba Tutumları Ölçeği ve İDÖ'nün toplam ve alt boyut puanları için ortalama, standart sapma, medyan, minimum–maksimum, oranları değerlendirilmektedir.

Tablo 2. Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Ölçek / Alt Boyut	N	Min.	Max.	Ort.	SS
İlişki Değerlendirme	349	1.00	7.00	5.11	1.43
Romantik İlişkide Kıskançlık					
Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	349	1.00	5.00	3.68	0.79
Kıskançlık Algısı	349	1.00	5.00	3.22	0.83
Benlik Algısı	349	1.00	5.00	2.84	0.86
Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri					
Güvenli Bağlanma	349	1.00	5.00	3.93	0.62
Kaçınan Bağlanma	349	1.00	4.86	2.16	0.77
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	349	1.00	5.00	2.44	0.87
Anne-Baba Tutumları					
Demokratik Tutum	349	1.00	5.00	3.60	0.97
Koruyucu/Destekçi Tutum	349	1.00	4.60	2.41	0.79
Otoriter Tutum	349	1.00	5.00	2.34	0.88

Tablo 2'de sunulan tanımlayıcı istatistikler de en düşük değer tüm boyutlarda 1.00 olarak yer almakta; üst sınırın çoğu ölçekte ölçeğin teorik tavanına ulaştığı, Kaçınan Bağlanma için 4.86 ve Koruyucu/Destekçi Tutum için 4.60 ile tavanın biraz altında kaldığı görülmektedir.

İlişki Değerlendirme ölçeği 1.00–7.00 aralığında 5.11 ortalama (SS=1.43) ile raporlanmıştır ve dağılım genişliği standart sapma değeri dikkate alındığında orta düzeyde görünmektedir.

Romantik İlişkide Kıskançlık alt boyutlarında Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler 1.00–5.00 aralığında 3.68 ortalama (SS=0.79) ile en yüksek düzeyi göstermektedir. Kıskançlık Algısı 3.22 (SS=0.83) ve Benlik Algısı 2.84 (SS=0.86) ortalamaları ile bunu izlemektedir. Standart sapmaların 0.79–0.86 aralığında yakın değerlere sahip olması, alt boyutlar arasında benzer bir yayılım örüntüsüne işaret etmektedir.

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğinde Güvenli Bağlanma 1.00–5.00 aralığında 3.93 ortalama (SS=0.62) ile raporlanmıştır. Kaçınan Bağlanma 2.16 (SS=0.77; maks=4.86) ve Kaygılı/Kararsız Bağlanma 2.44 (SS=0.87) düzeyinde bulunmaktadır. Bu doğrultuda; ortalama değerler bakımından Güvenli Bağlanma diğer iki boyuttan daha yüksek konumlanmaktadır. Bunun yanı sıra; Güvenli Bağlanma için standart sapmanın görece düşük (0.62) olması, bu boyutta yanıtların daha dar bir aralıkta toplandığını göstermektedir.

Anne-Baba Tutumları ölçeğinde Demokratik Tutum 1.00–5.00 aralığında 3.60 ortalama (SS=0.97) ile en yüksek düzeyi göstermektedir. Koruyucu/Destekçi Tutum 2.41 (SS=0.79; maks=4.60) ve Otoriter Tutum 2.34 (SS=0.88) olarak raporlanmıştır. Demokratik Tutum için standart sapmanın 0.97 ile daha yüksek seyretmesi, bu boyutta yanıt çeşitliliğinin görece daha geniş olduğuna işaret etmektedir. Genel olarak değişkenlerin tamamı beklenen aralıklarda ve normal dağılıma yakın değerler göstermektedir.

4.3. Güvenirlik Analizi

Bu bölümde, çalışmada kullanılan ölçeklerin iç tutarlılık güvenirliği değerlendirilmektedir. Her bir ölçek ve alt boyutu için Cronbach alfa katsayıları hesaplanmaktadır.

Tablo 3. Ölçeklere Ait Güvenirlik Analizi Sonuçları

Ölçek / Alt Boyut	Madde Sayısı	Cronbach's α
İlişki Değerlendirme Ölçeği (İDÖ)	7	.924
Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ)		
Güvenli Bağlanma	5	.543
Kaçınan Bağlanma	7	.789
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	6	.777
Romantik İlişkide Kıskançlık Ölçeği (RİKÖ)		
Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	5	.721
Kıskançlık Algısı	5	.624
Benlik Algısı	6	.692
Anne-Baba Tutumları Ölçeği (ABTÖ)		
Demokratik Tutum	15	.946
Koruyucu/Destekçi Tutum	15	.875
Otoriter Tutum	10	.849

Tablo 3 de ölçek ve alt boyutlara ilişkin madde sayıları ile Cronbach's α güvenirlik katsayıları sunulmuştur. İDÖ 7 maddeden oluşmakta ve Cronbach's α değeri .924 olarak raporlanmıştır. ÜBBSÖ alt boyutlarında Güvenli Bağlanma 5 madde ve α=.543, Kaçınan Bağlanma 7 madde ve α=.789, Kaygılı/Kararsız Bağlanma 6 madde ve α=.777 olarak yer almaktadır. RİKÖ alt boyutlarında Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler 5 madde ve α=.721, Kıskançlık Algısı 5 madde ve α=.624, Benlik Algısı 6 madde ve α=.692 şeklinde raporlanmıştır. Bunun yanı sıra; ABTÖ alt boyutlarında Demokratik Tutum 15 madde ve α=.946, Koruyucu/Destekçi Tutum 15 madde ve α=.875, Otoriter Tutum 10 madde ve α=.849 olarak verilmiştir. Değerler birlikte değerlendirildiğinde, güvenirlik katsayılarının ölçek ve alt boyutlar arasında

değişkenlik gösterdiği ve raporlanan α düzeylerinin ilgili ölçümlerin iç tutarlılığı hakkında betimleyici bir görünüm sunduğu anlaşılmaktadır.

4.4. Normallik Analizi

Bu bölümde, ölçeklerin toplam ve alt boyut puanlarının dağılım özellikleri normalite açısından değerlendirilmektedir. Her bir değişken için Kolmogorov–Smirnov ve Shapiro–Wilk testlerinin p değerleri raporlanmakta; büyük örneklemlerde anlamlılığa aşırı duyarlı olabilecek bu testler, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları ile desteklenmektedir. Yorumlamada $p > .05$ değerleri normal dağılımdan anlamlı sapma olmadığını; $p \leq .05$ değerleri ise olası sapmayı işaret etmektedir.

Tablo 4. Değişkenlere İlişkin Normallik Testi Sonuçları

Ölçek / Alt boyut	Kolmogorov–Smirnov (p)	Shapiro–Wilk (p)	Skewness	Kurtosis
İlişki Değerlendirme	<.001	<.001	-.891	.099
Romantik İlişkide Kıskançlık				
Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	<.001	<.001	-.737	.417
Kıskançlık Algısı	<.001	<.001	-.160	-.579
Benlik Algısı	<.001	<.001	.114	-.593
Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri				
Güvenli Bağlanma	<.001	<.001	-.777	1.423
Kaçınan Bağlanma	<.001	<.001	.943	1.046
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	<.001	<.001	.409	-.154
Anne-Baba Tutumları				
Demokratik Tutum	<.001	<.001	-.576	-.387
Koruyucu/Destekçi Tutum	<.001	<.001	.476	-.525
Otoriter Tutum	<.001	<.001	.795	.218

Tablo 4'te yer alan normallik testi sonuçlarına göre tüm ölçek ve alt boyutlar için Kolmogorov–Smirnov ve Shapiro–Wilk testleri $p<.001$ düzeyinde anlamlıdır; bu durum her bir değişkenin dağılımının normal dağılımdan sapma gösterdiğine işaret etmektedir. Skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) katsayıları dağılımların yönü ve tepe/kuyruk özellikleri hakkında betimleyici bilgi sunmaktadır.

İlişki Değerlendirme değişkeni negatif çarpıklık sergilemektedir (skewness=−.891) ve basıklık katsayısı sıfıra yakın düzeydedir (kurtosis=.099). Romantik İlişkide Kıskançlık alt boyutlarında Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler negatife çarpıktır (skewness=−.737) ve pozitif basıklık göstermektedir (kurtosis=.417). Kıskançlık Algısı zayıf düzeyde negatif çarpıklıkla (skewness=−.160)

ve negatif basıklıkla (kurtosis=−.579) raporlanmıştır. Benlik Algısı pozitif çarpıklık göstermektedir (skewness=.114) ve negatif basıklığa sahiptir (kurtosis=−.593). Bu doğrultuda; kıskançlık alt boyutları arasında çarpıklık yönü bakımından farklılaşmalar bulunmaktadır.

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri alt boyutlarında Güvenli Bağlanma negatife çarpık (skewness=−.777) ve belirgin pozitif basıklığa sahiptir (kurtosis=1.423). Kaçınan Bağlanma belirgin pozitif çarpıklık (skewness=.943) ve pozitif basıklık (kurtosis=1.046) ile dikkat çekmektedir. Kaygılı/Kararsız Bağlanma pozitif çarpıklık sergilemektedir (skewness=.409) ve basıklık katsayısı sıfıra yakın negatif değerdedir (kurtosis=−.154). Bunun yanı sıra; mutlak çarpıklık büyüklüğü bakımından en yüksek değer Kaçınan Bağlanma alt boyutunda (.943) ve ardından İlişki Değerlendirme değişkeninde (.891) görülmektedir.

Anne-Baba Tutumları ölçeğinde Demokratik Tutum negatif çarpıklık (skewness=−.576) ve negatif basıklık (kurtosis=−.387) göstermektedir. Koruyucu/Destekçi Tutum pozitif çarpıklıkla (skewness=.476) ve negatif basıklıkla (kurtosis=−.525) raporlanmıştır. Otoriter Tutum pozitif çarpıklık (skewness=.795) ve hafif pozitif basıklık (kurtosis=.218) sergilemektedir. Örneğin; Otoriter Tutum ile Kaçınan Bağlanma pozitif çarpıklık yönünden görece yüksek değerlere sahipken, Güvenli Bağlanma pozitif basıklık bakımından en yüksek katsayıya sahiptir.

4.5. Hipotez Testleri

Bu bölümde, araştırmanın hipotezleri doğrultusunda değişkenler arası ilişki testleri ve korelasyon testler uygulanmıştır.

- **H1:** Güvenli bağlanma düzeyi ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında, bireylerin bağlanma stilleri (güvenli, kaçınan ve kaygılı/kararsız) ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 5. Bağlanma Stilleri ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	İlişki Doyumu	Güvenli Bağlanma	Kaçınan Bağlanma	Kaygılı/Kararsız Bağlanma
İlişki Doyumu	1			
Güvenli Bağlanma	.266**	1		
Kaçınan Bağlanma	–.137*	–.219**	1	
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	–.284**	–.243**	.306**	1

Not. N = 349, *p < .05, **p < .01 (2 yönlü)

H1 kapsamında yürütülen Pearson korelasyon analizi sonuçları N=349 üzerinden iki yönlü anlamlılık testi ile raporlanmaktadır. İlişki Doyumu ile Güvenli Bağlanma arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=.266, p<.01). İlişki Doyumu ile Kaçınan Bağlanma arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır (r=−.137, p<.05). İlişki Doyumu ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma arasındaki ilişki de negatif yönde ve anlamlıdır (r=−.284, p<.01). Bunun yanı sıra; bağlanma boyutları arasındaki ikili ilişkiler değerlendirildiğinde Güvenli Bağlanma ile Kaçınan Bağlanma arasında negatif ve anlamlı bir ilişki yer almaktadır (r=−.219, p<.01), Güvenli Bağlanma ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma arasında da negatif ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=−.243, p<.01). Kaçınan Bağlanma ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma arasındaki ilişki pozitif ve anlamlıdır (r=.306, p<.01). Mutlak değer bakımından en yüksek korelasyon Kaçınan Bağlanma ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma arasında görülmektedir (r=.306, p<.01) ve İlişki Doyumu ile bağlanma boyutları arasındaki ilişkiler içinde en yüksek mutlak değer Kaygılı/Kararsız Bağlanma ile olan ilişkide yer almaktadır (r=−.284, p<.01). Dolayısıyla H1 hipotezi desteklenmiştir.

- **H2:** Güvenli bağlanma düzeyi ile romantik ilişki süresi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma düzeyleri ile romantik ilişki süresi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin üç farklı bağlanma stili (güvenli, kaçınan, kaygılı/kararsız) ile romantik ilişki süresi arasındaki ilişki incelenmiştir. Veriler sürekli değişken niteliğinde olduğundan Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 6. Bağlanma Stilleri ile Romantik İlişki Süresi Arasındaki Pearson Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	Güvenli bağlanma	Kaçınan bağlanma	Kaygılı/kararsız bağlanma	İlişki süresi
Güvenli bağlanma	-			
Kaçınan bağlanma	–.219**	-		
Kaygılı/kararsız bağlanma	–.243**	.306**	-	
İlişki süresi	.156**	–.103	–.146**	-

Tablo 6'daki Pearson korelasyon katsayıları, bağlanma boyutları arasındaki ikili ilişkilerin ve ilişki süresiyle olan bağlantıların yönünü ve büyüklüğünü göstermektedir. Güvenli bağlanma ile kaçınan bağlanma arasında negatif ve anlamlı bir ilişki bulunmakta r=−.219**, güvenli bağlanma ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında ise negatif ve anlamlı bir ilişki yer almaktadır r=−.243**. Kaçınan bağlanma ile kaygılı/kararsız bağlanma arasındaki ilişki pozitif ve anlamlıdır r=.306**; mutlak değer bakımından en yüksek katsayı bu ikili ilişkide görülmektedir. Bunun yanı sıra; ilişki süresi güvenli bağlanma ile pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkilidir r=.156**, kaçınan bağlanma ile negatif fakat anlamlı olmayan bir ilişki göstermektedir r=−.103, kaygılı/kararsız bağlanma ile ise negatif ve anlamlı düzeyde ilişkilidir r=−.146**. Bu doğrultuda; ilişki süresi değişkeni ile bağlanma boyutları arasındaki ilişkilerin yönleri ayrışmakta ve anlamlılık göstergeleri çift yıldız ile belirtilmiş katsayılarda yoğunlaşmaktadır. Tüm bu bulgulara göre H2 hipotezi desteklenmiştir.

- **H3:** Bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 7. Kıskançlık Düzeyi Alt Boyutları ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	İlişki Doyumu	Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	Kıskançlık Algısı	Benlik Algısı
İlişki Doyumu	1			
Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	.020	1		
Kıskançlık Algısı	–.019	.695**	1	
Benlik Algısı	.010	.614**	.580**	1

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

Tablo 7'de yer alan Pearson korelasyon katsayıları, romantik ilişki doyumu ile kıskançlık alt boyutları arasındaki ilişkilerin katsayı değerleri itibarıyla sıfıra yakın seyrettiğini göstermektedir. İlişki doyumu ile Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler arasında r=.020, ilişki doyumu ile Kıskançlık Algısı arasında r=−.019 ve ilişki doyumu ile Benlik Algısı arasında r=.010 değerleri yer almaktadır.

- Kıskançlık düzeyi alt boyutları ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiler incelendiğinde, ilişki doyumu ile Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler (r=.020), Kıskançlık Algısı (r=−.019) ve Benlik Algısı (r=.010) arasındaki korelasyon katsayılarının sıfıra oldukça yakın olduğu ve istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmadığı görülmektedir. Buna karşın, kıskançlık alt boyutlarının kendi aralarındaki korelasyonları incelendiğinde Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler ile Kıskançlık Algısı arasında r=.695, Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler ile Benlik Algısı arasında r=.614 ve Kıskançlık Algısı ile Benlik Algısı arasında r=.580 değerlerinin elde edildiği ve bu değerlerin güçlü düzeyde pozitif ilişkileri yansıttığı görülmektedir. Bu doğrultuda; kıskançlık alt boyutlarının birbirleriyle yüksek düzeyde ilişkili olduğu, ancak romantik ilişki doyumu ile anlamlı bir ilişkilerinin bulunmadığı söylenebilmektedir. Dolayısıyla H3 hipotezi desteklenmemektedir.

- **H4:** Bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki süresi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin kıskançlık düzeyinin üç alt boyutu (sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler, kıskançlık algısı, benlik algısı) ile romantik ilişki süresi arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 8. Kıskançlık Düzeyleri ile Romantik İlişki Süresi Arasındaki Pearson Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	**Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler**	**Kıskançlık algısı**	**Benlik algısı**	**İlişki süresi**
Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler	-			
Kıskançlık algısı	.695**	-		
Benlik algısı	.614**	.580**	-	
İlişki süresi	–.142**	–.096	–.083	-

Not. N = 349, **p < .01 (2 yönlü)

Tablo 8'de n=349 üzerinden iki yönlü Pearson korelasyon analizine göre kıskançlık alt boyutları arasında pozitif yönde ve p<.01 düzeyinde anlamlı ilişkiler raporlanmaktadır; Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler ile Kıskançlık algısı r=.695**, Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler ile Benlik algısı r=.614**, Kıskançlık algısı ile Benlik algısı r=.580** olarak yer almaktadır. Bunun yanı sıra; katsayılar arasında en yüksek değer .695 ile Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler ile Kıskançlık algısı arasındaki ilişkide görülmektedir.

İlişki süresi ile kıskançlık alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, İlişki süresi ile Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler arasındaki korelasyonun negatif yönde ve p<.01 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir (r=−.142**). İlişki süresi ile Kıskançlık algısı (r=−.096) ve İlişki süresi ile Benlik algısı (r=−.083) arasındaki korelasyonlarda ise anlamlılık işareti bulunmamaktadır. Tüm bu bulgulara göre H4 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

- **H5:** Demokratik ebeveyn tutumu algısı ile güvenli bağlanma düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumu algıları ile kaygılı/kararsız ve kaçınan gibi güvensiz bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları (demokratik, koruyucu/destekçi, otoriter) ile bağlanma stilleri (güvenli, kaçınan, kaygılı/kararsız) arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 9. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	Güvenli Bağlanma	Kaçınan Bağlanma	Kaygılı/Kararsız Bağlanma
Demokratik Tutum	.450**	–.027	–.254**
Koruyucu/Destekçi Tutum	–.221**	.293**	.383**
Otoriter Tutum	–.329**	.132*	.390**

Not. N = 349, *p < .05, **p < .01 (2 yönlü)

Tablo 9'da raporlanan Pearson korelasyonları, algılanan ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki iki yönlü ilişkileri göstermektedir. Demokratik Tutum ile Güvenli Bağlanma arasında pozitif ve p<.01 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=.450**); Demokratik Tutum ile Kaçınan Bağlanma arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir (r=−.027); Demokratik Tutum ile Kaygılı/Kararsız

Bağlanma arasında ise negatif ve p<.01 düzeyinde anlamlı bir ilişki yer almaktadır (r=−.254**). Koruyucu/Destekçi Tutum ile Güvenli Bağlanma arasındaki ilişki negatif ve p<.01 düzeyinde anlamlıdır (r=−.221**); Koruyucu/Destekçi Tutum ile Kaçınan Bağlanma arasında pozitif ve p<.01 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=.293**); Koruyucu/Destekçi Tutum ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma arasında da pozitif ve p<.01 düzeyinde anlamlı bir ilişki raporlanmaktadır (r=.383**). Otoriter Tutum ile Güvenli Bağlanma arasındaki ilişki negatif ve p<.01 düzeyinde anlamlıdır (r=−.329**); Otoriter Tutum ile Kaçınan Bağlanma arasındaki ilişki pozitif ve p<.05 düzeyinde anlamlıdır (r=.132*); Otoriter Tutum ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma arasındaki ilişki ise pozitif ve p<.01 düzeyinde anlamlıdır (r=.390**). Bunun yanı sıra; mutlak değer bakımından en yüksek korelasyon Demokratik Tutum ile Güvenli Bağlanma arasında görülmektedir (r=.450**), bunu sırasıyla Otoriter Tutum ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma (r=.390**) ve Koruyucu/Destekçi Tutum ile Kaygılı/Kararsız Bağlanma (r=.383**) izlemektedir. Dolayısıyla H5 hipotezi desteklenmiştir.

- **H6:** Koruyucu/kollayıcı ve otoriter ebeveyn tutumu algıları ile bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; demokratik ebeveyn tutumu algısı ile romantik kıskançlık düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları (demokratik, koruyucu/destekçi, otoriter) ile kıskançlık düzeyleri (sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler, kıskançlık algısı, benlik algısı) arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 10. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Kıskançlık Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	Kıskançlık Algısı	Benlik Algısı
Demokratik Tutum	.051	.000	.007
Koruyucu/Destekçi Tutum	.195**	.170**	.242**
Otoriter Tutum	.044	.086	.088

Not. N = 349, *p < .05, **p < .01 (2 yönlü)

Tablo 10'da raporlanan Pearson korelasyon katsayıları N=349 üzerinden ve iki yönlü anlamlılık testiyle sunulmaktadır; notta belirtildiği üzere p<.05 ve p<.01 kodlaması kullanılmaktadır. Demokratik Tutum ile kıskançlık alt boyutları arasındaki

ilişkiler anlamlı değildir; Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler r=.051, Kıskançlık Algısı r=.000 ve Benlik Algısı r=.007 olarak raporlanmaktadır. Koruyucu/Destekçi Tutum ile kıskançlık alt boyutları arasındaki tüm ilişkiler pozitif ve p<.01 düzeyinde anlamlıdır; Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler r=.195, Kıskançlık Algısı r=.170* ve Benlik Algısı r=.242** olarak verilmektedir. Otoriter Tutum ile kıskançlık alt boyutları arasındaki ilişkilerde anlamlılık işareti bulunmamaktadır; Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler r=.044, Kıskançlık Algısı r=.086 ve Benlik Algısı r=.088 biçiminde yer almaktadır. Bunun yanı sıra; mutlak değer bakımından en yüksek katsayı Koruyucu/Destekçi Tutum ile Benlik Algısı arasındaki ilişkide gözlenmektedir (r=.242**). Dolayısıyla H6 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

- **H7:** Demokratik ebeveyn tutumu algısı ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumu algıları ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları (demokratik, koruyucu/destekçi, otoriter) ile romantik ilişki doyumu arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 11. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	**İlişki doyumu**	**Demokratik tutum**	**Koruyucu/destekçi tutum**	**Otoriter tutum**
İlişki doyumu	-			
Demokratik tutum	.214**	-		
Koruyucu/destekçi tutum	–.133*	-.451**	-	
Otoriter tutum	–.218**	-.778**	.714**	-

Not. N = 349, *p < .05, **p < .01 (2 yönlü)

Tablo 11'de n=349 üzerinden iki yönlü anlamlılık kodları (p<.05, p<.01) ile verilen Pearson korelasyon katsayıları, romantik ilişki doyumu ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkileri göstermektedir. İlişki doyumu, Demokratik tutum ile pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkili olarak raporlanmaktadır (r=.214). İlişki doyumu ile Koruyucu/destekçi tutum arasındaki ilişki negatif ve anlamlıdır (r=−.133). İlişki doyumu ile Otoriter tutum arasındaki ilişki ise negatif ve anlamlı düzeydedir (r=−.218**).

Ebeveyn tutumlarının kendi aralarındaki ikili ilişkiler incelendiğinde, Demokratik tutum ile Koruyucu/destekçi tutum arasında negatif ve anlamlı bir ilişki yer almaktadır (r=−.451**). Demokratik tutum ile Otoriter tutum arasındaki ilişki negatif ve anlamlı düzeydedir (r=−.778**). Koruyucu/destekçi tutum ile Otoriter tutum arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=.714**). Bunun yanı sıra; mutlak değer bakımından en yüksek katsayının Demokratik tutum ile Otoriter tutum arasındaki ilişkide (|r|=.778) yer aldığı, bunu Koruyucu/destekçi tutum ile Otoriter tutum arasındaki ilişkinin izlediği (|r|=.714) görülmektedir. Bu doğrultuda; tabloda raporlanan tüm katsayılar, işaret ve büyüklükleriyle birlikte tabloda verilen anlamlılık düzeylerine uygun biçimde sunulmaktadır. Dolayısıyla bu bulgular, H7 hipotezini desteklemektedir.

- **H8:** Demokratik ebeveyn tutumu algısı ile romantik ilişki süresi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki; otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumu algıları ile romantik ilişki süresi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

Bu hipotez kapsamında bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının (demokratik, koruyucu/destekçi, otoriter) romantik ilişki süresiyle olan ilişkisi Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Tablo 12. Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Romantik İlişki Süresi Arasındaki Pearson Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	İlişki süresi	Demokratik tutum	Koruyucu/destekçi tutum	Otoriter tutum
İlişki süresi	-			
Demokratik tutum	–.031	-		
Koruyucu/destekçi tutum	–.115*	–.451**	-	
Otoriter tutum	–.015	–.778**	.714**	-

Not. N = 349, *p < .05, **p < .01 (2 yönlü).

Tablo 12'de n=349 üzerinden iki yönlü Pearson korelasyon katsayıları raporlanmaktadır. İlişki süresi ile Demokratik tutum arasındaki ilişki negatif yönlü ve anlamlı değildir (r=−.031). İlişki süresi ile Koruyucu/destekçi tutum arasındaki ilişki negatif yönlü ve p<.05 düzeyinde anlamlıdır (r=−.115*). İlişki süresi ile Otoriter tutum arasındaki ilişki negatif yönlü ve anlamlı değildir (r=−.015). Bu doğrultuda; ilişki süresi değişkeni ile ebeveyn tutumu boyutları arasındaki ilişkilerin düşük büyüklükte

seyrettiği ve yalnızca Koruyucu/destekçi tutumla olan ilişkinin istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği görülmektedir.

Ebeveyn tutumları arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde Demokratik tutum ile Koruyucu/destekçi tutum arasında negatif ve p<.01 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=−.451**); Demokratik tutum ile Otoriter tutum arasında daha yüksek mutlak değerde negatif ve p<.01 düzeyinde anlamlı bir ilişki yer almaktadır (r=−.778**); Koruyucu/destekçi tutum ile Otoriter tutum arasındaki ilişki ise pozitif ve p<.01 düzeyinde anlamlıdır (r=.714**). Bunun yanı sıra; mutlak değer bakımından en yüksek katsayı Demokratik tutum ile Otoriter tutum arasındaki ilişkide görülmekte, bunu Koruyucu/destekçi tutum ile Otoriter tutum arasındaki ilişki izlemektedir.

- **H9:** Bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları birlikte ele alındığında, romantik ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordayan bir model vardır; bu modelde güvenli bağlanma ve demokratik ebeveyn tutumu romantik ilişki doyumu ile pozitif, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri, yüksek romantik kıskançlık düzeyi ile otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumları romantik ilişki doyumu ile negatif yönlü ilişkiler göstermektedir.

Bu hipotez doğrultusunda bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumlarının romantik ilişki doyumunu yordayıp yordamadığı; ardından yaş ve cinsiyet etkilerinin kontrol edilmesi amacıyla hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Bağımlı değişken İDO toplam puanı; bağımsız değişkenler ise güvenli, kaçınan ve kaygılı/kararsız bağlanma stilleri ile romantik kıskançlık alt boyutları (sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler, kıskançlık algısı, benlik algısı) ve ebeveyn tutumları (demokratik, koruyucu/kollayıcı, otoriter) olarak belirlenmiştir. Yaş değişkeni dummy değişkenlere dönüştürülmüş, cinsiyet ise 0–1 biçiminde ikili kodlanmıştır.

Tablo 13. Romantik İlişki Doyumuna İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Model Özeti

Model	R	R^2	Düzeltilmiş R^2	Std. Hata	R^2 Değişimi	F(Değişim)
1	0.372	0.139	0.116	1.34141	—	6.067***
2	0.392	0.154	0.113	1.343	0.015	0.855 (p=.543)

Tablo 13’de romantik ilişki doyumunu yordamak amacıyla kurulan çoklu doğrusal regresyon modellerine ilişkin özet istatistikler sunulmaktadır. Birinci

modelde elde edilen çoklu korelasyon katsayısı (R=0.372) romantik ilişki doyumu ile modele dahil edilen yordayıcı değişkenler seti arasında düşük-orta düzeyde pozitif bir ilişki bulunduğuna işaret etmektedir. Bu modele ait determinasyon katsayısı (R^2=0.139), romantik ilişki doyumundaki toplam varyansın yaklaşık yüzde 13.9'unun birinci blokta yer alan yordayıcılar tarafından açıklandığını göstermektedir. Düzeltilmiş R^2 değerinin 0.116 olması, örneklem büyüklüğü ve yordayıcı sayısı dikkate alındığında, modelin evren düzeyinde açıklayabileceği varyans oranının yaklaşık yüzde 11.6 olarak tahmin edilmekte olduğunu düşündürmektedir. Standart tahmin hatasının 1.34141 olması, modelin ilişki doyumu puanlarını yordarken ortalama hata büyüklüğünün bu düzeyde seyrettiğini göstermektedir. Tabloya göre birinci modele ilişkin F değeri 6.067 olarak rapor edilmiştir ve bu değerin yanındaki *** ibaresi, modelin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğunu, başka bir ifadeyle; modele alınan birinci blok yordayıcıların birlikte romantik ilişki doyumunu tesadüfi olmayan bir düzeyde yordamakta olduğunu göstermektedir.

İkinci model incelendiğinde, çoklu korelasyon katsayısının R=0.392'ye yükseldiği görülmektedir; bu artış, modele eklenen yeni değişken ya da değişkenlerin ilişki doyumu ile olan ortak ilişki düzeyini çok sınırlı biçimde artırmakta olduğunu göstermektedir. İkinci modelin determinasyon katsayısı R^2=0.154 olarak hesaplanmış olup, bu değer romantik ilişki doyumundaki varyansın yaklaşık yüzde 15.4'ünün ikinci modelde yer alan tüm yordayıcılar tarafından açıklandığını göstermektedir. Ne var ki R^2 değişiminin 0.015 olması, birinci modele göre açıklanan varyansta yalnızca yüzde 1.5'lik ek bir artış elde edildiğini ortaya koymaktadır. Düzeltilmiş R^2 değerinin ikinci modelde 0.113 olarak rapor edilmesi ve birinci modeldeki 0.116 değerine kıyasla hafif bir düşüş göstermesi, eklenen değişken ya da değişkenlerin modele kuramsal olarak katkı sunsa da istatistiksel açıdan modelin genellenebilirliğini artırmamakta olduğunu düşündürmektedir. Standart hata değerinin 1.343 olarak birinci modele göre çok küçük bir artış göstermesi de ek değişkenlerin yordama doğruluğunu iyileştirmediğine işaret etmektedir. R^2 değişimine ilişkin F testi 0.855 olarak hesaplanmış ve p=.543 olarak verilmiştir; bu p değeri, eklenen değişkenlerin modele sağladığı varyans artışının istatistiksel olarak anlamlı olmadığını, dolayısıyla ikinci modelin birinci modele kıyasla anlamlı bir iyileşme sunmadığını göstermektedir. Genel olarak Tablo 13, romantik ilişki doyumuna ilişkin kurulan regresyon modellerinin düşük-orta düzeyde

açıklayıcılığa sahip olduğunu ve ikinci modelde gerçekleştirilen değişikliğin modele istatistiksel olarak anlamlı bir ek katkı getirmemekte olduğunu göstermektedir.

Tablo 14. Romantik İlişki Doyumuna İlişkin ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
1	98.247	9	10.916	6.067	<.001
2	—	16	—	3.776	<.001

Tablo 14'te romantik ilişki doyumunu yordamak üzere kurulan çoklu doğrusal regresyon modellerine ilişkin ANOVA sonuçları rapor edilmektedir. Birinci modele ait kareler toplamı 98.247 olarak verilmiştir ve bu değerin 9 serbestlik derecesi ile bölünmesi sonucunda model için hesaplanan kareler ortalaması 10.916 olarak bulunmuştur. Bu kareler ortalaması değeri, hata teriminin kareler ortalaması ile karşılaştırılarak F=6.067 olarak hesaplanmıştır. İlgili F değerine karşılık gelen p<.001 istatistiği, birinci modele ilişkin "tüm regresyon katsayıları sıfıra eşittir" şeklindeki sıfır hipotezinin reddedildiğini göstermektedir. Diğer bir ifadeyle; birinci modelde yer alan yordayıcı değişkenler bir bütün olarak romantik ilişki doyumundaki değişimi anlamlı düzeyde açıklamaktadır ve model tesadüfen oluşmuş bir uyum sergilememektedir. Bu F değeri, modeldeki yordayıcıların tamamının çıkarıldığı ve yalnızca sabit terimin yer aldığı boş modele kıyasla, birinci modelin ilişki doyumu puanlarını anlamlı biçimde daha iyi yordamakta olduğunu göstermektedir.

İkinci model satırında kareler toplamı ve kareler ortalaması değerleri raporlanmamış olmakla birlikte, serbestlik derecesinin 16 olarak verildiği ve F değerinin 3.776 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu F istatistiğine eşlik eden p<.001 değeri, ikinci model için de genel model anlamlılığının korunduğunu, başka bir ifadeyle; genişletilmiş modelde yer alan yordayıcıların tamamının birlikte ele alındığında romantik ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamakta olduğunu göstermektedir. F değerinin birinci modelde 6.067 iken ikinci modelde 3.776'ya gerilemiş olması, modele eklenen değişken sayısındaki artışa paralel olarak serbestlik derecelerinin değişmesiyle birlikte modelin açıklayıcılığının boş modele göre anlamlı kalmakla birlikte, ilk modele kıyasla daha ılımlı bir genel uyum sergilemekte olduğuna işaret etmektedir. Tablo 13'te sunulan R ve R^2 değerleri ile birlikte değerlendirildiğinde, ANOVA sonuçlarının hem birinci hem de ikinci regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğunu, ancak açıklanan varyans oranlarının

düşük-orta düzeyde seyrettiğini ve ikinci modeldeki yapısal genişlemenin modelin genel anlamlılığını sürdürmekle birlikte açıklayıcılık açısından sınırlı bir katkı sağlamakta olduğunu göstermekte olduğu söylenebilmektedir.

Tablo 15. Romantik İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Katsayıları

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p	Tolerance	VIF
Sabit	4.017	.846		4.747	<.001		
Güvenli Bağlanma	.404	.136	.175	2.968	.003	.727	1.375
Kaçınan Bağlanma	-.107	.105	-.058	-1.019	.309	.796	1.256
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	-.369	.096	-.226	-3.850	<.001	.740	1.351
Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler	.128	.139	.071	.920	.358	.430	2.324
Kıskançlık Algısı	-.027	.126	-.016	-.212	.832	.473	2.116
Benlik Algısı	.062	.113	.037	.552	.581	.555	1.803
Demokratik Tutum	.102	.106	.062	.292	.770	.321	3.117
Koruyucu/Destekçi Tutum	.132	.143	.070	.924	.353	.353	2.456
Otoriter Tutum	-.164	.174	-.102	-.945	.345	.219	4.568

Tablo 15'te romantik ilişki doyumunun yordanmasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon modeline ait katsayılar raporlanmaktadır. Tablo, bir önceki tabloda sunulan model özetinde yer alan R ve R^2 değerlerinin hangi yordayıcı değişkenler üzerinden oluştuğunu ayrıntılı biçimde göstermektedir. Sabit terim katsayısının B=4.017, standart hatasının .846, t değerinin 4.747 ve p<.001 olması, modeldeki tüm yordayıcı değişkenler sıfır düzeyinde kabul edildiğinde romantik ilişki doyumunun anlamlı biçimde sıfırdan büyük bir başlangıç düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, kullanılan ölçekte teorik olarak "0" puanın anlamı değişkenlerin ölçek özelliklerine bağlı olmakla birlikte, modelin temel kesişim noktasının istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır.

Güvenli bağlanma değişkenine ilişkin B katsayısı .404, standart hata .136, standartlaştırılmış β katsayısı .175, t değeri 2.968 ve p=.003 olarak raporlanmıştır. Bu değerler, diğer tüm değişkenler kontrol altında tutulduğunda güvenli bağlanma puanındaki her bir birimlik artışın romantik ilişki doyumu puanında yaklaşık .404 birimlik artış ile ilişkili olduğunu göstermektedir. β=.175 değeri, güvenli bağlanmanın modelde yer alan diğer değişkenlerle karşılaştırıldığında romantik ilişki doyumunun anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. p değerinin .05 düzeyinin altında olması, güvenli bağlanmanın, modeldeki diğer bağlanma türleri, kıskançlık

boyutları ve ebeveyn tutumları kontrol edildiğinde dahi, romantik ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamaya devam etmekte olduğunu göstermektedir. Tolerance değerinin .727, VIF değerinin ise 1.375 olması, güvenli bağlanmanın diğer yordayıcılarla yüksek düzeyde çoklu doğrusal bağlantı içinde olmadığını ve modelde istatistiksel açıdan sorunlu bir çoklu doğrusal bağlantı üretmediğini düşündürmektedir.

Kaçınan bağlanma için B katsayısı –.107, standart hata .105, standartlaştırılmış β değeri –.058, t değeri –1.019 ve p=.309 olarak görülmektedir. Bu yapı, yön olarak kaçınan bağlanma puanları yükseldikçe ilişki doyumu puanlarının hafif düzeyde azalmakta olduğunu ima etmektedir; ancak p değerinin .05 düzeyinin üzerinde olması, bu ilişkinin bu modelde istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığını göstermektedir. β katsayısının mutlak değerinin oldukça düşük (|β|=.058) olması da kaçınan bağlanmanın, diğer tüm değişkenler birlikte ele alındığında, romantik ilişki doyumuna katkısının zayıf ve anlamsız düzeyde kaldığını düşündürmektedir. Tolerance (.796) ve VIF (1.256) değerleri, kaçınan bağlanmanın diğer yordayıcılarla kayda değer bir çoklu doğrusal bağlantı sorunu yaratmadığını göstermektedir.

Kaygılı/kararsız bağlanma için B katsayısı –.369, standart hata .096, β katsayısı –.226, t değeri –3.850 ve p<.001 olarak raporlanmıştır. Bu bulgular, diğer bütün değişkenler sabit tutulduğunda kaygılı/kararsız bağlanma puanındaki bir birimlik artışın romantik ilişki doyumu puanında .369 birimlik azalma ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Standartlaştırılmış katsayının mutlak değerinin (|β|=.226) modeldeki en yüksek değerlerden biri olması, kaygılı/kararsız bağlanmanın romantik ilişki doyumunun en güçlü ve anlamlı negatif yordayıcılarından biri olduğunu göstermektedir. p<.001 düzeyindeki anlamlılık, bu ilişkinin tesadüfi olma olasılığının son derece düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Tolerance (.740) ve VIF (1.351) değerleri, kaygılı/kararsız bağlanmanın, her ne kadar kuramsal olarak özellikle diğer bağlanma boyutlarıyla ilişkili olması beklenen bir yapı olsa da, bu modelde çoklu doğrusal bağlantı açısından kabul edilebilir sınırlar içinde yer almakta olduğunu düşündürmektedir.

Kıskançlık ölçeğine ilişkin alt boyutlardan “Sosyal Çevre ve Geçmiş İlişkiler” için B katsayısı .128, standart hata .139, β=.071, t=.920 ve p=.358 olarak görülmektedir. Bu değerler, sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler bağlamındaki kıskançlık puanları arttıkça romantik ilişki doyumunun hafif düzeyde artma eğilimi gösterdiğini

ima etmektedir; ancak p değerinin .05'in üzerinde olması, bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir. Tolerance değerinin .430 ve VIF değerinin 2.324 olması, bu değişkenin diğer yordayıcılarla belirli bir düzeyde ortak varyans paylaştığını, yine de çoklu doğrusal bağlantı açısından kritik eşiklerin (genellikle VIF>5 veya VIF>10) altında kaldığını göstermektedir.

"Kıskançlık Algısı" değişkenine ilişkin B katsayısının –.027, standart hatanın .126, β katsayısının –.016, t değerinin –.212 ve p değerinin .832 olarak raporlanmış olması, bu boyutun romantik ilişki doyumu ile neredeyse yok düzeyinde ve istatistiksel olarak anlamsız bir doğrusal ilişki sergilemekte olduğunu göstermektedir. Yön olarak negatif bir işaret bulunmakla birlikte, hem katsayı büyüklüğü hem de yüksek p değeri, bu ilişkinin yorumlanabilir ve güvenilir bir yordama etkisi ortaya koymadığını göstermektedir. Tolerance (.473) ve VIF (2.116) değerleri, kıskançlık algısı boyutunun da modelde çoklu doğrusal bağlantı açısından kabul edilebilir sınırlar içinde yer aldığını düşündürmektedir.

"Benlik Algısı" boyutu için B katsayısı .062, standart hata .113, β katsayısı .037, t değeri .552 ve p=.581 olarak raporlanmaktadır. Bu yapı, benlik algısı boyutundaki kıskançlık puanlarının artmasının ilişki doyumu ile çok zayıf düzeyde ve pozitif yönde ilişkili olabileceğini ima etmektedir; ancak p değerinin .05'in oldukça üzerinde olması, bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ve modelde romantik ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamamakta olduğunu göstermektedir. Tolerance (.555) ve VIF (1.803) değerlerinin yine kabul edilebilir aralıkta bulunması, bu değişkenin diğer yordayıcılarla birlikte modele alınmasının çoklu doğrusal bağlantı bakımından ciddi bir problem yaratmadığını göstermektedir.

Ebeveyn tutumlarına ilişkin değişkenlere bakıldığında, "Demokratik Tutum" için B=.102, standart hata .106, β=.062, t=.292 ve p=.770 olarak raporlanmaktadır. Bu bulgular, demokratik ebeveyn tutumlarına ilişkin puanların romantik ilişki doyumu ile çok zayıf düzeyde pozitif yönde ilişkili olabileceğini ima etmektedir; ancak p değerinin oldukça yüksek olması, bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ve demokratik tutumun bu modelde romantik ilişki doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olarak değerlendirilemeyeceğini göstermektedir. Tolerance (.321) ve VIF (3.117) değerleri, demokratik tutumun diğer ebeveyn tutumları ve bağlanma örüntüleri ile

belirli düzeyde ortak varyans paylaştığını, ancak yine de çoklu doğrusal bağlantı açısından kritik eşiklerin altında kaldığını düşündürmektedir.

"Koruyucu/Destekçi Tutum" için B=.132, standart hata .143, β=.070, t=.924 ve p=.353 olarak raporlanmaktadır. Bu değerler, koruyucu/destekleyici ebeveyn tutumları yüksek olan bireylerin romantik ilişki doyumunun hafif düzeyde daha yüksek olabileceğini ima etmektedir; ancak p değerinin .05 sınırının üzerinde olması, bu ilişkinin de istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmadığını göstermektedir. Tolerance (.353) ve VIF (2.456) değerleri, bu tutum boyutunun da modelde diğer ebeveyn tutumları ve bağlanma değişkenleri ile belirli bir ortak varyans paylaşmakla birlikte çoklu doğrusal bağlantı açısından kabul edilebilir düzeyde kaldığını göstermektedir.

"Otoriter Tutum" için B katsayısı –.164, standart hata .174, standartlaştırılmış β katsayısı –.102, t değeri –.945 ve p=.345 olarak verilmiştir. Yön işareti, otoriter ebeveyn tutumlarının artmasının romantik ilişki doyumu ile negatif yönde ilişkili olabileceğini ima etmektedir; ancak p değerinin .05'in üzerinde olması, bu ilişkinin modelde istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir. Buna karşın, β katsayısının mutlak değerinin birçok anlamsız değişkene göre biraz daha yüksek olması, otoriter tutumun kuramsal düzeyde ilişki doyumu ile belirli bir ortaklık sergileyebileceğini, fakat bu örneklem ve bu model şartlarında bu ilişkinin istatistiksel güvenilirlik düzeyine ulaşmamaktadır. Tolerance değerinin .219 ile tabloda en düşük; VIF değerinin ise 4.568 ile en yüksek değer olarak raporlanması, otoriter tutumun özellikle diğer ebeveyn tutumu boyutları ile kayda değer düzeyde ortak varyans paylaştığını, buna rağmen yaygın kabul gören eşik değerler dikkate alındığında çoklu doğrusal bağlantının ağır bir sorun düzeyine ulaşmamış olduğunu düşündürmektedir.

Genel olarak Tablo 15, romantik ilişki doyumunun bu modelde en anlamlı ve güçlü yordayıcılarının güvenli bağlanma (pozitif yönde) ve kaygılı/kararsız bağlanma (negatif yönde) olduğunu; kıskançlık alt boyutlarının ve ebeveyn tutumu değişkenlerinin ise birlikte modele alınmalarına rağmen romantik ilişki doyumunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordayamamakta olduğunu, bununla birlikte modelde yer alan değişkenler arasında çoklu doğrusal bağlantının kabul edilebilir sınırlar içinde seyrettiğini göstermektedir.

- **H10:** Bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları birlikte ele alındığında, romantik ilişki süresini anlamlı düzeyde yordayan bir model vardır; bu modelde güvenli bağlanma romantik ilişki süresi ile pozitif, kaygılı/kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri, yüksek romantik kıskançlık düzeyi ile otoriter ve koruyucu/kollayıcı ebeveyn tutumları romantik ilişki süresi ile negatif yönlü ilişkiler göstermektedir.

İlişki süresi değişkeni sıralı kategorilerden oluştuğundan, ordinal regresyon analizinde model tahmininde tam ayırma sorunu yaşanmıştır. Bu nedenle değişken yaklaşık sürekli değişken olarak ele alınmış ve çoklu doğrusal regresyon yöntemi uygulanmıştır. Analiz sonucunda bağlanma stili, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumlarının birlikte romantik ilişki süresini yordama gücü test edilmiştir.

Tablo 16. Romantik İlişki Süresine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Model Özeti

R	R^2	Düzeltilmiş R^2	Std. Hata	F	df1	df2	p
.275	.076	.051	1.18627	3.093	9	339	.001

Model özeti, romantik ilişki süresine ilişkin çoklu doğrusal regresyonun çoklu korelasyon katsayısının R=.275 olarak hesaplandığını göstermektedir. Belirleme katsayısı R^2=.076 ve düzeltilmiş R^2=.051 olarak raporlanmakta; tahminlerin standart hatası 1.18627 olarak verilmektedir. Bunun yanı sıra; modelin genel uyumu F(9,339)=3.093, p=.001 ile istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu doğrultuda; modelin ilişki süresindeki varyansın % 7.6'sını açıkladığı ve genel anlamlılık ölçütünü karşıladığı anlaşılmaktadır.

Tablo 17. Romantik İlişki Süresine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine Ait ANOVA Sonuçları

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	39.175	9	4.353	3.093	.001
Artık	477.054	339	1.407		
Toplam	516.229	348			

ANOVA sonuçları, romantik ilişki süresine ilişkin çoklu doğrusal regresyon modelinin genel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir. Regresyon kaynaklı kareler toplamı 39.175 olup sd=9 için kareler ortalaması 4.353 olarak hesaplanmaktadır; artık kareler toplamı 477.054 olup sd=339 için kareler ortalaması 1.407 olarak

raporlanmaktadır. Bu bileşenler üzerinden elde edilen F=3.093 değeri p=.001 düzeyinde anlamlılık göstermektedir. Toplam kareler toplamı 516.229 ve toplam sd=348 olarak verilmektedir. Bu doğrultuda; kareler toplamı oranı temelinde açıklanan varyans payı 39.175/516.229 ≈ % 7.6 olarak hesaplanmaktadır.

Tablo 18. Romantik İlişki Süresinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Katsayıları

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p	Tolerance	VIF
(Sabit)	2.762	.748	-	3.691	<.001	-	-
Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler	–.197	.123	–.127	–1.601	.110	.430	2.324
Kıskançlık algısı	.026	.111	.018	.236	.813	.473	2.116
Benlik algısı	.075	.100	.053	.751	.453	.555	1.803
Güvenli bağlanma	.388	.121	.197	3.218	.001	.727	1.375
Kaçınan bağlanma	.026	.093	.016	.278	.781	.796	1.256
Kaygılı/kararsız bağlanma	–.133	.085	–.095	–1.572	.117	.740	1.351
Demokratik tutum	–.180	.116	–.143	–1.551	.122	.321	3.117
Koruyucu/destekçi tutum	–.236	.086	–.154	–2.751	.001	.353	2.456
Otoriter tutum	.114	.154	.083	.741	.459	.219	4.568

Romantik ilişki süresinin yordanmasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon katsayıları incelendiğinde sabit terimin anlamlı olduğu görülmektedir (B=2.762, Std. Hata=.748, t=3.691, p<.001). Güvenli bağlanma değişkeni pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcıdır (B=.388, β=.197, t=3.218, p=.001). Koruyucu/destekçi tutum değişkeni ise negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlıdır (B=−.236, β=−.154, t=−2.751, p=.001). Bunun yanı sıra; Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler (B=−.197, β=−.127, t=−1.601, p=.110), Kıskançlık algısı (B=.026, β=.018, t=.236, p=.813), Benlik algısı (B=.075, β=.053, t=.751, p=.453), Kaçınan bağlanma (B=.026, β=.016, t=.278, p=.781), Kaygılı/kararsız bağlanma (B=−.133, β=−.095, t=−1.572, p=.117), Demokratik tutum (B=−.180, β=−.143, t=−1.551, p=.122) ve Otoriter tutum (B=.114, β=.083, t=.741, p=.459) için katsayılar istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmamaktadır. Standartlaştırılmış katsayı büyüklükleri dikkate alındığında anlamlı yordayıcılar arasında etkisi daha yüksek olan değişkenin Güvenli bağlanma (β=.197) olduğu, bunu Koruyucu/destekçi tutumun izlediği görülmektedir (β=−.154). Çoklu doğrusal bağlantı göstergeleri incelendiğinde Tolerance değerlerinin .219–.796 ve VIF değerlerinin 1.256–4.568 aralığında yer aldığı, en düşük Tolerance

ile en yüksek VIF değerlerinin Otoriter tutum değişkeninde bulunduğu dikkati çekmektedir (Tolerance=.219, VIF=4.568). Analiz sonuçlarına göre Güvenli bağlanma romantik ilişki süresinin pozitif; Koruyucu/destekçi tutum ise negatif yönde anlamlı bir yordayıcısıdır ve diğer değişkenlerin etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir. Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde model genel olarak anlamlıdır ve H10 hipotezi desteklenmektedir.

Tablo 19. Hipotezlerin Özeti

Hipotez No	Hipotez İçeriği	Analiz Türü	Sonuç	Destek Durumu
H1	Bağlanma stilleri ile romantik ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Güvenli bağlanma pozitif, kaçınan ve kaygılı bağlanma negatif ilişkili.	Desteklendi
H2	Bağlanma stilleri ile romantik ilişki süresi arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Güvenli bağlanma pozitif, kaygılı bağlanma negatif ilişkili.	Desteklendi
H3	Kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Anlamlı ilişki saptanmadı.	Desteklenmedi
H4	Kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki süresi arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler alt boyutu negatif ilişkili.	Kısmen Desteklendi
H5	Algılanan ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Demokratik tutum güvenli bağlanmayı artırırken otoriter/koruyucu tutum güvensiz bağlanmayı artırmakta.	Desteklendi
H6	Algılanan ebeveyn tutumları ile kıskançlık düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Yalnızca koruyucu/destekçi tutum ile kıskançlık alt boyutları arasında pozitif ilişki var.	Kısmen Desteklendi
H7	Algılanan ebeveyn tutumları ile romantik ilişki doyumu arasında	Pearson korelasyon	Demokratik tutum pozitif, koruyucu/destekçi	Desteklendi

	anlamlı ilişki vardır.		ve otoriter tutum negatif ilişkili.	
H8	Algılanan ebeveyn tutumları ile romantik ilişki süresi arasında anlamlı ilişki vardır.	Pearson korelasyon	Koruyucu/destekçi tutum ilişki süresini negatif yordadı.	Kısmen Desteklendi
H9	Bağlanma stili, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumları birlikte ilişki doyumunu yordar.	Çoklu doğrusal regresyon	Model anlamlı, güvenli ve kaygılı bağlanma anlamlı yordayıcılar.	Desteklendi
H10	Bağlanma stili, kıskançlık düzeyi ve ebeveyn tutumları birlikte ilişki süresini yordar.	Çoklu doğrusal regresyon	Model anlamlı, güvenli bağlanma pozitif, koruyucu tutum negatif yordayıcı.	Desteklendi

Hipotez özetleri incelendiğinde, Pearson korelasyon analizleri kapsamında H1'in desteklendiği ve bağlanma stilleri ile romantik ilişki doyumu arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir; güvenli bağlanma doyumla pozitif, kaçınan ve kaygılı/kararsız bağlanma ise negatif yönlü ilişkilenmiştir. H2 desteklenmiştir; romantik ilişki süresi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır ve bu ilişkiler güvenli bağlanma için pozitif, kaygılı/kararsız bağlanma için negatif yönlüdür. H3 desteklenmemiştir; kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. H4 kısmen desteklenmiştir; kıskançlık düzeyi alt boyutlarından "sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler" romantik ilişki süresi ile negatif yönlü ilişkilidir. H5 desteklenmiştir; algılanan ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur ve demokratik tutum güvenli bağlanmayı artırırken otoriter ile koruyucu/destekçi tutum güvensiz bağlanma boyutlarıyla pozitif yönlü ilişkilenmektedir. Bunun yanı sıra; H6 kısmen desteklenmiştir ve yalnızca koruyucu/destekçi tutum ile kıskançlık alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişkiler raporlanmıştır. H7 desteklenmiştir; romantik ilişki doyumu demokratik tutumla pozitif, koruyucu/destekçi ve otoriter tutumlarla negatif yönlü ilişkilenmiştir. H8 kısmen desteklenmiştir; ebeveyn tutumları ile romantik ilişki süresi arasındaki ilişkiler içinde koruyucu/destekçi tutum ile sürenin negatif yönlü bir örüntü sergilediği görülmektedir. Bu doğrultuda; çoklu doğrusal regresyon analizleri H9 ve H10'un

desteklendiğini göstermektedir: ilişki doyumuna yönelik model anlamlıdır ve güvenli bağlanma pozitif, kaygılı/kararsız bağlanma negatif yönlü anlamlı yordayıcılar olarak yer almaktadır; ilişki süresine yönelik model de anlamlıdır ve güvenli bağlanma pozitif, koruyucu/destekçi tutum negatif yönlü anlamlı yordayıcılar olarak raporlanmaktadır.

TARTIŞMA

Bu çalışmada bağlanma stilleri, romantik kıskançlık (alt boyutları) ve algılanan ebeveyn tutumlarının romantik ilişki doyumu ve ilişki süresi ile ilişkileri incelenmiş; ayrıca bu değişkenlerin ilişki doyumu ve ilişki süresini birlikte yordama gücü çoklu doğrusal regresyon modelleri ile test edilmiştir. Tartışma bölümünde hipotezler sırasıyla ele alınarak bulguların bağlanma kuramı, ilişki kuramları ve ilgili ampirik literatür çerçevesinde değerlendirilmesi; desteklenen ve desteklenmeyen bulgulara ilişkin olası açıklamaların neden-sonuç ilişkisi içinde sunulması amaçlanmaktadır.

Araştırmanın temel varsayımı, bireylerin erken dönem bakım veren deneyimlerinden türeyen içsel çalışma modellerinin (Bowlby, 1988) yetişkin romantik ilişkilerde güven, yakınlık, duygu düzenleme ve çatışma çözme gibi süreçleri etkileyerek ilişki doyumu ve sürekliliğinde belirleyici olabileceğidir. Bununla birlikte kıskançlığın ilişkisel tehdit algısı ve benlik değerlendirmeleriyle ilişkili bir duygu olarak (Pines, 1998; White, 1981) hem doyum hem süre üzerinde etkiler gösterebileceği; algılanan ebeveyn tutumlarının ise bağlanma örüntüleri üzerinden dolaylı, bazı durumlarda ise doğrudan etkiler yaratabileceği düşünülmüştür (Ainsworth vd., 1978; Baumrind, 1991; Rohner, 2004).

Bulgular, ilişki doyumu ile güvenli bağlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Buna karşılık kaygılı/kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma ile ilişki doyumu arasında negatif ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Bu örüntü bağlanma kuramı ile tutarlıdır. Güvenli bağlanma, partneri "ulaşılabilir ve destekleyici" görme, kendiliği "sevilebilir ve değerli" algılama ve stres anında yakınlığa yönelme ile ilişkilidir (Bowlby, 1988; Mikulincer ve Shaver, 2016). Bu özellikler, ilişkide duygusal açıklık, karşılıklı destek, etkin iletişim ve uyumlu çatışma çözme davranışlarını artırarak doyumu yükseltebilir. Hazan ve Shaver (1987) güvenli bağlanan bireylerin romantik ilişki deneyimlerini daha güvenli ve tatmin edici bildirdiklerini; güvensiz bağlanmanın ise daha fazla kaygı ve çatışma ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Kaygılı/kararsız bağlanmanın doyumla daha güçlü negatif ilişki göstermesi, kaygılı örüntüde tehdit algısının hızlı aktive olması ve yoğun terk edilme kaygısı nedeniyle partnerin davranışlarının daha olumsuz yorumlanmasıyla açıklanabilir. Bu

bireyler ilişki içinde sık güvence arama, kontrol etme ve tekrarlayan çatışma döngülerine girebilir; bu süreçler doyumu düşürebilir (Mikulincer ve Shaver, 2016). Kaçınan bağlanmada ise yakınlık ihtiyacı bastırılabilir ve duygusal paylaşım sınırlandırılabilir; bu durum doyumu azaltabilir ancak bazı kaçınan bireyler ilişkiyi sürdürürken beklentilerini düşük tutabildikleri için doyumdaki azalma kaygılı örüntüye göre daha zayıf görünebilir.

Kaygılı/kararsız bağlanma örüntüsünde terk edilme kaygısı ve ilişkiyi tehdit eden ipuçlarına yönelik hassasiyet daha sık aktive olabildiği için, bireylerin ilişkide aşırı güvence arama, partneri test etme ya da duygusal iniş-çıkışlar yaşama gibi davranışları daha belirgin hale gelebilir; bu tür ilişki içi süreçler de zamanla çatışmayı artırarak romantik ilişki doyumunun düşmesine yol açmış olabilir. Buna karşılık kaçınan bağlanmada duygusal yakınlıktan kaçınma doyumu olumsuz etkileyebilse de bazı bireyler ilişkiyi alışkanlık, yatırım düzeyi veya sosyal beklentiler gibi nedenlerle sürdürmeye devam ettiğinden, kaçınan bağlanmanın doyum üzerindeki negatif etkisi kaygılı örüntüye kıyasla daha zayıf düzeyde gözlenmiş olabilir. Ayrıca örneklemin ilişki süresi ve yaş dağılımı, özellikle kaygılı bağlanmanın tetiklenmeye daha açık olduğu dönemsel dinamikleri güçlendirerek, kaygılı örüntünün ilişki doyumundaki düşüşle daha net ilişkilendirilmesine katkı sağlamış olabilir.

İlişki süresi ile güvenli bağlanma arasında zayıf fakat anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur. Kaygılı/kararsız bağlanma ile ilişki süresi arasında zayıf ve anlamlı negatif ilişki saptanmıştır. Kaçınan bağlanma ile ilişki süresi arasındaki ilişki negatif yönde olmakla birlikte anlamlı değildir.

Güvenli bağlanmanın ilişki süresiyle pozitif ilişkili olması, güvenli bireylerin yakınlık kurma ve kriz anlarında destek arama/sağlama davranışlarıyla ilişkilerin sürdürülebilirliğini artırmasıyla açıklanabilir (Bowlby, 1988; Mikulincer ve Shaver, 2016). Kaygılı bağlanma ise yüksek ilişki kaygısı, kıskançlık ve çatışma eğilimi nedeniyle ilişkiyi yıpratarak süreyi kısaltabilir. Buna karşılık kaçınan bağlanmanın ilişki süresiyle anlamlı ilişkilenmemesi, ilişki süresinin bağlanma dışında yatırım, bağlılık, alternatiflerin çekiciliği ve yaşam koşulları gibi değişkenlere de güçlü biçimde bağlı olmasına işaret edebilir (Rusbult, 1983; Thibaut ve Kelley, 1959).

Kaçınan bağlanma, duygusal yakınlığı sınırlama ve bağımsızlığı koruma eğilimi nedeniyle ilişki doyumunu azaltabilse de bu durum her zaman ilişkinin daha kısa

sürmesiyle sonuçlanmayabilir; bazı bireyler yakınlığı azaltarak çatışmadan kaçınır ve ilişkiyi "idare eder" biçimde sürdürmeye devam edebilir. Ayrıca ilişki süresi, doyuma kıyasla daha çok ortak yaşam planları, yatırım düzeyi, sosyal destek, ekonomik koşullar ve çevresel beklentiler gibi dışsal etkenlerden etkilendiği için, bağlanma stillerinin süre üzerindeki etkisi daha zayıf görünmüş olabilir. Buna ek olarak, örneklemde ilişki süresi dağılımının belirli bir aralıkta toplanması ya da süre aralığının sınırlı kalması, kaçınan bağlanma ile ilişki süresi arasındaki olası ilişkinin istatistiksel olarak daha güçsüz saptanmasına neden olmuş olabilir.

Romantik kıskançlığın alt boyutları (Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler, Kıskançlık algısı, Benlik algısı) ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiler anlamlı değildir.

Literatürde kıskançlığın ilişki doyumuyla ilişkisi tutarlı değildir. Bazı araştırmalar kıskançlığın kontrol edici davranışlar ve çatışma üzerinden doyumu azalttığını vurgularken (Pines, 1998; Andersen vd., 1995; Guerrero vd., 2011), bazı çalışmalar kıskançlığın belirli düzeylerde ilişkiye verilen değerin veya bağlılığın bir göstergesi olarak işlev görebileceğini ve her koşulda doyumu azaltmayabileceğini ileri sürmektedir (Barelds ve Dijkstra, 2007; White, 1981). Bu çalışmada kıskançlığın doyumla anlamlı ilişki göstermemesi, kıskançlığın "doyumu doğrudan düşüren" tekil bir faktör olmaktan ziyade bağlama ve ilişki dinamiklerine bağlı bir süreç olduğuna işaret ediyor olabilir.

Özellikle güvenli bağlanma ve etkili iletişim becerileri, kıskançlık tetikleyicilerinin ilişkide yıkıcı bir biçimde yaşanmasını tamponlayabilir. Bu durumda kıskançlık hissedilse bile çiftlerin bunu konuşabilmesi, sınır belirleyebilmesi ve güven inşasına devam edebilmesi doyumu koruyabilir (Mikulincer ve Shaver, 2016). Dolayısıyla kıskançlığın doyuma etkisi, bağlanma güvenliği ve ilişki içi iletişim kalitesi ile etkileşim içinde ortaya çıkıyor olabilir.

Çalışmada romantik kıskançlık ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamış olması, örneklemdeki kıskançlık düzeylerinin genel olarak ılımlı bir aralıkta seyretmiş olmasıyla ilişkili olabilir. Ilımlı düzeyde yaşanan kıskançlık, bazı bireyler tarafından ilişkinin değerine ya da bağlılığa işaret eden "normal" bir tepki olarak algılanabildiğinden, ilişki doyumunu belirgin biçimde azaltmamış olabilir. Ayrıca kıskançlığın ilişki doyumu üzerindeki etkisinin doğrusal olmayabileceği; belirli bir eşik düzeyinin (yoğun kontrol, takip, kısıtlama gibi davranışların ortaya

çıkması) aşılması durumunda doyumun belirgin biçimde düşebileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, kesitsel veriye dayalı mevcut çalışmanın, kıskançlığın bu kritik eşiğini yakalamakta sınırlı kalmış olması olasıdır. Bununla birlikte, kıskançlık alt boyutlarının daha çok tehdit algısı ve güvensizlikle ilişkili bilişsel-duygusal süreçleri yansıttığı; ilişki doyumunun ise iletişim kalitesi, bağlılık, duygusal destek ve karşılıklılık gibi daha geniş ilişki dinamikleri tarafından belirlendiği göz önünde bulundurulduğunda, iki değişken arasındaki ilişkinin zayıf ya da anlamsız çıkması anlaşılabilir görünmektedir.

Bulgular, romantik kıskançlığın yalnızca "Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler" boyutu ile romantik ilişki süresi arasında zayıf ve negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Diğer kıskançlık boyutları ile ilişki süresi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Bu bulgu, kıskançlığın her boyutunun ilişki süresini aynı şekilde etkilemediğini düşündürmektedir. Sosyal çevre ve geçmiş ilişkilere yönelik kıskançlık, ilişki içinde daha somut tetikleyiciler (partnerin sosyal etkileşimleri, geçmiş partnerler, sosyal medya) üzerinden çatışma ve güven sorunları yaratabildiği için sürekliliği zayıflatabilir. İlişki uzadıkça çiftlerin ortak geçmişi ve güveni artabilir; böylece geçmiş ilişkilere yönelik tehdit algısı azalabilir. Bu durumda daha uzun ilişkilerde bu alt boyutun daha düşük olması beklenebilir; kesitsel korelasyon da bu olasılıkla uyumludur (White, 1981; Pines, 1998).

Sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler boyutunun ilişki süresiyle ilişkili çıkması, bu boyutun ilişki içinde daha "görünür" ve somut tetikleyicilere (eski partnerle temas, sosyal medya, ortak çevreyle karşılaşma gibi) dayanmasıyla açıklanabilir; bu tür durumlar doğrudan çatışma doğurabildiği için ilişki dinamiğine ve dolaylı olarak ilişki süresine daha fazla yansımış olabilir. İlişki süresi uzadıkça partnerler birbirlerini daha iyi tanıdıkça, ilişkinin sınırları ve beklentileri daha netleştikçe ve güven duygusu pekiştikçe geçmiş ilişkilere dair belirsizlikler azalabilir; buna bağlı olarak "geçmişe yönelik tehdit algısı" zayıflayarak bu alt boyutta kıskançlık tepkilerinin daha düşük düzeyde görülmesine yol açmış olabilir. Buna karşılık, kıskançlığın diğer boyutlarının daha çok kişinin içsel değerlendirmeleriyle (benlik algısı, karşılaştırma eğilimi, genel kaybetme hassasiyeti gibi) bağlantılı olması, bu tepkilerin ilişkinin kaç aydır/yıldır

sürdüğünden bağımsız biçimde devam edebilmesine neden olmuş; dolayısıyla ilişki süresiyle anlamlı bir ilişki göstermemiş olabilir.

Algılanan demokratik ebeveyn tutumu ile güvenli bağlanma arasında orta düzeyde pozitif ilişki saptanmıştır. Demokratik tutum ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında negatif ilişki bulunmuştur, demokratik tutum ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişki anlamlı değildir. Koruyucu/destekçi tutum güvenli bağlanma ile negatif, kaygılı ve kaçınan bağlanma ile pozitif ilişkilidir. Otoriter tutum güvenli bağlanma ile negatif ve kaygılı bağlanma ile pozitif ilişkilidir; otoriter tutum ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişki pozitif yönde olsa da daha zayıf düzeydedir.

Ebeveyn tutumları ile bağlanma arasındaki bu ilişkiler, bağlanma kuramının temel önermeleriyle uyumludur. Duyarlı, tutarlı ve kabul edici bakım veren davranışları güvenli bağlanmayı desteklerken; reddedicilik, tutarsızlık, aşırı kontrol ve özerkliği kısıtlayan tutumlar güvensiz bağlanma örüntülerine zemin hazırlayabilir (Bowlby, 1988; Ainsworth vd., 1978). Demokratik ebeveynlik, çocuğun duygusal ihtiyaçlarının görülmesi ve güvenli bir keşif ortamı sunması yoluyla güvenli bağlanmayı güçlendirebilir. Buna karşılık aşırı koruyuculuk, iyi niyetli destek içerse de sınır-özerklik dengesini bozduğunda çocuğun kendilik yeterliğini ve bağımsız düzenleme becerilerini zayıflatabilir; bu durum kaygılı ve kaçınan örüntüleri artırabilir (Baumrind, 1991).

Koruyucu/destekçi ebeveyn tutumu, "destek" yönüyle sıcaklık ve güven sağlasa da aşırı müdahale ve kontrol içerdiğinde çocuğun özerklik geliştirmesini sınırlayabilir. Özerkliğin sınırlanması, bireyin duygusal olarak kendi kendini düzenleme ve güvenli keşif yapma becerisini zayıflatabildiği için, yetişkinlikte ilişkilerde hem kaygılı örüntüyü (onay arama, yoğun güvence ihtiyacı, terk edilme hassasiyeti) hem de kaçınan örüntüyü (yakınlıktan geri çekilme, duygusal mesafe koyma) güçlendirmiş olabilir.

Demokratik tutum ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişkinin anlamlı çıkmaması ise, kaçınan örüntünün tek başına ebeveyn tutumlarıyla açıklanamayabileceğini düşündürmektedir. Kaçınma bazı bireylerde daha çok mizaç özellikleri, duyguları ifade etme biçimi, akran ilişkilerinde yaşanan deneyimler veya erken dönemde öğrenilen "ihtiyacımı göstermeyeyim" stratejileriyle şekillenebildiğinden, demokratik tutumun koruyucu etkisi bu örüntü üzerinde her zaman belirgin görünmemiş olabilir.

Öte yandan otoriter tutumun kaygılı bağlanma ile daha güçlü ilişkilenmesi, koşullu kabul ve yoğun eleştiri ortamında büyüyen bireylerin sevgi ve onayın "performansa" bağlı olduğunu öğrenmesiyle açıklanabilir. Bu koşulluluk, ilişkilerde reddedilme ve terk edilme kaygısını daha kolay aktive ederek, partnerin ilgisini kaybetmeme çabası ve tehdit algısının artması üzerinden kaygılı bağlanma eğilimini beslemiş olabilir.

Demokratik ebeveyn tutumu ile kıskançlık alt boyutları arasındaki ilişkiler anlamlı değildir. Koruyucu/destekçi tutum ise kıskançlığın tüm alt boyutlarıyla pozitif ve anlamlı ilişkilidir, Otoriter tutum ile kıskançlık alt boyutları arasındaki ilişkiler anlamlı değildir.

Koruyucu/destekçi tutumun kıskançlıkla pozitif ilişkisi, aşırı koruyuculuğun bireyde bağımlılık, onay arayışı ve ayrılma kaygısı gibi süreçleri güçlendirmesiyle açıklanabilir. Aşırı koruyuculuk, bireyin ilişki içinde 'kaybetme' tehdidine karşı daha hassas olmasına, partnerin sosyal çevresi veya geçmişine ilişkin tehdit algısını daha yoğun yaşamasına yol açabilir. Bu çerçevede kıskançlık, bağlanma güvensizliği ve düşük kendilik değerine eşlik eden bir "tehdit izleme" tepkisi olarak ele alınabilir (Mikulincer ve Shaver, 2016; Pines, 1998).

Otoriter tutumun kıskançlıkla anlamlı ilişkilenmemesi, kıskançlığın daha çok 'özerklik-sınır' temelli süreçlerle (aşırı koruma) ilişkili olabileceğini veya otoriter ortamda yetişen bireylerin kıskançlığı davranışsal olarak ifade etmek yerine bastırma eğiliminde olabileceğini düşündürebilir. Ayrıca kültürel normlar, otoriter ebeveynliğin yaygınlığı ve buna yönelik algısal farklılıklar da bu ilişkinin zayıflamasına katkı sunmuş olabilir.

Koruyucu/destekçi ebeveynlik, bireyin ayrışma–bireyleşme süreçlerini zorlaştırarak yetişkin ilişkilerinde partnerden duygusal olarak bağımsızlaşmayı güçleştirmiş olabilir. Bu durum, ilişkide "kaybetme tehdidine" karşı daha hassas, bağımlı ve tetikte bir tutumun gelişmesine yol açarak kıskançlık tepkilerinin daha kolay aktive olmasına neden olmuş olabilir. Özellikle sınırların netleşmediği ve özerkliğin yeterince desteklenmediği aile iklimlerinde, bireyin ilişkide güveni içselleştirmekte zorlanması bu sonucu açıklayabilir.

Otoriter ebeveynliğin kıskançlıkla anlamlı biçimde ilişkilenmemesi ise, kıskançlığın ortaya çıkmasında doğrudan kontrol ve disiplin kadar "yakınlık ve sınır yönetimi" temasının daha belirleyici olabileceğini düşündürmektedir. Aşırı koruyucu tutumlar, bireyin ilişki içindeki sınırları tehdit olarak algılamasına yol açarken; otoriter tutumlar daha çok itaat, geri çekilme veya duyguların bastırılmasıyla sonuçlanmış olabilir. Bu nedenle otoriter ebeveynlik, kıskançlığı doğrudan tetiklemek yerine dolaylı veya farklı mekanizmalar üzerinden etkide bulunmuş olabilir.

Ayrıca, katılımcılar otoriter ebeveyn tutumuna maruz kalmış olsalar bile, kıskançlığı olumsuz veya kabul edilemez bir duygu olarak değerlendirmiş ve bu duyguyu bastırma eğiliminde olmuş olabilirler. Bu bastırma, öz-bildirim temelli ölçümlerde kıskançlık düzeylerinin olduğundan daha düşük raporlanmasına yol açmış ve otoriter tutum ile kıskançlık arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak zayıf görünmesine neden olmuş olabilir.

Algılanan demokratik ebeveyn tutumu ile ilişki doyumu arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Koruyucu/destekçi tutum ve otoriter tutum ile ilişki doyumu arasında negatif ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Bu sonuç, aile ortamında deneyimlenen kabul, tutarlılık ve açık iletişimin yetişkinlikte ilişki doyumuna yansıdığı görüşüyle uyumludur. Demokratik ebeveynlik, duygu düzenleme, güven ve açık iletişim gibi becerilerin gelişimini destekleyerek romantik ilişkilerde daha işlevsel ilişki davranışlarına zemin hazırlayabilir (Feeney ve Noller, 1990; Mikulincer ve Shaver, 2016). Buna karşılık otoriter ve aşırı koruyucu tutumlarda kontrol ve özerklik kısıtlanması, yetişkin romantik ilişkilerde sınır koyma, ihtiyaç ifade etme ve çatışma çözmede güçlük yaratabilir; bu süreçler doyumu düşürebilir (Baumrind, 1991; Rohner, 2004).

Demokratik bir ortamda büyüyen bireyler, duygularını daha rahat ifade etmeye ve sorunları konuşarak çözmeye daha yatkın oldukları için ilişkide güveni besleyen, yakınlığı artıran ve destekleyici iletişimi güçlendiren davranışları daha sık sergiliyor olabilirler. Bu tür ilişki içi süreçlerin (açık iletişim, empati, uzlaşma) düzenli biçimde çalışması da romantik ilişki doyumunu artıran bir zemin oluşturmuş olabilir.

Buna karşılık, koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumları yetişkinlikte "bağımlılık–kontrol" döngülerini tetikleyerek ilişkide özerklik ihtiyacını zayıflatmış ve çatışma

olasılığını yükseltmiş olabilir. Aşırı koruyucu tutum, partnerin davranışlarını denetleme veya kaybetme kaygısıyla aşırı yakınlık arama eğilimini artırırken; otoriter tutumdan gelen kontrol ve eleştiri deneyimi de ilişkide gerilim, kırılgan benlik algısı ve savunucu tepkiler üzerinden doyumu düşüren bir etki yaratmış olabilir.

Öte yandan ebeveyn tutumlarının ilişki doyumuna etkisi doğrudan değil, kısmen bağlanma güvenliği üzerinden dolaylı biçimde gerçekleşmiş olabilir. Yani demokratik tutum, güvenli bağlanmayı destekleyip ilişki içi güveni artırarak doyumu yükseltirken; koruyucu ve otoriter tutumlar güvensiz bağlanma örüntülerini güçlendirip doyumu azaltan ilişki dinamiklerini (güvensizlik, çatışma, duygusal mesafe) artırmış olabilir. Bu nedenle ebeveyn tutumları ile doyum arasındaki ilişkinin korelasyon analizinde görünür hale gelmesi, bu dolaylı mekanizmaların toplam etkisini yansıtıyor olabilir.

Algılanan demokratik tutum ile ilişki süresi arasındaki ilişki anlamlı değildir. Otoriter tutum ile ilişki süresi arasındaki ilişki de anlamlı değildir. Koruyucu/destekçi tutum ile ilişki süresi arasında ise zayıf fakat anlamlı negatif ilişki bulunmaktadır.

İlişki süresi, doyumdan farklı olarak yalnızca psikolojik değişkenlerle değil; yaşam dönemi, ortak yaşam planları, yatırım düzeyi, alternatiflerin çekiciliği ve sosyal normlar gibi çok sayıda faktörle belirlenebilir (Thibaut Kelley, 1959; Rusbult, 1983). Bu nedenle ebeveyn tutumlarının ilişki süresiyle doğrudan ilişkilerinin zayıf kalması beklenebilir. Bununla birlikte koruyucu/destekçi tutumun süreyle negatif ilişkisi, aşırı koruyuculuğun özerklik ve sınır yönetimini zorlaştırarak romantik ilişkilerde bağımlılık, kontrol ve çatışma döngülerini artırmasıyla açıklanabilir.

İlişki süresinin, ilişki doyumuna kıyasla daha çok dışsal koşullar ve ilişkisel yatırımlarla (ortak yaşam planları, sosyal çevre, maddi–duygusal yatırım, alışkanlıklar) belirlendiği düşünüldüğünde, ebeveyn tutumlarının bu değişken üzerindeki etkisinin daha zayıf görünmesi olasıdır. Bu durum, ebeveynlik deneyimlerinin ilişki süresini doğrudan değil, daha çok ilişki içi duygusal süreçler üzerinden dolaylı biçimde etkilediğine işaret ediyor olabilir.

Bununla birlikte aşırı koruyucu ebeveynlik algısı, bireylerde bağımlılık ve kontrol ihtiyaçlarını artırarak romantik ilişkilerde özerklik dengesini bozmuş olabilir. Bu tür dinamiklerin zaman içinde ilişkide yıpranmaya, çatışmanın artmasına ve dolayısıyla ilişkilerin daha erken sonlanmasına zemin hazırlamış olması mümkündür.

Bu açıklama, koruyucu tutum ile ilişki süresi arasındaki zayıf ama negatif ilişkinin anlamlı çıkmasını destekler niteliktedir.

Öte yandan örneklemde ilişki süresi dağılımının belirli bir aralıkta yoğunlaşmış olması, değişkenler arasındaki ilişkilerin istatistiksel olarak daha küçük görünmesine yol açmış olabilir. İlişki süresi açısından sınırlı varyansın bulunması, ebeveyn tutumları gibi daha dolaylı etkisi olan değişkenlerin korelasyon düzeyinde güçlü biçimde ortaya çıkmasını zorlaştırmış olabilir.

Bağlanma stilleri, romantik kıskançlık alt boyutları ve algılanan ebeveyn tutumları birlikte ele alındığında ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordayan bir model elde edilmiştir. Ancak katsayılar incelendiğinde modelde anlamlı yordayıcıların yalnızca güvenli bağlanma ve kaygılı/kararsız bağlanma olduğu görülmüştür. Kaçınan bağlanma, kıskançlık alt boyutları ve ebeveyn tutumları değişkenleri modelde anlamlı yordayıcı değildir. Bu sonuç H9 hipotezinin "model var" kısmını desteklerken, hipotezde beklenen tüm değişkenlerin özgün katkısının çıkmadığını göstermektedir.

Bu bulgu, ilişki doyumunu açıklamada bağlanma örüntülerinin daha yakın ve temel mekanizmalar olarak öne çıktığını düşündürmektedir. Ebeveyn tutumları daha distal bir değişken olarak bağlanma aracılığıyla dolaylı etkiler gösterebilir; kıskançlık ise bağlanma güvensizliğiyle ilişkili olsa bile bağlanma modele eklendiğinde doyuma özgün katkısı istatistiksel olarak azalabilir. Başka bir ifadeyle, ebeveyn tutumu → bağlanma güvenliği/güvensizliği → ilişki süreçleri → doyum şeklinde bir yol izleniyor olabilir (Bowlby, 1988; Mikulincer ve Shaver, 2016).

Kıskançlığın modelde anlamlı katkı göstermemesi, kıskançlığın doyumu doğrudan değil, ilişki içi davranışlar (kontrol, suçlama, çatışma sıklığı) aracılığıyla dolaylı etkileyebileceğini; ayrıca kıskançlığın bazı ilişkilerde "tehdit algısı" ile sınırlı kalıp doyumu düşürmeyebileceğini düşündürür (Barelds ve Dijkstra, 2007). Ebeveyn tutumlarının regresyonda anlamlı çıkmaması ise bu değişkenlerin bağlanma ile yüksek düzeyde ilişkili olması (ortak varyans) ve ebeveyn etkisinin bağlanma üzerinden modele yansımış olması ile açıklanabilir.

Ebeveyn tutumlarının romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisinin doğrudan değil, daha çok bağlanma güvenliği ve duygu düzenleme becerileri üzerinden dolaylı biçimde ortaya çıkmış olması olasıdır. Demokratik ya da koruyucu tutumların bireyin

erken dönem bağlanma örüntülerini şekillendirmesi, bu örüntülerin de yetişkinlikte ilişki içi güven, yakınlık ve duygusal düzenleme süreçlerini etkilemesi, doyuma giden yolun dolaylı bir mekanizma üzerinden işlemesine neden olmuş olabilir. Bu durumda ebeveyn tutumları, bağlanma stilleri modele eklendiğinde doyumu doğrudan yordayan değişkenler olarak görünürlüklerini kaybetmiş olabilir.

Benzer biçimde romantik kıskançlığın ilişki doyumu üzerindeki etkisinin bağlama bağımlı olması da olasıdır. Kıskançlık, özellikle güvensiz bağlanma örüntüleriyle birlikte ortaya çıktığında ilişki doyumunu daha belirgin biçimde düşürücü bir rol oynayabilirken, bağlanma stilleri modele dahil edildiğinde kıskançlığın özgün katkısı istatistiksel olarak görünmez hale gelmiş olabilir. Bu durum, kıskançlığın doyumu doğrudan etkileyen bağımsız bir değişkenden ziyade, bağlanma temelli güvensizliklerin bir yansıması olarak işlediğini düşündürmektedir.

Ayrıca ebeveyn tutumları alt boyutlarının kendi aralarında anlamlı düzeyde ilişkili olması, çoklu regresyon analizinde her bir tutumun doyum üzerindeki özgün etkisinin küçülmesine yol açmış olabilir. Özellikle demokratik ve otoriter tutumların karşıt uçlarda yer alması ve aynı psikososyal alanı farklı biçimlerde temsil etmesi, ortak varyansın artmasına neden olarak beta katsayılarının düşmesine yol açmış olabilir. Bu durum, ebeveyn tutumlarının toplam etki düzeyinde önemli olmasına karşın, tek tek ele alındıklarında istatistiksel olarak anlamlı katkı göstermemelerini açıklayabilecek metodolojik bir etken olarak değerlendirilebilir.

İlişki süresini yordayan regresyon modeli anlamlıdır. Modelde güvenli bağlanma ilişki süresini pozitif yönde anlamlı biçimde yordarken, koruyucu/destekçi ebeveyn tutumu ilişki süresini negatif yönde anlamlı biçimde yordamıştır. Diğer değişkenlerin (kaygılı/kararsız bağlanma, kaçınan bağlanma, kıskançlık alt boyutları ve otoriter/demokratik tutum) özgün katkısı anlamlı değildir. Bu sonuç, H10 hipotezinin "model var" kısmını desteklerken, beklenen tüm değişkenlerin yönlü katkısının ortaya çıkmadığını göstermektedir.

Güvenli bağlanmanın ilişki süresini artırması, güvenli bireylerin ilişkide yakınlık, destek alışverişi ve çatışma çözme süreçlerinde daha işlevsel stratejiler kullanmasıyla açıklanabilir (Bowlby, 1988; Mikulincer ve Shaver, 2016). Koruyucu/destekçi tutumun ilişki süresini azaltıcı yönde yordaması ise aşırı koruyuculuğun özerklik ve sınır yönetimini zayıflatması; yetişkin romantik ilişkilerde

bağımlılık ve kontrol döngülerini artırması ile ilişkilendirilebilir (Baumrind, 1991). Bu modelin açıklayıcılığının sınırlı olması, ilişki süresinin yalnızca psikolojik değişkenlerle değil, yaşam koşulları ve ilişki yatırımı gibi pek çok etkenle belirlendiğine işaret eder (Rusbult, 1983).

İlişki süresi, ilişki doyumuna kıyasla daha çok yatırım düzeyi ve yaşam koşulları gibi dışsal faktörler tarafından belirlendiği için, regresyon modelinin ilişki süresini açıklama gücü görece düşük kalmış olabilir. Ortak yaşam planları, ekonomik koşullar, sosyal çevre desteği ve alışkanlıklar gibi etmenler ilişkiyi sürdürmede belirleyici olurken, psikolojik değişkenlerin katkısı sınırlı düzeyde ortaya çıkmış olabilir.

Buna ek olarak koruyucu/destekçi ebeveyn tutumu, bireyin yetişkinlikte ayrışma–bireyleşme süreçlerini zorlaştırarak romantik ilişkilerde özerklik ve sınır yönetimini güçleştirmiş olabilir. Bu durum, ilişkide bağımlılık ve kontrol dinamiklerini artırarak zaman içinde yıpranmaya ve ilişkilerin daha kısa sürmesine katkı sağlamış olabilir.

Romantik kıskançlığın ilişki süresi üzerindeki etkisi korelasyon düzeyinde özellikle sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler boyutunda görülmüş olsa da, regresyon analizinde bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarıyla paylaşılan ortak varyans nedeniyle kıskançlığın özgün etkisi zayıflamış olabilir. Bu durum, kıskançlığın ilişki süresini doğrudan yordayan bir değişkenden ziyade, bağlanma temelli güvensizlikler ve ilişki içi dinamiklerle birlikte çalışan ikincil bir mekanizma olarak işlediğini düşündürmektedir.

Genel değerlendirme yapıldığında ve bulgular bütüncül olarak değerlendirildiğinde, romantik ilişki doyumunun en güçlü biçimde bağlanma güvenliği ile ilişkili olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanma hem korelasyon düzeyinde hem de çoklu regresyon modelinde doyumu artırıcı bir faktör olarak öne çıkmış; kaygılı/kararsız bağlanma ise doyumu düşürücü yönde anlamlı ve görece daha güçlü bir etki göstermiştir. Bu durum, doyumun özellikle "duygusal güvenlik" ve "yakınlığa erişim" süreçleriyle yakından ilişkili olduğunu düşündürmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2016).

Kıskançlığın doyumla ilişkisinin anlamlı çıkmaması, kıskançlığın ilişkilerde her zaman yıkıcı olmayabileceğini; etkisinin bağlanma örüntüleri, iletişim kalitesi ve

kıskançlığın ifadesi (yapıcı vs. kontrol edici) gibi değişkenlere bağlı olabileceğini göstermektedir. Buna karşın kıskançlığın sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler boyutunun ilişki süresiyle negatif ilişkilenmesi, belirli kıskançlık tetikleyicilerinin ilişki sürdürülebilirliği açısından risk oluşturabileceğini işaret eder.

Ebeveyn tutumları bulguları, erken dönem aile ikliminin bağlanma örüntülerinin oluşumunda belirleyici olabileceğini desteklemiştir. Demokratik tutum güvenli bağlanmayı güçlendirirken, otoriter ve özellikle koruyucu/destekçi tutumlar güvensiz bağlanma örüntüleriyle daha çok ilişkilenmiştir. Ayrıca koruyucu/destekçi tutumun hem kıskançlıkla pozitif ilişkisi hem de regresyon modelinde ilişki süresini negatif yordaması, aşırı koruyuculuğun yetişkin ilişkilerinde bağımlılık ve kontrol döngüleri üzerinden olumsuz sonuçlar doğurabileceğine işaret etmektedir.

Bu çalışma kesitsel bir tasarıma dayandığı için, değişkenler arası ilişkiler "nedensel" kanıt olarak değil, kuramsal çerçeveyi destekleyen ilişkisel göstergeler olarak değerlendirilmelidir. Bununla birlikte, bulgular bağlanma kuramının romantik ilişki doyumu ve sürekliliğini açıklamada güçlü bir çerçeve sunduğunu ve ebeveyn tutumlarının özellikle bağlanma üzerinden dolaylı etkilerle anlam kazandığını göstermektedir.

Kıskançlık boyutlarına ilişkin bulgular, ilişki doyumu ile doğrudan, anlamlı bir ilişki saptanmamasının (H3) literatürdeki heterojen desenle kısmi uyum içinde olduğunu düşündürmektedir. 2020 sonrası çalışmaların bir kısmı kıskançlığın doyumla olumsuz bağlantılarını bildirirken, bir kısmı kıskançlığı ilişkinin korunmasına hizmet eden işlevsel bir uyarı sistemi olarak yorumlamakta ve tek başına, bağlamdan bağımsız bir olumsuzluk üretmeyebileceğini belirtmektedir (Fernandez vd., 2023; Ventura-Leon vd., 2023). Mevcut çalışmada İlişki Değerlendirme puanlarının negatif çarpık dağılım göstermesi ve ortalamanın görece yüksek seyretmesi, alt uçtaki varyansın daralmasına bağlı olarak korelasyonların zayıflamasına yol açmış olabilmektedir. Bunun yanı sıra; kıskançlık alt boyutlarının (örneğin; sosyal çevre ve geçmiş ilişkilere odaklı duyarlılık) aralarındaki yüksek eşkorelasyonların regresyon bağlamında ortak varyans yaratması, her bir boyutun tekil etkisini sönümlemiş görünmektedir. İlişki süresiyle yalnızca "sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler" boyutu arasındaki zayıf-orta negatif ilişkinin anlamlı bulunması (H4 kısmi destek), kıskançlığın özellikle geçmiş ilişki temalı bilişsel uğraş ve çevresel kıyas kanallarından ilişki istikrarını

aşındırdığına işaret eden güncel gözlemlerle örtüşmektedir (Ventura-Leon vd., 2023). Kuramsal çerçevede kıskançlığın sevgi/bağlanma sistemiyle aynı işlevsel alana yerleştiğini ve bağlam, ifade biçimi ile düzenleme stratejilerine bağlı olarak ilişkiyi hem koruyucu hem de yıpratıcı etkilere taşıyabildiğini bildiren değerlendirmeler, bu örüntüyü desteklemektedir (Fernandez vd., 2023).

Algılanan ebeveyn tutumlarının bağlanma stilleri ile anlamlı ilişkiler vermesi (H5 destek) ve demokratik tutumun güvenli bağlanmayla pozitif, koruyucu/destekçi ile otoriter tutumların güvensiz boyutlarla pozitif ilişkilenmesi, 2020 sonrası kabul-ret/koruyucu-denetleyici ebeveynlik göstergelerinin yetişkin bağlanma ve ilişkisel işlevsellikle bağlantılarını belgeleyen çalışmalarla uyum içindedir (Hoenicka vd., 2022; Li vd., 2021). Bununla birlikte; ebeveyn tutumlarının çoklu regresyon modellerinde ilişki doyumu üzerinde doğrudan yordayıcı etkilerinin sönmesi, ebeveynlik ikliminden gelen etkinin yetişkin yakın ilişki çıktılarında çoğunlukla bağlanma, duygu düzenleme ve çatışma çözme gibi süreç değişkenleri üzerinden dolaylı biçimde taşındığını düşündüren çağdaş bulgularla tutarlılık göstermektedir (Gonzalez-Ortega vd., 2021). Mevcut çalışmada ebeveyn tutumlarının doyumla ikili düzeyde beklenen yönde ilişkilenmesi ancak çok değişkenli bağlamda anlamlılığın kaybolması, doğrudan ebeveyn etkisinin bağlanma aracılığıyla açıklanmasını olası kılmaktadır. Ebeveyn tutumlarının ilişki süresiyle ilişkilerine dair sonuçlar da bu tabloyu tamamlamaktadır: Koruyucu/destekçi tutumun ilişki süresini negatif yönde yordaması (H8 kısmi destek; H10'da çoklu modelde anlamlı negatif katsayı) PBI'nin "aşırı koruma/denetim" boyutunun farklı kültürlerde güvensiz bağlılık örüntüleriyle eşleştiğini bildiren güncel bulgularla uyumlu görünmektedir (Hoenicka vd., 2022). Demokratik tutumun doyumla pozitif ilişkisi (H7 destek) ve çoklu analizde etkisinin zayıflaması, yine bağlanma ve ilişki içi süreçlerin ara mekanizma rolüne işaret etmektedir.

Çoklu regresyon sonuçlarında ilişki doyumu modelinin anlamlı olduğu, açıklanan varyansın orta-düşük düzeyde seyrettiği ve anlamlı yordayıcıların güvenli ile kaygılı/kararsız bağlanma olduğu görülmektedir. Bu desen, yakın dönem dyadik/ilişkisel çalışmaların, bağlanma güvensizliğinin (özellikle kaygının) doyumu düşürürken, güvenli örüntünün doyumu artırdığını gösteren sonuçlarıyla örtüşmektedir (Gonzalez-Ortega vd., 2021; Muezzin ve Özer, 2024). İlişki süresi için

kurulan modelin anlamlılığı ve güvenli bağlanmanın pozitif, koruyucu/destekçi ebeveyn tutumunun negatif yönde yordayıcı bulunması da, ilişki kalıcılığının bir yandan bireysel güvenceden beslendiğini, diğer yandan aşırı korumacı ebeveynlikten türeyen bağımlılık/özerklik dengesizliğinin yetişkin ilişkilerinde istikrarı zayıflatabildiğini göstermektedir (Hoenicka vd., 2022). Jealousy-temelli yordayıcıların modellerde anlamlılaşmaması, yazında vurgulanan bağlama duyarlılık ve ifadenin biçimi-yoğunluğuna bağlı farklılaşma ile uyumludur; ağ analizleri, kıskançlığın kimi düğümlerle (örneğin; aşırı tamamlayıcılık) bağlanarak doyum yerine çatışma/şiddet düğümlerine yakınlaşabildiğini göstermektedir (Ventura-Leon vd., 2023).

Bu çalışma, üç kuramsal alanı aynı kesitsel modelde bir araya getirmesi, kıskançlık alt boyutlarını ayrıştırması ve ebeveyn tutumlarını algılanan boyutlarıyla birlikte ele alması bakımından alanyazına katkı sunmaktadır. Bulgular, uygulama alanında bağlanma temelli müdahalelerin (örneğin; yakınlık-özerklik dengesi, güvence arayışının düzenlenmesi, yapıcı çatışma çözme) ilişki doyum ve sürekliliğini destekleyebileceğini, kıskançlık yönetiminde ise bilişsel uğraş ve geçmiş ilişki temalı ruminasyonun azaltılmasına odaklanmanın yararlı olabileceğini göstermektedir. Ebeveynlik iklimine ilişkin sonuçlar, psikoeğitim ve aile temelli önleyici programlarda aşırı koruyucu/denetleyici tutumların uzun erimli ilişkisel maliyetlerinin görünür kılınmasını gerekli kılmaktadır.

Çalışmanın bulguları bazı metodolojik ve örnekleme ilişkin sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir. Öncelikle araştırmanın kesitsel tasarımı nedeniyle değişkenler arasındaki ilişkiler nedensellik bağlamında yorumlanamamaktadır; elde edilen sonuçlar yalnızca ilişkisel düzeyde değerlendirilmelidir. Ayrıca çalışmada kullanılan ölçümlerin öz-bildirime dayalı olması, ortak yöntem varyansı ve sosyal beğenirlik etkisine açıklık yaratabilir. Bu durum özellikle kıskançlık, ebeveyn tutumları ve ilişki doyumu gibi sosyal açıdan hassas konularda yanıtların yanlılaşmasına neden olmuş olabilir.

Örneklem özellikleri açısından, katılımcıların cinsiyet dağılımında dengesizlik bulunmaktadır; kadın katılımcı oranının yüksek seyretmesi, bulguların özellikle erkek örneklemine genellenebilirliğini sınırlayabilir. Buna ek olarak, bazı değişkenlerin dağılımlarında normallikten sapmaların görülmesi ve ilişki süresi gibi değişkenlerin

sınırlı varyans göstermesi, etki büyüklüklerinin küçük görünmesine katkıda bulunmuş olabilir.

Bu çalışmada katılımcıların ilişki durumu flört/partnerlik (sevgililik)/nişanlılık/evlilik şeklinde ayrıntılı olarak toplanmış olmakla birlikte, bu değişken üzerinden gerçekleştirilen karşılaştırmalar (ör. ilişki doyumu, kıskançlık veya bağlanma puanlarının ilişki statülerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı) yeterli istatistiksel dayanakla yorumlanabilir düzeyde sonuç vermemiştir. Özellikle alt gruplardaki katılımcı sayılarının dengesizliği (bazı statülerde düşük katılımcı sayısı), karşılaştırmaların gücünü azaltmış; bu nedenle ilişki statüsü değişkeni bulgular bölümünde kapsamlı bir alt analiz olarak raporlanamamıştır. Bu durum, ilişki statüsünün (ör. evli olma, nişanlı olma) bağlanma, kıskançlık ve doyum üzerindeki olası farklılaştırıcı etkilerinin bu çalışma kapsamında ayrıntılı biçimde ortaya konulamamasına yol açmıştır.

Bununla birlikte, katılımcıların psikolojik ya da nörolojik tanı öyküsü / güncel psikolojik durumları çalışmada sistematik biçimde kontrol edilmemiştir. Duygu düzenleme, bağlanma ve kıskançlık süreçleri bazı psikolojik belirtilerle ilişkili olabileceğinden, psikolojik sağlık durumuna ilişkin bir tarama yapılmamış olması bulguların yorumlanmasında dikkat edilmesi gereken bir sınırlılıktır.

Ayrıca ilişki süresi değişkeninin sıralı kategorilerden yaklaşık sürekli bir değişkene dönüştürülerek modellenmesi, analiz açısından pratik bir yaklaşım sağlamakla birlikte, sonuçların temkinli yorumlanmasını gerektirmektedir. İlişki süresi gibi zaman temelli değişkenlerin daha hassas ölçümlerle (ay/yıl gibi sürekli ölçüm) ele alınması, gelecekteki çalışmalarda daha net sonuçlar sağlayabilir.

Gelecek çalışmalarda, ilişki statüsü değişkeninin daha dengeli alt grup dağılımlarıyla incelenmesi; mümkünse boylamsal tasarımlar kullanılarak değişkenler arasındaki yönlülüğün test edilmesi; dyadik veri ile aktör–partner etkilerinin değerlendirilmesi; psikolojik sağlık durumunun taranıp kontrol değişkeni olarak eklenmesi ve yapısal eşitlik modeliyle dolaylı yolların sınanması önerilmektedir. Bu tür yaklaşımlar bulguların dış geçerliğini artırarak daha güçlü genellemelere imkan sağlayabilir.

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu çalışma, yetişkin bireylerde bağlanma stilleri, kıskançlık düzeyleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının romantik ilişki doyumu ile ilişki süresi üzerindeki etkilerini eşzamanlı olarak incelemek amacıyla yürütülmüştür. Araştırma nicel ve kesitsel ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. En az altı ay süreli romantik ilişki deneyimi bildiren katılımcılar arasından analize dahil edilme ölçütlerini karşılayan n=349 kişi üzerinden bulgular elde edilmiştir. Veriler Kişisel Bilgi Formu ile Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Romantik İlişkilerde Kıskançlık Ölçeği, Anne-Baba Tutumları Ölçeği ve İlişki Değerlendirme Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. İstatistiksel çözümlemelerde tanımlayıcı istatistikler, güvenirlik analizleri, normallik incelemeleri, Pearson korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon yöntemleri uygulanmıştır. Regresyon modellerinde değişkenler "Enter" yöntemi ile aynı anda modele alınmış; artık değerlerin bağımsızlığı ve çoklu doğrusal bağlantı göstergeleri (Tolerance, VIF) denetlenmiş ve değerlerin kabul edilebilir sınırlar içinde seyrettiği görülmüştür. İlişki süresi değişkeni sıralı kategorik yapısı nedeniyle ordinal çözümlerle tam ayrılma sorununa işaret ettiğinden, yaklaşık sürekli değişken olarak çoklu doğrusal regresyonla modellenmiştir.

Elde edilen bulgular, araştırma soruları ve hipotezlerle uyumlu biçimde, romantik ilişki göstergelerinde en belirgin açıklayıcı gücün bağlanma boyutlarında toplandığını göstermiştir. H1 kapsamında, güvenli bağlanmanın ilişki doyumu ile pozitif; kaygılı/kararsız bağlanmanın ise negatif yönde anlamlı ilişkiler verdiği belirlenmiştir. H2 çerçevesinde güvenli bağlanmanın ilişki süresi ile pozitif; kaygılı/kararsız bağlanmanın ise negatif yönlü ilişkiler sergilediği saptanmıştır. Kıskançlık düzeyleri ile doyum arasındaki doğrudan ilişkiler H3 kapsamında anlamlı bulunmamıştır. H4 kapsamında kıskançlığın "sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler" boyutu ile ilişki süresi arasında zayıf-orta düzeyde negatif bir ilişki elde edilmiş, diğer alt boyutlar için istatistiksel anlamlılık gözlenmemiştir. Ebeveyn tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri sınayan H5 desteklenmiş; demokratik tutumun güvenli bağlanma ile pozitif, koruyucu/destekçi ve otoriter tutumların ise güvensiz bağlanma boyutlarıyla pozitif ilişkiler verdiği görülmüştür. H6 kapsamında ebeveyn tutumları ile kıskançlık düzeyleri arasındaki ilişkiler kısmi olarak doğrulanmış; yalnızca koruyucu/destekçi tutumun kıskançlık alt boyutlarıyla pozitif ilişkiler gösterdiği

belirlenmiştir. H7'ye göre demokratik tutumun ilişki doyumu ile pozitif, koruyucu/destekçi ve otoriter tutumların ise doyumla negatif ilişkili olduğu saptanmıştır. H8'de ilişki süresi ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiler kısmi doğrulanmış; koruyucu/destekçi tutumun ilişki süresi ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Değişkenlerin ortak etkilerini sınayan çoklu doğrusal regresyon analizleri, iki ana sonuca işaret etmiştir. Birincisi, ilişki doyumuna ilişkin model anlamlı bulunmuş; güvenli bağlanma pozitif, kaygılı/kararsız bağlanma negatif yönlü anlamlı yordayıcılar olarak belirlenmiştir. Diğer bağımsız değişkenler bu modelde anlamlı katkı sergilememiştir. İkincisi, ilişki süresine ilişkin model de anlamlı bulunmuş; güvenli bağlanma pozitif, koruyucu/destekçi ebeveyn tutumu ise negatif yönlü anlamlı yordayıcılar olarak saptanmıştır. Modellerin açıklama gücü orta-düşük düzeyde gerçekleşmiştir. Buna göre çalışmanın H9 ve H10 hipotezleri desteklenmiştir. Bulgular bir bütün olarak değerlendirildiğinde, romantik ilişki göstergelerinin öncelikle bağlanma güvenliği/kaygısı ekseninde biçimlendiği; ebeveynlik iklimine ilişkin etkilerin ise çoğunlukla dolaylı yollarla veya ilişki süresine özgü seçici kanallar üzerinden ortaya çıktığı anlaşılmaktadır.

Araştırmanın literatüre katkısı üç şekilde belirginleşmiştir. İlk olarak, Türkiye'de yetişkin örneklemde bağlanma, kıskançlık ve ebeveyn tutumlarının aynı nicel model içinde birlikte sınandığı bütünleşik bir çerçeve sunulmuştur. Bu yaklaşım, söz konusu değişkenlerin tekil etkilerinin yanı sıra birlikte ele alındığında hangi bileşenlerin görece daha güçlü yordama yaptığına dair karşılaştırmalı bir bakış sağlamıştır. İkinci olarak, kıskançlık düzeylerinin doyumla doğrudan ilişkiler vermediği; buna karşılık ilişki süresinde, özellikle "sosyal çevre ve geçmiş ilişkiler" duyarlılığı üzerinden seçici bir negatif örüntünün ortaya çıktığı gösterilmiştir. Böylece kıskançlığın her durumda tek yönlü ve olumsuz bir belirleyici olmayabileceği; bağlama ve alt boyutlara duyarlı analizlerin gerekliliği pekiştirilmiştir. Üçüncü olarak, koruyucu/destekçi ebeveyn tutumunun ilişki süresini negatif yönde yordaması ortaya konmuş; bu bulgu, aşırı korumacı/denetleyici ebeveynlik örüntülerinin yetişkinlikte yakın ilişkilere taşınan özerklik-yakınlık dengesini zayıflatabileceğine işaret eden kanıtlara Türkçe bir veri seti üzerinden ek katkı sağlamıştır.

Çalışmanın özgünlüğü ve önemi, değişken kümelerini çok değişkenli modellerde eşzamanlı olarak sınaması ve açıklayıcı gücün nerede yoğunlaştığını nesnel istatistiksel göstergelerle ortaya koymasında toplanmaktadır. Bulgular, kuramsal düzeyde, bağlanma güvenliğinin romantik ilişki doyumu ve sürekliliğinin temel dayanaklarından biri olduğunu; kaygılı/kararsız örüntünün ise doyum açısından risk oluşturduğunu göstermiştir. Uygulama düzeyinde, çift danışmanlığı ve psikoeğitim programlarında bağlanma temelli müdahalelerin (yakınlık-özerklik dengesini destekleme, güvence arayışını düzenleme, yapıcı çatışma çözümü) önceliklendirilmesinin yararlı olabileceği anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra; kıskançlık yönetiminde bilişsel uğraş ve geçmiş ilişki temalı ruminasyonun azaltılmasına, ebeveynlik kökenli aşırı koruyuculuk şemalarının erişkin ilişkilerindeki etkilerine yönelik farkındalık ve beceri odaklı çalışmaların planlanmasına ihtiyaç bulunduğu değerlendirilmektedir.

Araştırmanın sınırlılıkları açısından bir değerlendirme gerçekleştirildiğinde kesitsel tasarım nedeniyle nedensel çıkarımlar sınırlandırılmıştır. Veriler öz-bildirim ölçekleriyle toplanmış olup ortak yöntem varyansı ve sosyal beğenirlik etkilerine duyarlıdır. Örneklemde kadın katılımcı oranı yüksek seyretmiş ve bu durum cinsiyetler arası genellenebilirliği sınırlamış olabilir. İlişki süresi değişkeni sıralı kategorilerden yaklaşık sürekli değişkene dönüştürülerek modellenmiş; bu istatistiksel kolaylaştırma, katsayıların muhafazakar yorumlanmasını gerektirmiştir. Ölçek güvenirliği alt boyutlar arasında değişkenlik göstermiş; özellikle güvenli bağlanma alt boyutunda iç tutarlılığın görece düşük gerçekleşmesi, bu boyutla ilişkili katsayıların aşağı yönlü sönümlenmesine yol açmış olabilmektedir. Dağılım göstergelerinde normallikten sapmalar gözlenmiş; bununla birlikte çok değişkenli varsayım denetimleri yapılmış ve çoklu doğrusal bağlantının kabul edilebilir düzeylerde seyrettiği görülmüştür. Bu sınırlılıkların her biri, sonuçların temkinli ve bağlama duyarlı biçimde yorumlanmasını gerektirmektedir.

Elde edilen bulgular doğrultusunda gelecekteki araştırmalar için somut öneriler geliştirilmiştir. Boylamsal tasarımlar aracılığıyla bağlanma, kıskançlık ve ebeveyn tutumlarının zaman içindeki etkileşimi ve yönlülüğü sınanmalıdır. Dyadik veri ile aktör-partner karşılıklı etkilerini modelleyen yaklaşımlar (örn. APIM) kullanılmalı; böylece her iki partnerin bağlanma örüntülerinin ortak etkisi daha ayrıntılı

değerlendirilebilmelidir. Yapısal eşitlik modellemesi ile ebeveyn tutumlarının ilişki çıktıları üzerindeki dolaylı etkileri (bağlanma ve duygu düzenleme üzerinden) gözlemlenmelidir. Kıskançlığın alt boyutlarına ve bağlama duyarlılığına odaklanan çalışmalar, özellikle "geçmiş ilişkiler/sosyal çevre" eksenindeki bilişsel uğraşın ilişki istikrarıyla ilişkisini daha yüksek çözünürlükte test etmelidir. Ölçeksel güvenirliğin artırılması amacıyla güvenli bağlanma göstergeleri için madde revizyonu ve alternatif ölçüm araçları değerlendirilmeli; örneklem çeşitliliği artırılarak cinsiyet, yaş ve eğitim grupları arasında karşılaştırmalı analizler yürütülmelidir. Uygulama alanı açısından çift terapilerinde bağlanma temelli formülasyonların standart müdahale paketlerine entegrasyonu, kıskançlık yönetimi için bilişsel-davranışçı ve duygu düzenleme protokollerinin uyarlanması ve ebeveynlik kökenli şema çalışmalarıyla yakın ilişki becerilerinin güçlendirilmesi önerilmektedir. Bunun yanı sıra; üniversite danışmanlık merkezleri ve aile yaşam merkezlerinde kısa süreli psiko-eğitim modüllerinin geliştirilmesi, risk gruplarında ilişki doyumunu koruma ve ilişki sürekliliğini destekleme açısından uygulanabilir bir yol haritası sunmaktadır.

Genel değerlendirme, romantik ilişkilerin niteliği ve sürekliliğinin, temelde bağlanma güvenliği ekseninde örgütlenen bireysel örüntüler ve aile kökenli deneyimlerin yetişkinliğe taşınan izdüşümleri tarafından belirlendiğini göstermiştir. Bu çalışma, söz konusu belirleyicileri aynı model içinde karşılaştırmalı olarak değerlendirerek alan yazına bütüncül bir katkı sağlamış; klinik ve önleyici müdahaleler için pratik çıkarımlar üretmiştir. Bulguların, romantik ilişki doyumunun artırılması ve ilişkilerin sürdürülebilirliğinin desteklenmesine yönelik bireysel, dyadik ve aile temelli uygulamaların tasarlanmasında yol gösterici bir çerçeve sunduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Akatlı, R., ve Tunçay, G. Y. (2022). Ebeveynlerin bağlanma biçimlerinin çocuk yetiştirme tutumları üzerindeki yordayıcı rolü. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 6*(1), 175–203.

Algoe, S. B., Gable, S. L., ve Maisel, N. C. (2010). It's the little things: Everyday gratitude as a booster shot for romantic relationships. *Personal Relationships, 17*(2), 217–233.

Andersen, P. A., Eloy, S. V., Guerrero, L. K., ve Spitzberg, B. H. (1995). Romantic jealousy and relational satisfaction: A look at the impact of jealousy experience and expression. *Communication Reports, 8*(2), 77–85.

Aron, A., ve Aron, E. N. (1986). *Love and the expansion of self: Understanding attraction and satisfaction*. Hemisphere.

Arpacıoğlu, S., Dönmez, B., Ayık, B., ve Karadere, M. E. (2022). Romantik ilişkilerde kıskançlığın benlik saygısı, empati becerisi, güven, ilişki kalitesi ve çeşitli faktörler üzerinden incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 11*(1), 116-124.

Arriaga, X. B., Kumashiro, M., Simpson, J. A., ve Overall, N. C. (2017). Revising Working Models Across Time: Relationship Situations That Enhance Attachment Security. *Personality and Social Psychology Review*.

Atak, H., ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4*(4), 520–546.

Aydınlı, K., ve Tutarel-Kışlak, Ş. (2009). Evlilik süresi, evlilik uyumu ve evlilik çatışması: Kesitsel bir araştırma. *Aile ve Toplum, 5*(19), 73–84.

Barelds, D. P. H., ve Dijkstra, P. (2007). Relation between different types of jealousy and self and partner perceptions of relationship quality. *Clinical Psychology ve Psychotherapy, 14*(3), 176–188.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships, 7*(2), 147–178.

Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(2), 226–244.

Baumeister, R. F., ve Bratslavsky, E. (1999). Passion, intimacy, and time: Passionate love as a function of change in intimacy. *Personality and Social Psychology Review, 3*(1), 49–67.

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs, 75*(1), 43–88.

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph, 4*(1, Pt. 2), 1–103.

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence, 11*(1), 56–95.

Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development, 55*(1), 83–96.

Boisvert, S., Poulin, F., ve Dion, J. (2023). Romantic relationships from adolescence to established adulthood: A 15-year longitudinal study. *Emerging Adulthood*, 11(4), 947–958.

Bowlby, J. (1951). *Maternal care and mental health*. World Health Organization.

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*. Basic Books.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent–child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Brennan, K. A., Clark, C. L., ve Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). Guilford Press.

Brennan, K. A., ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*(3), 267–283.

Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., ve Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological Science, 3*(4), 251–255.

Butzer, B., ve Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships, 15*(1), 141–154.

Buunk, B. P. (1991). Jealousy in close relationships: An exchange–theoretical perspective. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 148–177). Guilford Press.

Buunk, B. P., ve Bringle, R. G. (1987). Jealousy in love relationships. In D. Perlman ve S. Duck (Eds.), *Intimate relationships: Development, dynamics, and deterioration* (pp. 123–147). Sage.

Candel, O. S., ve Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences, 147*, 190–199.

Cassidy, J., ve Berlin, L. J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development, 65*(4), 971–991.

Cassidy, J., ve Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. In J. Belsky ve T. Nezworski (Eds.), *Clinical implications of attachment* (pp. 300–323). Erlbaum.

Cesur, S., ve Buran, A. (2025). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, kıskançlık ve mükemmeliyetçiliğin ilişkisi. *The Journal of Social Sciences, 75*, 433–449.

Collins, N. L., ve Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support-seeking and caregiving in adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(6), 1053-1073.

Collins, N. L., ve Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(3), 363–383.

Collins, N. L., ve Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(4), 644–663.

Conde, A., Figueiredo, B., ve Bifulco, A. (2011). Attachment style and psychological adjustment in couples. *Attachment ve Human Development, 13*(3), 271–291.

Curun, F. (2001). *The effects of sexizm and sex role orientation on romantic relationship satisfaction* [Yüksek lisans tezi]. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Çağ, P., ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(39), 13–23.

Çapkın, M. (2012). *Romantik kıskançlığın, bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çaplı, O. (1970). *Çocukların gençlerin eğitimi*. San Matbaası.

Çurun, F., ve Çapkın, M. (2014). Romantik kıskançlığın bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması. *Psikoloji Çalışmaları, 34*(1), 1-22.

Dalgar, G., Civil, F., Savaş, E., ve Şahin, A. (2022). Erken çocuklukta bağlanma: John Bowlby ve Mary Ainsworth açısından incelenmesi. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi, 5*(1), 85–92.

Davis, D., Shaver, P. R., ve Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(7), 871–884.

Dedeler, M., Akun, E., ve Durak Batıgün, A. (2017). Turkish adaptation of Adult Parental Acceptance–Rejection Questionnaire Short Form. *Dusunen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 30*(3), 181–193.

Demir, E. K. (2007). *Ebeveyn Tutum Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Demircioğlu, B. B., ve Arıcıoğlu, A. (2024). Evlilik Uyumunun Yordayıcıları Olarak İletişim Becerileri ve Koşulsuz Kendini Kabul. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi,* 15(3), 3387-3410.

Demirli, C., ve Kendir, M. (2016). Evlilik doyumu üzerinde anne baba tutumunun etkisinin incelenmesi. *Education Sciences (NWSA), 11*(3), 96–113.

Demirtaş, H. A. (2004). *Yakın ilişkilerde kıskançlık: Bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demirtaş, H. A., ve Dönmez, A. (2006). Üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlık: Cinsiyet, özsaygı ve ebeveyn tutumları. *Türk Psikoloji Dergisi, 21*(58), 57–73.

Dijkstra, P., ve Buunk, B. P. (2006). Jealousy. In A. L. Vangelisti ve D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 311–328). Cambridge University Press.

Dinçsoy, B. (2021). *Sosyal medya bağımlılığının, romantik ilişkilerdeki güven duygusu ve ilişki doyumu açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Dion, K. K., ve Dion, K. L. (1993). Individualistic and collectivistic perspectives on gender and the cultural context of love and intimacy. *Journal of Social Issues, 49*(3), 53–69.

Downey, G., ve Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(6), 1327–1343.

Dozier, M., ve Kobak, R. R. (1992). Psychophysiology in attachment interviews: Converging evidence for deactivating strategies. *Child Development, 63*(6), 1473–1480.

Erdoğan, G. (2025). Ebeveynlerin ebeveynlik tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 16*(2), 3179–3204.

Erzen, E. (2016). Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(3), 1-21.

Eşici, H., ve Özbay, Y. (2020). Beliren yetişkinlikte romantik ilişki kalitesi ile bağlanma ilişkisinde psikolojik ihtiyaçlar ve zedelenmiş otonominin aracı etkisi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum, 9*(26), 267–288.

Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships, 2*(2), 143–159.

Feeney, J. A., Noller, P., ve Callan, V. J. (1994). Attachment style, communication, and satisfaction in the early years of marriage. In K. Bartholomew ve D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: Vol. 5. Attachment processes in adulthood* (pp. 269–308). Jessica Kingsley.

Feeney, J. A., ve Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(2), 281–291.

Fernandez, A. M., Barbato, M. T., Cordero, B., ve Acevedo, Y. (2023). What's love got to do with jealousy? *Frontiers in Psychology, 14*, 1249556.

Finkel, E. J., Slotter, E. B., Luchies, L. B., Walton, G. M., ve Gross, J. J. (2013). A brief intervention to promote conflict reappraisal preserves marital quality over time. *Psychological Science, 24*(8), 1595–1601.

Fletcher, G. J., Simpson, J. A., ve Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*(3), 340–354.

Fraley, R. C., ve Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study of adult attachment dynamics in separating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(5), 1198–1212.

Freud, S. (1923). Certain neurotic mechanisms in jealousy, paranoia and homosexuality. *International Journal of Psycho-Analysis, 4*, 12-23.

Girgin, B., ve Şık, B. A. (2018). Çatalca'da yaşayan evli bireylerin bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişki. *Aydın Sağlık Dergisi, 4*(2), 41–54.

Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and the Family, 52*(4), 818–831.

Gonzalez-Ortega, E., Orgaz, B., Vicario-Molina, I., ve Fuertes, A. (2021). Adult attachment, conflict resolution style and relationship quality among Spanish young-adult couples. *The Spanish Journal of Psychology, 24*, e5.

Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates.

Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., ve Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family, 60*, 5–22.

Gross, J. J., ve Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). Guilford Press.

Guerrero, L. K. (1998). Attachment-style differences in the experience and expression of romantic jealousy. *Personal Relationships, 5*(3), 273–291.

Guerrero, L. K., ve Eloy, S. V. (1992). Relational satisfaction and jealousy across marital types. *Communication Reports, 5*(1), 23–31.

Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi.

Harma, M., ve Sümer, N. (2016). Are avoidant wives and anxious husbands unhappy in a collectivist context? Dyadic associations in established marriages. *Journal of Social and Personal Relationships, 33*(8), 1058–1082.

Hawkins, D. N., ve Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces, 84*(1), 451–471.

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

Heller, D., Watson, D., ve Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin, 130*(4), 574–600.

Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family, 50*(1), 93–98.

Hendrick, S. S., ve Hendrick, C. (2006). Measuring respect in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 23*(6), 881–899.

Hinchliff, S., ve Gott, M. (2004). Intimacy, commitment, and adaptation: Sexual relationships within long-term marriages. *Journal of Social and Personal Relationships, 21*(5), 595–609.

Hoenicka, M. A. K., López-de-la-Nieta, Ó., Martínez Rubio, J. L., Shinohara, K., Neoh, M. J. Y., Dimitriou, D., Esposito, G., ve Iandolo, G. (2022). Parental bonding in retrospect and adult attachment style: A comparative study between Spanish, Italian and Japanese cultures. *Plos One, 17*(12), e0278185.

İmamoğlu, E. O. (2003). Individuation and relatedness: Not opposing but distinct and complementary. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 129*(4), 367–402.

İpek, M., ve Turhan, E. (2023). Romantik ilişkilerde kıskançlık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları, 26*(51), 25–41.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). *Family, self, and human development across cultures: Theory and applications* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Kalkan, M. (2008). The relationship of psychological birth order to irrational relationship beliefs and marital satisfaction. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 36*(4), 455–466.

Karakoçoğlu, N., ve Hasdağ, D. (2024). Romantic jealousy: A comprehensive review. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar – Current Approaches in Psychiatry, 17(1), 179–196.

Karakurt, G. (2001). *Yetişkin bağlanma stillerinin romantik kıskançlık üzerindeki etkileri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

Karaman, S. (2019). *Üst kuşak ebeveynlik tutumlarının kişilerin ebeveynlik tutumlarını yordayıcı etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karney, B. R., ve Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin, 118*(1), 3–34.

Kasapoğlu, F., Kutlu, M., ve Durmuş, E. (2017). Evli bireylerde kişilerarası ilişki tarzı ile evlilik doyumu arasındaki ilişki: Evlilikte özyeterlik algısının aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi, 5*(11), 469–487.

Kayrak, M. E., Çaplı, M., Aksakallı, G., ve Karaaziz, M. (2023). Kıskançlık duygusu ile ilgili bir derleme. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 25*(3), 1079–1090.

Kazmaz, A. N., ve Epli, H. (2022). Yetişkinlerde algılanan ebeveyn kabul reddi ile romantik ilişkide kendini açma düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 13*(3), 1046–1056.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar / Current Approaches in Psychiatry, 3*(2), 321–342.

Kirkpatrick, L. A., ve Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*(3), 502–512.

Kuzgun, Y., ve Eldeleklioğlu, J. (1999). Anne baba tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12*(1), 69–77.

Kuzgun, Y., ve Eldeleklioğlu, J. (2005). Anne baba tutumları ölçeği. In Y. Kuzgun ve F. Bacanlı (Eds.), *Rehberlik ve psikolojik danışmada kullanılan ölçme araçları ve programlar* (ss. 41–55). Nobel Yayın Dağıtım.

Lamborn, S. D., Mounts, N. S., Steinberg, L., ve Dornbusch, S. M. (1991). Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. *Child Development, 62*(5), 1049–1065.

Le, B., ve Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta–analysis of the Investment Model. *Personal Relationships, 10*(1), 37–57.

Levenson, R. W., Carstensen, L. L., ve Gottman, J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging, 8*(2), 301–313.

Levy, K. N., Meehan, K. B., Kelly, K. M., Reynoso, J. S., Weber, M., Clarkin, J. F., ve Kernberg, O. F. (2006). Change in attachment patterns and reflective function in a randomized control trial of transference-focused psychotherapy for borderline personality disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(6), 1027–1040.

Li, M., Wang, K., Zhang, Y., ve Qin, H. (2021). The predictive effect of parental adult attachment on parent–adolescent attachment: The mediating role of harsh parenting. *Frontiers in Psychology, 12*, 710167.

Li, T., ve Chan, D. K.-S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology, 42*(4), 406–419.

Liotti, G. (2004). Trauma, dissociation, and disorganized attachment: Three strands of a single braid. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 41*(4), 472–486.

Lyons-Ruth, K., ve Jacobvitz, D. (2016). *Attachment disorganization from infancy to adulthood: Neurobiological correlates, parenting contexts, and pathways to disorder.* In J. Cassidy ve P. R. Shaver (Eds.), Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications (3rd ed., pp. 667–695). Guilford Press.

Maccoby, E. E., ve Martin, J. A. (1983). *Socialization in the context of the family: Parent–child interaction.* In P. H. Mussen ve E. M. Hetherington (Eds.), Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development (pp. 1–101). Wiley.

Madran, H. (2008). Duygusal ve cinsel kıskançlık açısından temel cinsiyet farklılıkları: Evrimsel yaklaşım ve süregelen tartışmalar. *Türk Psikiyatri Dergisi, 19*(3), 300–309.

Main, M., ve Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened/frightening parental

behavior the linking mechanism? In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, ve E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 161–182). University of Chicago Press.

Main, M., ve Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, ve E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press.

Malatyalı, M. K., ve Sunal, A. B. (2020). Evli çiftlerde bağlanma boyutları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide evlilik gücünün aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi, 35*(85), 65–78.

Marazziti, D., Consoli, G., Albanese, F., Laquidara, E., Baroni, S., ve Dell'Osso, M. C. (2010). Romantic attachment and subtypes/dimensions of jealousy. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health, 6*, 53–58.

Mikulincer, M., ve Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 35, pp. 53–152). Academic Press.

Mikulincer, M., ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.

Millings, A., Walsh, J., Hepper, E. G., ve O'Brien, M. (2013). Good partner, good parent: Caregiving mediates the link between romantic attachment and parenting style. *Personality and Social Psychology Bulletin, 39*(2), 170–180.

Mitnick, D. M., Heyman, R. E., ve Slep, A. M. S. (2009). Changes in relationship satisfaction across the transition to parenthood: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology, 23*(6), 848–852.

Moss, B. S., ve Schwebel, A. I. (1993). Marriage and romantic relationships: Defining the concept. *Family Relations, 42*(1), 7–13.

Muezzin, E. E., ve Özer, M. (2024). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri ile algılanan ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 26*(4), 1871–1880.

Mullen, P. E. (1991). Jealousy: The pathology of passion. *The British Journal of Psychiatry, 158*(5), 593–601.

Pfeiffer, S. M., ve Wong, P. T. P. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships, 6*(2), 181–196.

Pines, A. M. (1992). *Romantic jealousy: Causes, symptoms, cures*. Routledge.

Pines, A. M., ve Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. The Journal of Social Psychology, 138(1), 54–71

Reis, H. T., ve Aron, A. (2008). Love: What is it, why does it matter, and how does it operate? *Perspectives on Psychological Science, 3*(1), 80–86.

Rohner, R. P. (2004). The parental "acceptance-rejection syndrome": Universal correlates of perceived rejection. *American Psychologist, 59*(8), 830–840.

Rohner, R. P., ve Lansford, J. E. (2017). Introduction to interpersonal acceptance-rejection theory (IPARTheory) and evidence. *Journal of Family Theory ve Review, 9*(4), 426–440.

Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology, 16*(2), 172–186.

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*(1), 101–117.

Rusbult, C. E., Martz, J. M., ve Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships, 5*(4), 357–391.

Sağlak, A. S., ve Özdemir, Y. (2018). Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin (ARİKÖ) Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 46*, 22–40.

Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları, 8*(16), 1–11.

Sharpsteen, D. J., ve Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(3), 627–640.

Simpson, J. A., ve Rholes, W. S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology, 13*, 19–24.

Soğancı, D. (2017). *Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

Solmuş, T. (2008). *Romantik ilişkiler psikolojisi: Aşk ve ilişkiler*. Beta.

Sprecher, S. (1999). "I love you more today than yesterday": Romantic partners' perceptions of changes in love and related affect over time. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(1), 46–53.

Stafford, L., ve Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender, and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships, 8*(2), 217–242.

Stein, H., Koontz, A. D., Fonagy, P., Allen, J. G., Fultz, J., Brethour, J. R., Allen, D., ve Evans, R. B. (2002). Adult attachment: What are the underlying dimensions? *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 75*(1), 77–91.

Stein, H., Koontz, A. D., Fonagy, P., Allen, J. G., Fultz, J., Brethour, J. R., Allen, D., ve Evans, R. B. (2002). Adult attachment: What are the underlying dimensions? *Psychopathology, 35*(6), 321–326.

Steinberg, L., Lamborn, S. D., Dornbusch, S. M., ve Darling, N. (1992). Impact of parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed. *Child Development, 63*(5), 1266–1281.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93*(2), 119–135.

Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi, 14*(44), 35–58.

Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.

Sümer, S., ve Arıcak, O. T. (2018). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları Dergisi, 3*(6), 6-13.

Şar, V., ve Öztürk, E. (2010). Functional dissociation of the self: A sociocognitive approach to trauma and dissociation. *Journal of Trauma ve Dissociation, 11*(1), 69–92.

Tetik, H. (2020). Anne baba tutumları ve ailede çocuğun dini gelişimi. *Universal Journal of Theology, 5*(2), 163–180.

Tezer, E. (1996). Evlilik yaşamı ölçeğinin geliştirilmesi. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2*(7), 1–7.

Thibaut, J. W., ve Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. Wiley.

Uzunel, A. (2016). *Lise öğrencilerinin anne-baba tutumları ile mükemmeliyetçi öz-sunum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Kocaeli ili örneği)* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.

VanLaningham, J., Johnson, D. R., ve Amato, P. (2001). Marital happiness, marital duration, and the U-shaped curve: Evidence from a five-wave panel study. *Social Forces, 79*(4), 1313–1341.

Ventura-León, J., Lino-Cruz, C., Caycho-Rodríguez, T., ve Córdova-Robles, C. (2023). Maintenance in relationships, satisfaction, jealousy, and violence in young couples: A network analysis. *BMC Psychology, 11*, 385.

Wang, H. (2023). The influence of parenting styles on attachment styles and parental influence on children's cognitive development. *SHS Web of Conferences, 180*, 02026.

Wegner, R., Roy, A. R. K., Wellcome, K., ve Ferguson, K. (2018). Attachment, relationship communication style and the use of jealousy induction techniques in romantic relationships. *Personality and Individual Differences, 129*, 6–11.

Whisman, M. A. (2007). Marital distress and DSM–IV psychiatric disorders in a population-based national survey. *Journal of Abnormal Psychology, 116*(3), 638–643.

White, G. L. (1981). Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival. *Social Psychology Quarterly, 44*(1), 24–30.

Williams, K. (2003). Has the future of marriage arrived? A contemporary examination of gender, marriage, and psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior, 44*(4), 470–487.

Yavuzer, H. (2016). *Anne-baba ve çocuk*. Remzi Kitabevi.

Yıldız, S., ve Bayram, Z. (2018). Üst kuşak ebeveynlik tutumlarının bir sonraki kuşağın ebeveynlik tutumlarına etkisi. *Türk Psikoloji Yazıları, 21*(41), 1–17.

Yücel, Y. (2013). *Ortaokul öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumlarının, benlik saygısı ve öğrenilmiş çaresizlik ile ilişkisi* [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

EKLER

EK-1 DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1.Cinsiyetiniz

2. Yaşınız

3. Eğitim düzeyiniz

4. Çalışma durumunuz

5. Gelir düzeyinizi nasıl tanımlarsınız?

6. Romantik ilişkinizin türü nedir?

7. Romantik ilişkinizin süresi ne kadardır?

EK-2 İLİŞKİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

1. Sevgiliniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?

2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?

3. Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?

4. Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?

5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?

6. Sevgilinizi ne kadar seviyorsunuz?

7. İlişkinizde ne kadar problem var?

EK-3 ROMANTİK İLİŞKİDE KISKANÇLIK ÖLÇEĞİ

1. Partnerimin bir başkasıyla fiziksel olarak yakınlaşmasını kıskanırım.

2. Partnerimin yanımdayken gizli gizli mesajlaşmasından rahatsız olurum.

3. Partnerimle beraber eski sevgilisinin olduğu bir ortamda bulunmaktan rahatsız olurum.

4. Partnerimin bir başkasına duyduğu beğeniyi ifade etmesinden rahatsız olurum.

5. Partnerimin arkadaşlarıyla dışarı çıktığını ve ne yaptığını öğrenmek için görüntülü ararım.

6. Partnerimin eski ilişkisinden bahsetmesi beni rahatsız eder.

7. Partnerimin bir ortamda hemcinsiyle iltifat etmesinden rahatsız olurum.

8. Partnerimin beğendiği kişilere benzemek için çaba sarf ederim.

9. İlişkimizde kendime güvenemediğim konularda, partnerimin başkasıyla iletişim kurmasından rahatsız olurum.

10. Partnerimin bana seslenirken farkında olmadan başka bir isim kullanmasından rahatsız olurum.

11. Partnerime duyduğum kıskançlık, bağlılığımızı güçlendirir.

12. Partnerime duyduğum kıskançlık, ilişkimizi monotonlaşmaktan önler.

13. Partnerimin kalabalık bir ortamda başkasıyla ilgilenmesi beni rahatsız eder.

14. Partnerimi kıskanmam ona değer verdiğimin göstergesidir.

15. Partnerimi kıskandığım zaman sosyal medya hesaplarını kontrol ederim.

16. Partnerimi kıskanmam günlük hayatımı olumsuz etkiler.

EK-4 ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

1. Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.

2. Biriyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.

3. Karar alırken kimseyi önemsemem.

4. Sorunu olan birisini gördüğümde kendimi onun yerine koyabiliyorum.

5. Başkalarının benim kadar değerli olduklarını düşünmüyorum.

6. İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar az üzülürüm.

7. Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) iyi anlaşıyorum.

8. İnsanlardan uzak duruyorum çünkü bana acı çektirebilirler.

9. Bir sorun varsa bunun kaynağı genelde karşımdakinden sorunlu olmasıdır.

10. Kendimi mutlu bir insan olarak tanımlıyorum.

11. Duygusal ilişki yaşadığım kişinin beni gerçekten sevmediğini düşünerek kaygılanıyorum.

12. Yalnızca kendime değer veririm.

13. Başkalarının üzüntülerini anlayabiliyorum.

14. Duygusal ilişkilerden uzak duruyorum çünkü terk edilmek istemiyorum.

15. İnsanların görüşleri benim için önemsizdir.

16. Ebeveynlerime (anne, baba veya benim bakımımı üstlenen bir başkası) genelde kırıcı sözler söylemem.

17. İnsanlardan ne kadar uzak durursam o kadar mutlu olurum.

18. Başkaları çok da umurumda değildir.

EK-5 ANNE BABA TUTUM ÖLÇEĞİ

1. Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.

2. Çok yönlü gelişme için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir.

3. Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.

4. Her zaman başıma kötü bir şey gelecekmiş gibi beni koruyup kollamaya çalışır.

5. Aramızdaki ilişki ona içimi açmaya cesaret edemeyeceğim kadar resmidir.

6. Arkadaşlarımı eve çağırmama izin verir, geldiklerinde onlara iyi davranırdı.

7. Elimden geldiği kadar, her konuda benim fikrimi almaya özen gösterir.

8. Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.

9. Bana hükmetmeye çalışır.

10. Bugün bile alışverişe çıkacağım zaman kandırılacağımı düşünerek benimle gelmek ister.

11. Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.

12. Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zaman soğuk ve itici davranırdı.

13. Sorunlarımı onunla rahatlıkla konuşabilirim.

14. Neden bazı şeyleri yapma ya da yapmamam gerektiğini bana açıklar.

15. Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.

16. Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.

17. Sevmediğim yemekleri bana yarayacağı düşüncesi ile zorla yedirirdi.

18. Sınavlarda hep üstün başarı göstermemi istemiştir.

19. Kendimi yönetebileceğim yaşlarda bile gittiği her yere benide götürür, benim evde yalnız kalmamdan kaygılanırdı.

20. Evde bir konu tartışılırken görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.

21. Küçük yaşımdan itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.

22. Küçüklüğümde bana yeterince vakit ayırır; parka, sinemaya götürmeyi ihmal etmezdi.

23. Benim gibi bir evladı olduğu için kendini bahtsız hissettiğini sanıyorum.

24. Okulda başarılı olmam konusunda beni zorlar, düşük not aldığımda beni cezalandırırdı.

25. Beni kendi emellerine ulaştırmak için bir araç olarak kullanırdı.

26. Beni daima yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlar.

27. Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir biçimde denetler.

28. Her zaman her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır.

29. Ona yakınlaşmak istediğimde bana sıcak bir şekilde karşılık verir.

30. Bana önemli ve değerli bir kişi olduğum inancını aşılamıştır.

31. Cinsellik konusunda karşılaştığım sorunları kendisine anlatmak istediğimde hep ilgisiz kalmıştır.

32. Benim iyiliğimi istediğini, benim için neyin iyi olduğunu ancak kendisinin bileceğini söyler.

33. Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.

34. İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok daha iyisini yapmazdı.

35. Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi gösteremem.

36. Aile ile ilgili kararlar alınırken benimde fikrimi öğrenmek ister.

37. Beni olduğum gibi kabul etmiştir.

38. Başkalarına benden daha çok önem verir ve onlara daha nazik davranır.

39. Günlük olaylar hakkında anlattıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.

40. Benimle genellikle sert bir tonda ve emrederek konuşur.

EK-6 ETİK KURUL FORMU

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2025 – 13	01.07.2025	14.00	Rektör Yardımcısı Odası

KARAR NO: 2025-13-36: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 241424004 numaralı Aleyna BAKIR' ın, Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Osman Kurtkan KAPICİOĞLU' nun danışmanlığında yürütülen "Kıskançlık Düzeyi, Bağlanma Tarzı ve Ebeveyn Tutumlarının Romantik İlişkilerin Süresi ve İlişki Doyumu Üzerindeki Etkisi" konulu çalışması görüşüldü yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 23.05.2025 tarih ve 2025-10 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

Cihangir Mah. Şehit Jandarma Komando Er Hakan Öner Sokak No:1 34310 Avcılar / İSTANBUL
Tel: (+90212) 422 70 00 Faks: (+90212) 422 74 01
www.gelisim.edu.tr https://(birim).gelisim.edu.tr (birim)@gelisim.edu.tr

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : Bakır, Aleyna

Uyruğu : Türkiye

Eğitim

Derece	**Eğitim Birimi**	**Mezuniyet Tarihi**
Yüksek lisans	İstanbul Gelişim Üniversitesi	2025
Lisans	Ankara Medipol Üniversitesi	2023
Lise	Selçuklu Temel Lisesi	2016

İş Deneyimi

Yıl	**Yer**	**Görev**
2024	Final Kurs	Psikolog

Yabancı Dil- İngilizce

Yayınlar- Karataş, D., Bakır, A., Doğru, E., Akkuş, M.A.,ve Fidan, G. (2022). Ortaokul Yedinci Sınıf Öğrencilerine "Hücre Ve Bölünmeler" Ünitesi Kapsamında Oyunların Tasarlanması. Journal Of World Of Turks/Zeitschrift Für Die Welt Der Türken, 14(2).

Hobiler- Yoga yapmak, spor yapmak, kitap okumak, müzik dinlemek, dizi izlemek, psikoloji alanındaki güncel çalışmaları takip etmek, psikolojik içerikler üretmek