



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ALGILANAN STRES, GENEL AİDİYET DUYGUSU VE  
DUYGUSAL İLİŞKİDE ALDATMA EĞİLİMİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

ŞULE DEMİR KÖKÇEN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA  
2021

**ALGILANAN STRES, GENEL AİDİYET DUYGUSU VE  
DUYGUSAL İLİŞKİDE ALDATMA EĞİLİMİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

ŞULE DEMİR KÖKÇEN

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI  
YRD. DOÇ. DR. MERYEM KARAAZİZ

LEFKOŞA  
2021

## KABUL VE ONAY

ŞULE DEMİR KÖKÇEN tarafından hazırlanan “Algılanan Stres, Genel Aidiyet Duygusu Ve Duygusal İlişkide Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişki” başlıklı bu çalışma, 02/02/2021 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

## JÜRİ ÜYELERİ

.....  
**Yrd. Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ** (Danışman)  
Yakın Doğu Üniversitesi  
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

.....  
**Yrd. Doç. Dr. Pervin YİĞİT**  
Yakın Doğu Üniversitesi  
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

.....  
**Yrd. Doç. Dr. Damla ALKAR**  
Yakın Doğu Üniversitesi  
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

.....  
**Prof. Dr. K. Hüsnü Can BAŞER**  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

- Tezimin tamamı heryerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

02/02/2021

ŞULE DEMİR KÖKÇEN

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimin başından beri uykusuz gecelerimin ortağı sevgili eşim Orçun KÖKÇEN' e gösterdiği özveri, anlayış ve verdiği destek için ne kadar teşekkür etsem azdır. Yüksek lisans sürecimde hayatımıza giren güzel gülüşüyle mutluluk veren bal kızıma ve tezimin bitmesini sabırsızlıkla bekleyen canım oğluma,

Tez sürecimdeki değerli görüşleri, motive edişi, önerileri, anlayışı, hızı, enerjisi ve ilgili tavrıyla destek olduğu için sevgili hocam Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ'e,

Hayatım boyunca olduğu gibi yüksek lisansım boyunca da sevgilerini ve desteklerini hep hissettiğim sevgili annem ve babama...

Aklımın karıştığı zamanlarda, kapısını her çaldığımda, sabırla destek olan Psikiyatrist Dr. Nurdan GİRGİN'e,

Yüksek lisans öğrenim hayatımda, tez sürecimde tabi ki her daim yanımda olan, yardımlarını, arkadaşlığını ve desteğini her zaman hissettiğim meslektaşım ve arkadaşım Klinik Psikolog Kamila ÇALIŞGAN'a,

Tez yazım sürecimde her zaman destek olan, kimi zaman tezi benden çok dert edinen sevgili meslektaşım Tuğba OKTAR'a,

Veri toplama aşamasında katılımcılara ulaşmamda emeği geçen tüm arkadaşlarıma,

Kişisel ve mesleki gelişimime katkı sağlayan tüm saygıdeğer hocalarıma,

Teşekkürlerimi sunarım

Şule DEMİR KÖKÇEN

## ÖZ

### ALGILANAN STRES, GENEL AİDİYET DUYGUSU VE DUYGUSAL İLİŞKİDE ALDATMA EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Duygusal ilişkilerde aldatma klinik ortamda sık karşılaşılan ve insanları derinden etkileyen önemli durumlardan biridir. Bu çalışmada yetişkinlerde algılanan stres, genel aidiyet duygusu ve duygusal ilişkide aldatma eğilimi arasındaki ilişkiyi inceleyerek, algılanan stres, genel aidiyet duygusu ve aldatma alanlarına yönelik alanyazına katkı sağlamak amaçlanmıştır. Araştırmaya, seçkisiz olarak Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan online ortamda anketleri tamamlayan 18 yaş üstü yetişkin bireylerden 291 kişi katılımcı olarak dahil edilmiştir. Veriler; Demografik Bilgi Formu; Aldatma Eğilimi Ölçeği; Algılanan Stres Ölçeği; Genel Aidiyet Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında cinsiyete göre aldatma eğilimi ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı fark olup, kadınların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanların daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yaş grubunun reddedilme ölçeği ve algılanan stres ölçeğinden alınan puanları yordadığı, 18-25 yaş grubundaki katılımcıların skorlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Demografik değişkenler Aldatma Eğilimi Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği ile bunun alt ölçeklerinden alınan puanları yordamaktadır. Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği ile alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları, algılanan stresin, genel aidiyet ve alt parametreleri olan kabul edilme ve reddedilme arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Aldatma eğilimi, algılanan stres ve genel aidiyet duygusu alanlarındaki araştırmalar katılımcı sayısı artırılarak genişletilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Aldatma Eğilimi, Algılanan Stres, Genel Aidiyet.

## ABSTRACT

### EXPLORING THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED STRESS, GENERAL BELONGINGNESS AND INFIDELITY TENDENCY

Infidelity in emotional relationships is one of the most common clinical settings and deeply affecting people. The aim of this study is to contribute to the literature on perceived stress, general belongingness, and infidelity by examining the relationship between perceived stress, general belongingness, and tendency to infidelity in emotional relationships. A total 291 individuals the age of 18 and over, that lives in various cities of Turkey has been participated in the study online. Data was collected by using Demographic Information Form, General Belongingness Scale and Infidelity Scale. Considering the findings of the study, there is a significant difference between the scores obtained from the Infidelity Tendency Scale according to gender, and it was found that the scores of women obtained from the Infidelity Tendency Scale were higher. It was determined that the age group predicted the scores obtained from the Rejection Scale and the Perceived Stress Scale, and the scores of the participants in the 18-25 age group were higher. Demographic variables predict the scores obtained from the Infidelity Tendency Scale, the Perceived Stress Scale, the General Belongingness Scale, and its subscales. A significant relationship was found between the Infidelity Tendency Scale and the General Belongingness Scale and the scores obtained from its subscales. There is a significant relationship between the Perceived Stress Scale and the General Belongingness Scale and the scores obtained from its subscales. Research in the areas of infidelity tendency, perceived stress, and general belongingness can be expanded by increasing the number of participants.

**Keywords:** Infidelity Tendency, Perceived Stress, General Belongingness.

## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY .....	iii
BİLDİRİM .....	iii
TEŞEKKÜR .....	iii
ÖZ .....	iv
ABSTRACT .....	v
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLolar DİZİNİ .....	ix
KISALTMALAR .....	xi
1. BÖLÜM .....	1
GİRİŞ .....	1
1.1. Problem Durumu .....	4
1.2. Araştırmanın Amacı .....	7
1.3. Araştırmanın Önemi .....	8
1.4. Sınırlılıklar .....	9
1.5. Tanımlar .....	9
2. BÖLÜM .....	11
KAVRAMSAL VE KURAMSAL BİLGİLER .....	11
2.1. Stres .....	11
2.1.1. Stres Kavramı .....	11
2.1.2. Stresin Nedenleri .....	14
2.1.3. Stresin Belirtileri .....	16
2.1.4. Algılanan Stres .....	17
2.1.5. Algılanan Stresi Etkileyen Faktörler .....	19
2.1.6. Yapılan Araştırmalar .....	20
2.2. Aidiyet .....	22
2.2.1. Aidiyet Kavramının Tanımı .....	22
2.2.2. Aidiyet Duygusunun Önemi .....	23
2.2.3. Genel Aidiyet Duygusu .....	24
2.2.4. Genel Aidiyet Duygusunu Etkileyen Faktörler .....	24



2.2.5. Yapılan Araştırmalar .....	25
2.3. Aldatma.....	26
2.3.1. Aldatma Kavramı.....	26
2.3.2. Romantik İlişkilerde Aldatma .....	28
2.3.3. Aldatmanın Nedenleri .....	28
2.3.4. Aldatma Eğilimi .....	30
2.3.5. Aldatmanın Sınıflandırılması.....	30
2.3.6. Aldatmanın Sonuçları .....	31
2.3.7. Yapılan Araştırmalar .....	33
2.4. İlgili Araştırmalar.....	35
3. BÖLÜM.....	38
YÖNTEM .....	38
3.1. Araştırmanın Modeli .....	38
3.2. Araştırmanın Örnekleme .....	38
3.3. Veri Toplama Araçları .....	41
3.3.1. Demografik Bilgi Formu .....	41
3.3.2. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ) .....	41
3.3.3. Genel Aidiyet Ölçeği (GAÖ).....	42
3.3.4. Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ).....	43
3.4. Veri Toplama Yöntemi .....	43
3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	44
3.6. Etik Konular.....	45
4. BÖLÜM.....	46
BULGULAR.....	46
5. BÖLÜM.....	62
TARTIşMA .....	62
6. BÖLÜM.....	74
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	74
6.1. Sonuç.....	74

<b>6.2. Öneriler .....</b>	<b>77</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>82</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>92</b>
<b>EK 2. Bilgilendirilmiş Onam Formu .....</b>	<b>94</b>
<b>EK 3. Demografik Bilgi Formu .....</b>	<b>95</b>
<b>EK 4. Algılanan Stres Ölçeği .....</b>	<b>97</b>
<b>EK 5. Aldatma Eğilimi Ölçeği .....</b>	<b>98</b>
<b>EK 6. Genel Aidiyet Ölçeği .....</b>	<b>99</b>
<b>EK 7. Algılanan Stres Ölçeği Kullanım İzni .....</b>	<b>100</b>
<b>EK 8. Genel Aidiyet Ölçeği Kullanım İzni .....</b>	<b>101</b>
<b>EK 9. Aldatma Eğilimi Ölçeği Kullanım İzni .....</b>	<b>102</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>103</b>
<b>İNTİHAL RAPORU .....</b>	<b>106</b>
<b>ETİK KURULU ONAY YAZISI.....</b>	<b>107</b>

## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo 1.</b> <i>Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımları</i> .....	39
<b>Tablo 2.</b> <i>Katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinden elde edilen puanların ortalama ve standart sapma değerleri</i> .....	46
<b>Tablo 3.</b> <i>Katılımcıların cinsiyetlerine göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	47
<b>Tablo 4.</b> <i>Katılımcıların yaşlarına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	48
<b>Tablo 5.</b> <i>Katılımcıların medeni durumlarına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	49
<b>Tablo 6.</b> <i>Katılımcıların eğitim düzeylerine göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	51
<b>Tablo 7.</b> <i>Katılımcıların herhangi bir işte çalışıp çalışmadığına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	52
<b>Tablo 8.</b> <i>Katılımcıların gelir düzeylerine göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	53
<b>Tablo 9.</b> <i>Katılımcıların çocuk sahibi olup olmamasına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	55
<b>Tablo 10.</b> <i>Katılımcıların çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olup olmadığına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	56
<b>Tablo 11.</b> <i>Katılımcıların psikolojik bir rahatsızlığı olup olmamasına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması</i> .....	57
<b>Tablo 12.</b> <i>Katılımcıların Genel Aidiyet Ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar</i> .....	58
<b>Tablo 13.</b> <i>Katılımcıların Genel Aidiyet Ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar</i> .....	59

<b>Tablo 14.</b> <i>Katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar .....</i>	<b>60</b>
<b>Tablo 15.</b> <i>Duygusal İlişkide Aldatma Eğilimi Olan Katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinin Puanlarının Genel Aidiyet Duygusu ve Algılanan Stres Ölçeklerinin Puanlarını Yordaması.....</i>	<b>55</b>

## KISALTMALAR

<b>AEÖ</b>	: Aldatma Eğilimi Ölçeği
<b>APA</b>	: American Psychiatric Association
<b>ASÖ</b>	: Algılanan Stres Ölçeği
<b>CİSED</b>	: Cinsel Sağlık Enstitüsü Derneği
<b>Covid-19</b>	: Koronavirüs Hastalığı
<b>DSM</b>	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
<b>DSÖ</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>GAÖ</b>	: Genel Aidiyet Ölçeği
<b>HIV</b>	: Human Immunodeficiency Virus
<b>SPSS</b>	: Statistical Package for Social Sciences
<b>TBNA</b>	: Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması
<b>TSSB</b>	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu

## 1. BÖLÜM

### GİRİŞ

Romantik ilişkilerde aldatma, insanlık tarihi kadar eski olan ve her toplumda yaygın olarak görülen bir çift problemidir.

Mishigan Üniversitesi'nde yapılan araştırmalar mutsuz bir evliliğin, kişinin hastalanma olasılığını yüzde 35 arttırabileceği, insan ömrünü de ortalama dört yıl kısaltabileceğini göstermiştir. Dolayısıyla mutsuz bir evlilik, insanların fiziksel ve duygusal açıdan stres altında hissetmeleri sonucu, fiziksel rahatsızlıklara neden olmaktadır. Bunun yanı sıra insanlara depresyon, intihar, anksiyete, şiddet, cinayet, psikoz ve madde bağımlılıkları gibi birçok psikolojik rahatsızlık şeklinde ortaya çıkabilecek fazladan bir yük bindirmektedir. Önceleri kaçamak ilişkilerin boşanmanın temel nedeni olduğu ve erkeklerin biyolojik olarak evliliğe uygun olmadığı düşünülürken, günümüzde çiftleri boşanmaya götüren evlilik sorunlarının, kişileri evlilik dışı ilişkilere yönelttiği, bu durumda cinsiyetten çok fırsata bağlı olduğunu başka bir deyişle değişen zaman şartları, kadının ekonomiye ve iş gücüne katılımı, cinsiyete ilişkin olduğu düşünülen bu farklılığın aslında pek de öyle olmadığını gözler önüne sermiştir (Gottman & Silver, 2020). Aldatma olgusu yalnızca insana özgü bir olgu olarak değerlendirilmemektedir. Doğada da oldukça yaygın görülmektedir. Ancak insan söz konusu olduğunda bu kavram daha da önemli hale gelmektedir. Weeks ve Keçe (2019), aldatmayı bir ilişkide yaşanabilecek en büyük kriz olarak değerlendirmiştir. Birçok farklı araştırmada, romantik ilişki problemleri incelenmiş, farklı açılardan tanımlanıp açıklanmıştır. Ortak bilinen gerçek ise, aldatmanın romantik ilişkilerde-aile ilişkilerinde bireylerin kendileri, eşler, çiftlerin ilişkisine dahil olan üçüncü kişiler, çocuklar ve yakın çevre gibi

birçok kişiyi olumsuz yönde etkilediği; kimi zaman bu yaşantıların bireylerdeki psikopatolojileri de tetiklediğidir.

Doğduğu andan itibaren insan, gelişiminin her döneminde yakın ilişkilere ihtiyaç duymaktadır. Anne, baba, romantik partner ve arkadaşlar gibi kişi için önem arz eden bireylerle kurulan ilişki yakın ilişki olarak adlandırılmaktadır ve kendi içinde çeşitlere ayrılmaktadır. Bebek doğduğu anda ilk ilişki anne baba ile başlar ve kurulan bu ilişkinin bireyin gelişimi açısından önemi pek çok kez kanıtlanmıştır. Diğer yandan yakın ilişki türlerinden olan ve kadın ile erkeğin tutkuyu, yakınlığı, bağlılığı içeren ilişki tarzı olarak kabul edilen romantik ilişkiler de insan gelişiminde büyük bir öneme sahiptir. Romantik ilişkiler kişinin iyilik halini etkiler ve ergenlik döneminde başlayan bu ilişkiler kişilik gelişimi üzerinde olumlu etkiler yaratmaktadır. Ayrıca, genç yetişkinlik döneminde daha da önem kazanan romantik ilişkiler, sosyal etkileşimlerin başında gelir (Deveci-Şirin ve Bayrakçı, 2020).

İkizoğlu (2019) karşı cinsle yakın ilişki kurma ve bu ilişkiyi sürdürmenin insanın psikososyal gelişim sürecinin bir parçası olduğunu ifade etmektedir. Birey olarak diğer insanlarla kurulan tüm ilişkiler ruh sağlığı ve duygusal doyum açısından oldukça önemli olmakla birlikte yakın ilişkilerde deneyimlenen duygusal doyumun önemi daha belirgindir. Bu belirgin öneminden dolayı çiftlerin karşılaştığı ilişki problemleri klinik psikolojinin hep ilgi alanı olmuştur.

Klinisyenler için tanı rehberi olan DSM-5'te, çiftlerin birine veya her ikisine uygulanabilen psikiyatrik tanıları yer almıştır. Ancak klinisyenlerin temel kaynağı olan DSM-5'te çiftlerin ilişkilerindeki problemleri tanılamak için herhangi bir tanı kriteri bulunmamaktadır. DSM-4'te ilişki sorunu yer almaktadır. DSM-4'te Eksen 4 koduyla yer alan psikososyal stresörlerin yorumlandığı kodlamada ilişki sorunu ; "Bireyde veya aile işleyişinde ya da çiftlerden birinde veya her ikisinde görülen semptomların ortaya çıkışındaki klinik açıdan önemli hasarlar ile bağdaşan olumsuz iletişim, çarpık iletişim veya iletişimsizlik unsurları görülen eşler veya partnerler arasındaki iletişim modeli" olarak tanımlanmıştır (İkizoğlu, 2019). DSM-5'te ise klinik açıdan dikkat çeken

diğer faktörler başlığı içerisinde, ilişki sel problemlere ve aile problemlerine yer verilmiştir. DSM-5'te, "Eşle ya da yakın ilişkide olunan kişiyle ilişki zorluğu" şeklinde yer almıştır (APA, 2013). DSM-4'te daha detaylı ele alınmış olan partner ve ilişki sorunları kavramının, DSM-5'in değişen yapısına rağmen klinik açıdan dikkat çeken diğer faktörler arasında yer aldığı, görülmektedir. DSM-4'deki ilişki sorunları tanımlaması dikkate alındığında bireyde/bireylerde birtakım semptomların ortaya çıkışındaki klinik açıdan ciddi hasarların varlığı ile ilişkilendirildiği görülmektedir (İkizoğlu, 2019). Bireyler için önem arz eden bir ilişki biçiminin stres, aldatma ya da başka bir sebeple bozulmasının bireyin iyi oluşunu olumsuz etkilediği bilinmektedir.

İlişki kurma ihtiyacı sosyal bir varlık olan insanın en temel ihtiyaçları arasında yer almaktadır. Sevginin ilişki süreçlerindeki önemi herkes tarafından bilinmektedir. Maslow'un hiyerarşisine bakıldığında sevgi ve ait olma ihtiyacının birbirine yakın güdüler olduğu görülmektedir. Bu hiyerarşiye göre ait olma kavramını oluşturan iki temel öge vardır; sevgi vermek ve sevgi görmek. Karaosmanoğlu (2019), insanın gelişim süreci söz konusu olduğunda, fizyolojik ihtiyaçların yanı sıra sevgi, saygı ve güven duygusu gibi temel ihtiyaçlardan yoksun kalmasının, gelişmesi gereken bazı ruhsal becerilerin gelişmesini engelleyeceğini belirtmektedir. İlişki kurma, bireyin diğerleri ile bağ kurarak kendilerini güvende hissetmelerine hizmet etmektedir. Bu nedenle ilişki kurma ve aidiyet bireylerin temel ihtiyaçlarından biridir (Yazgan-Inanç ve Yerlikaya, 2012). Aidiyet ihtiyaçları sosyal bağlılığın bir göstergesidir ve karşılanamamaları durumunda bireyde sosyal izolasyon, yabancılaşma ve yalnızlık duygularının açığa çıkmasına neden olabilmektedir (Cummins & diğer., 2008). Aidiyet duygusunun az bulunması ya da olmaması umutsuzluğu arttırmak suretiyle depresyon, kaygı, stres ve intihar riskini yükselterek, birtakım olumsuz sonuçlara yol açabilir (Hill, 2006; Levett-Jones & diğer., 2007). Bu durum ise kişilerde psikopatoloji gelişimine zemin hazırlamış olur.

Stres, günümüz dünyasında pek çok faktör sonucu, hayatın her alanında karşımızda çıkmakta ve insan yaşamını olumsuz yönde etkilemektedir. Bireyin uzun süreli strese maruz kalması işlevlerini olumsuz etkileyip, hayat kalitesini



düşürmekte ve buna ek olarak ciddi sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Araştırmalara göre ruh sağlığı ve stres arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır (Çevik ve Şentürk 2008). İnsan hayatının pek çok alanını etkileyen stresin etki ettiği bir diğer nokta da romantik ilişkiler ile bağlantılıdır. Romantik ilişkide çiftlerin evlilik doyumları ile stres seviyeleri arasında negatif yönde bir ilişki bulunmaktadır (Kirby, 2005). Bireyin aynı anda iki ya da daha fazla uyuşmayan isteğinin olması, iki ya da daha fazla fırsatla karşılaşması, iki ya da daha fazla gereksiniminin olması ya da amaçla karşılaşması durumunda ortaya çıkan durumun yarattığı çatışma da bireyin stresinin artmasına neden olmaktadır (Morris, 2002).

### **1.1. Problem Durumu**

Romantik ilişkilerde aldatma olgusu çift terapilerinde yaygın olarak görülen bir çift problemidir ve klinisyenlerin karşısına sık çıkmaktadır. Son yıllardaki toplumsal değişimler, internet ve özellikle sosyal medya kullanımı nedeniyle aldatma olgusunun daha da yaygınlaştığı düşünülmektedir. Ancak aldatma kavramı, ülkemizde kültürel olarak konuşulması zor, mahrem bir konu olduğu için araştırılması ve veri elde edilmesi oldukça zor bir kavramdır. Buna bağlı olarak da aldatmaya ilişkin kaynaklar oldukça kısıtlıdır.

Cinsel Sağlık Enstitüsü Derneği (CİSED) verilerine göre Türkiye’de yapılan bir çalışmaya göre her üç katılımcıdan biri eşi ya da partnerini aldattığını belirtmiştir (Weeks ve Keçe, 2019). Türkiye’deki alanyazına bakıldığında aldatma ile ilgili çalışmaların sayısının bu sorunların ilişkilerde yaşanma sıklığıyla paralel olmadığı görülmektedir ve çalışmaların sayısındaki kısıtlılık, bu kavramların çalışılmasını önemli hale getirmektedir. Klinik süreçleri önemli derecede etkileyen ve birçok faktörden etkilenen bu olguya ilişkin daha detaylı araştırmalara halen ihtiyaç duyulduğu görülmektedir.

Günümüzde pek çok çift için umut kaynağı olan çift terapileri değerlendirildiğinde de kişilerin ilişki problemleri dışında aileleri, işleri, arkadaşlıkları, hastalıkları, parasal durumları gibi birçok gündelik stres faktörünün de ilişkiyi etkilediği görülmektedir. Gottman Çift Terapisinde etkili

olduğu düşünölen ve kullanılan tekniklerden biri de stres azaltıcı konuşmadır. Gottman & Silver, çiftlerin bu diğer alanlarda yaşadıkları sıkıntılara ilişkin belirli bir biçimde konuşabiliyor olmalarının önemine değinmiş ve “mutlu çiftler” in bu konuşmayı ustalıkla yaptıklarını söylemiştir. İlişkilerde stresi azaltma sohbetinin, evlilikten kaynaklanmayan stresle baş etmeye yardımcı olduğu tespit edilmiştir. Oldukça etkili bir faaliyet olan bu sohbet akşamları bir araya gelen çiftlerin günün nasıl geçtiğinden bahsetmesi şeklinde gerçekleştirilmektedir. Araştırmalara göre stres azaltma sohbetinin öğrenilmesi evliliğin devamı ve sağlığı açısından epey önemlidir (Gottman & Silver, 2020). Bütün bunlar değerlendirildiğinde, romantik ilişkilerde stresin önemli bir faktör olduğu görölmektedir. Bu durum algılanan stresin, önde gelen ilişki problemlerinden biri olan aldatma ile ilişkisini sorgulamamıza yol açmaktadır.

Aldatma kavramı psikanalitik açıdan değerlendirildiğinde, sadakat yani içten bağlılık, cinsel ve duygusal anlamda tekeşli olma durumuna dair verilmiş ahlaki bir söz, bir erdemdir; ancak bilinç dışında erdem bulunmamaktadır, id ahlak-dışı çalışmaktadır. Açlık, cinsellik gibi en ilkel ihtiyaç dürtülerini id temsil etmektedir ve haz ilkesiyle çalışmaktadır. Süperego ise ahlak ve erdemi temsil etmektedir. Bu durumda aldatma olgusunda id ve süperegounun çatışması kaçınılmazdır. Kişilerin bu çatışmaya bağlı birtakım zorlanmalar yaşadıkları için bu süreçlerde terapiye başvurdukları bilinmektedir. Klinik süreçlerde sıkça rastlanan aldatma olgusuna ilişkin klinik çalışmaların azlığı göze çarpmaktadır.

Bireyin aynı anda iki ya da daha fazla uyuşmayan isteğinin olması, iki ya da daha fazla fırsatla karşılaşması, iki ya da daha fazla gereksiniminin olması ya da amaçla karşılaşması durumunda ortaya çıkan durumun yarattığı çatışma bireyin stresinin artmasına neden olmaktadır (Morris, 2002). Aldatma durumu aldatan birey için aynı anda bir arada var olan iki ya da daha fazla uyuşmayan istek kapsamında değerlendirilebilecektir. Bu durumda kişinin yaşamış olduğu çatışmanın, stres seviyesini arttırması ve bazı psikopatolojilere zemin hazırlaması olasıdır. Stres ve aldatma ilişkisini inceleyen klinik çalışmalara literatürde rastlanmamış dolayısıyla konu ile ilgili araştırmalara ihtiyaç duyulduğu düşünölmüştür.

Bireyin sevilme, kabul edilme ve ilgi görme duygularına bağılı olarak kendini güvende hissetmesi bir gruba ya da topluma aidiyet hissetmesi ile mümkündür (Hill, 2006: 211). Bununla birlikte, aidiyet duygusunu kaybeden birey kendini köksüz ve güvensiz hissetmektedir. Yaşanan bu durum, bireyde yalnızlık, umutsuzluk, depresyon, kaygı, stres ve intihar düşüncesinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Hill, 2006; Levett-Jones & diğer., 2007) Klinik psikoloji alanında en çok üzerinde durulan, klinik pratikte en çok karşılaşılan olgulardan biri strestir. Literatür tarandığında algılanan stres ve genel aidiyet duygusu arasındaki ilişkiyi inceleyen klinik bir çalışma bulunmadığı görülmüştür.

İnsanın en temel ihtiyaçlarından olan fizyolojik ihtiyaçlar ve güvende olma gereksiniminden sonra temel ihtiyaçlar kapsamında değerlendirilen bir diğer unsur da ait olmadır. Kelly (2001)'nin belirttiği gibi, daha az ait olma ihtiyacı olan bazı insanlar az sayıda kişi tarafından tatmin edilebilirken, daha fazla ait olma ihtiyacı olan diğerleri birçok kişiye ihtiyaç duyabilir. Birey kendi ait olma ihtiyacını hali hazırdaki ilişkilerinde gideremiyorsa kendini yalnız hissedebilir, ait olma ihtiyacını farklı ilişkilerle giderme yoluna gidebilir. Bu durum da aidiyet kavramı ile aldatma arasında bir ilişki olduğunu düşündürmektedir.

Birçok farklı araştırmada, romantik ilişki problemleri incelenmiş, farklı açılardan tanımlanıp açıklanmıştır. Ortak bilinen gerçek ise, aldatmanın romantik ilişkilerde-aile ilişkilerinde bireylerin kendileri, eşler, çiftlerin ilişkisine dahil olan üçüncü kişiler, çocuklar ve yakın çevre gibi birçok kişiyi olumsuz yönde etkilediği; kimi zaman bu yaşantıların bireylerdeki psikopatolojileri de tetiklediğidir. Algılanan stres duygusu, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğiliminin birbiri ile ilişkisine dair alanyazında halihazırda bir araştırma bulunmamaktadır. Bu üç değişkenin birbiri ile ilişkisinin incelenmesi sonucunda bazı klinik problemlerin alt boyutlarına ışık tutulacağı böylece klinik alanda değerlendirme ve tedavi sürecine katkı sağlanması planlanmıştır. Çift terapisi esnasında karşılaşılan aldatma temelli sorunlara, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres duygusu perspektifinden bakılmasının ilişkideki problemin daha iyi anlaşılmasını ve terapi sürecinde yol haritası oluşturulmasını kolaylaştıracağı düşünülmektedir. Böylece hem klinik alanda

değerlendirme ve terapi sürecine hem de ilgili alanyazına katkı sağlanması planlanmıştır.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın amacı, algılanan stres düzeyi, genel aidiyet duygusu ve duygusal ilişkide aldatma eğilimi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Başka bir ifadeyle, romantik ilişkilerde aldatma eğilimi ile algılanan stres düzeyi, genel aidiyet duygusu arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak hedeflenmiştir.

Bu amaçla ilgili bulgular geçmiş çalışmalara göre tartışılacak ve belirlenen araştırma problemlerine yanıtlar aranacaktır. Bu amaçla araştırma soruları şu şekilde belirlenmiştir:

### **Araştırma Soruları**

1. Cinsiyete göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
2. Yaş düzeyine göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
3. Medeni duruma göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
4. Eğitim düzeyine göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
5. Çalışma durumuna göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
6. Gelir düzeyine göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
7. Çocuk durumuna göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
8. Çocukları dışında evde birlikte yaşanan birinin olup olmamasına göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?

9. Psikolojik bir rahatsızlığı olup olmamasına göre bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?
10. Bireylerin Genel Aidiyet Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği puanları arasında ilişki var mıdır?
11. Genel Aidiyet Ölçeği puanları ve Algılanan Stres Ölçeği puanları, Aldatma Eğilimi Ölçeği puanlarını yordamakta mıdır?
12. Duygusal İlişkide Aldatma Eğilimi Olan Katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği Puanları, Genel Aidiyet Duygusu ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarını yordamakta mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Klinik pratikte çocuk, yetişkin ve çift terapisi olmak üzere her terapi alanında, aldatma olgusunun, kişileri terapiye getiren önde gelen nedenlerden biri olduğu görülmektedir. Aldatma-aldatılma durumunun romantik ilişkilerde-aile ilişkilerinde bireylerin kendileri, eşler, çocuklar, çiftlerin ilişkisine dahil olan üçüncü kişiler ve yakın çevre gibi birçok kişiyi olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Kimi zaman da bu yaşantıların bireylerdeki psikopatolojileri tetiklediği düşünülmektedir. Klinik ortamda sıkça karşılaşılan bu olguya ilişkin yapılan araştırmalar incelendiğinde, aldatma üzerine sayıca çok az çalışma olduğu görülmektedir. Aldatma, algılanan stres ve genel aidiyet duygusu arasındaki ilişki ile ilgili herhangi bir çalışmaya da rastlanmamıştır. Bunun yansısıra klinisyenler için tanı rehberi niteliğindeki DSM-5'te de ilişkide karşılaşılabilecek problemler için, çiftlerin birine veya her ikisine birden uygulanabilen psikiyatrik tanımlar dışında herhangi bir tanı kriterinin bulunmadığı saptanmıştır. Stresin ise birçok psikopatolojinin tetikleyicisi olduğu bilinmekle birlikte DSM-5 kriterlerine göre uyum bozukluklarının stresle ilişkilendirildiği görülmektedir.

Bilimsel araştırmaların aldatma ile bağlantılı olabilecek cinsiyet ve yaş gibi alanlara yöneldiği, aldatma ile bağlantısı olabilecek değişkenlere dair daha detaylı araştırmalara ihtiyaç duyulduğu dikkati çekmektedir.

Bu nedenle romantik ilişkilerde aldatma eğilimi, algılanan stres düzeyi ve genel aidiyet duygusu arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması önem kazanmaktadır.

Yapılan bu çalışma ile alandaki eksikliğe katkı sağlaması ve gelecekte yapılacak aldatma, algılanan stres ve genel aidiyet duygusu ile ilgili çalışmalara kaynak olması amaçlanmıştır. Böylece alana, sıklıkla klinik ortamda karşılaşılan aldatma, algılanan stres ve genel aidiyet duygusu ile ilgili olarak klinik değerlendirme açısından katkı sağlanması planlanmıştır.

#### **1.4. Sınırlılıklar**

Araştırma Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan 18 yaş ve üzeri 73 erkek ve 218 kadınla sınırlıdır. Araştırmada incelenen değişkenlere dair bulgular katılımcılara uygulanan Sosyodemografik Bilgi Formu, Algılanan Stres Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Genel Aidiyet Duygusu Ölçeği'nden elde edilen sonuçlarla sınırlıdır. Araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü katılımcıların veri toplama araçlarındaki sorulara gerçeği yansıtacak şekilde doğru ve samimi yanıtlar verdikleri varsayılmaktadır.

#### **1.5. Tanımlar**

Araştırmadaki temel kavramlar; "algılanan stres, genel aidiyet ve aldatma eğilimi" dir.

**Algılanan Stres:** Davranışı değiştirmeyi ya da uyum sağlamayı gerektiren, gerginlik yaratıcı ya da tehdit edici bir durumla karşılaşıldığında hissedilen duyguya stres adı verilmektedir (Morris, 2002). Bu araştırmada bahsi geçen algılanan stres kavramı ise kişinin bu stres duygusunu ne denli hissettiğine, hissedilen bu duygunun yoğunluk derecesine işaret eden bir kavramdır.

**Genel Aidiyet:** Bireyin kendini, içinde bulunduğu çevrenin anlamlı, değerli bir parçası olarak görmesi anlamına gelen aidiyet kavramı, benlikle ilişkili olup, kişilerarası ilişkilerin temel bileşeni niteliğindedir (Duru, 2015).

**Aldatma Eğilimi:** Sadakatsizlik, eşi kandırmaya yönelik eylemlerin, eşten gizli olarak sürdürülmesi, eşler arasındaki duygusal ve cinsel anlamda yalnızca

birbirine özel olmaya dair verilen sözün ihlal edilmesi suretiyle gerçekleştirilen, kişiye ait bir seçim niteliği taşıyan gizli bir eylemdir. Aldatma ise sadakatsizliğin sonucunda ortaya çıkar ve sadakatsizliğin partner tarafından öğrenilmesi durumunu betimler. Sadakatsizlik kişisel ahlaki bir tutum olarak değerlendirilirken, aldatma ilişkisel ve yıkıcı bir sorun olarak değerlendirilmektedir (Keçe, 2019). Aldatma eğilimi ise bireylerin aldatmaya olan yönelimini ifade etmektedir.

## 2. BÖLÜM

### KAVRAMSAL VE KURAMSAL BİLGİLER

#### 2.1. Stres

Organizmanın dengesini bozan biyolojik, psikolojik ya da sosyolojik düzeylerde herhangi bir etken stres olarak; strese dayanma gücü ise kişinin ego gücü olarak tanımlanmıştır. Stres etkenleri, kişinin dayanıklılığının üstünde olduğunda ya da dayanıklılığını zamanla azaltarak baskın çıktığında, kişinin bu etkenlere karşı savunmaları veya baş etme yetileri yetersiz kalabilir. Bütünlüğün sarsıldığı, savunmaların yetersiz kaldığı ya da yersiz, aşırı veya uygunsuz kaldığı; bir başka deyişle kişinin uyum dengesini yitirdiği veya denge sağlayabilmek için aşırı, patolojik savunmalara başvurduğu durumlara bozukluk ya da hastalık denmektedir. Ruhsal bozukluklarda içten ya da dıştan gelen strese karşı savunmalar hastalığın belirtisi hatta kendisi olarak kabul edilmektedir (Öztürk, 2002).

##### 2.1.1. Stres Kavramı

Stres kelimesinin kökeni, Latince “estrectia” kelimesinden gelir. Farklı yüzyıllarda farklı anlamlarda kullanılmıştır. Örneğin 17. Yüzyılda, felaket, müsibet, dert, keder gibi anlamlara gelirken 18. ve 19. Yüzyıla gelindiğine kavramın yönelimi nesne, kişi, organ ve ruhsal yapıya doğru değişerek güçlük, baskı ve zorluk gibi anlamları içermiştir (Güçlü, 2001).

Stres, organizmanın homeostasisinin yani dengesinin bozulması durumudur (Öztürk, 2002). Stres, ayrıca bireyin baş etmede zorlandığı durumlar karşısında bedensel, duygusal, sosyal ve ruhsal anlamda yaşadığı uyum



sorunu olarak da tanımlanabilir (Asıcı ve Uygur, 2017). Stres, hastalık sebebi olabileceği gibi, hastalığa yakalanma riskini artıran ya da hastalık oluşumunu etkileyen bir unsurdur (Öztürk, 2002). Michie (2002)'ye göre ise, stres kişi ile durumun ya da olayın arasındaki etkileşimdir. Olay ya da durumun baskı ve beklentileriyle, kişi kendi kaynaklarını kullanarak baş edemediği zaman bireyde ortaya çıkan fiziksel ve psikolojik durum olarak adlandırılır. Stres yaratması muhtemel durum ya da olaylar, kontrol edilemeyen, öngörülemeyen durumlardır. Stres içinde belirsizlik, bilinmezlik, muğlaklık, kayıp ya da performans beklentileri ve çatışmayı içermektedir (Michie, 2002).

Stres kavramı, Selye tarafından ilk kullanıldığı 1950 yılından beri bilimsel temelli bir konu olmuştur. Stres ilk olarak bedeninin herhangi bir uyarana verdiği belirgin olmayan tepkiler olarak, daha sonraları stres ve stresör arasındaki farklılığa göre tanımlanmıştır. Homeostasis terimi ise Cannon tarafından geliştirilmiş ve homeostazis, kan basıncı, kan şekeri ve hücrelerarası ozmolarite gibi fizyolojik değişkenler için belirli bir ayar noktası ve bu ayar noktasındaki sapmalara karşı gerçekleşen fizyolojik tepkilerle bedendeki değişkenlerin optimal seviyeye yani denge noktasına geri dönmelerinin amaçlanması şeklinde tanımlanmıştır (Bartolomucci & diğer., 2011).

Selye'ye göre stres, "organizma içerisinde hasara sebep olan spesifik olmayan tüm değişiklikler" ya da daha güncel tanımıyla "herhangi bir talebe vücudun spesifik olmayan tepkisi" şeklinde tanımlanmıştır. Stres kavramı, reaksiyonun kaynağı ne olursa olsun reaksiyon ya da tepki olarak kullanılır. Stres tepkisinin oluşmasını sağlayan uyaran stresör olarak ifade edilir (Everly & Lating, 2019).

Kısaca genel hatlarıyla stres, insanların fiziksel veya psikolojik sağlıklarına karşı tehdit olarak algıladıkları olaylarla karşılaşmaları olarak tanımlanabilir. Bu olaylara stres nedeni denirken, kişilerin bunlara gösterdikleri tepkiler ise stres tepkileri olarak adlandırılmaktadır. Stresle karşı karşıya kalmak, acı veren duygulara, anksiyete veya depresyona yol açabilir. En belirgin stres kaynakları travmatik olaylardır (Smith & diğer., 2015).

Stresin insan yaşamına pek çok olumsuz etkisinin olduğu yıllardır bilinmektedir. DSM 5'in 'Stres ve Travmayla İlişkili Bozukluklar' kategorisi altında sınıflandırılan 'Uyum Bozukluğu' olarak adlandırılan tanı grubu stres ile yakından alakalıdır. Uyum bozuklukları bireyin psikososyal stresörlere gösterdiği kısa süreli uyumsuz tepkileri tanımlamaktadır. Stresörlerin etkisi ile ortaya çıkan bu bozukluk, bireyin hem iş hayatında, hem de sosyal hayatındaki fonksiyonlarında belirgin bozulmalara neden olmaktadır (APA, 2013).

DSM-V'e göre uyum bozukluğu tanı ölçütleri şu şekildedir;

- Zorlanmaya neden olan durumlarla karşılaştıktan 3 ay içinde gelişmesi ve tanımlanabilir bir zorlanmaya cevap olarak duygusal ve davranışsal semptomların gelişmesi
- Bu semptomların veya davranışların klinik olarak anlamlı olması, bunun için aşağıdaki bir veya ikisinin kanıtlanabilir olması
  - Zorlanmanın yoğunluğunun veya şiddetinin dışında belirgin sıkıntı hali, dışsal faktörler etkileyebilir ve kültürel faktörler semptomun şiddetini ve sunumunu etkileyebilir.
  - Sosyal yaşam, iş yaşamı ve diğer fonksiyonlarda belirgin bozulma olabilir
- Diğer mental bozukluk kriterlerine uymayan stresle ilişkili bozukluk ve bu bozukluğun önceden var olan bir mental bozukluğun alevlenmiş olmaması
- Semptomların normal kayıp görünümünde olmaması
- Zorlanma ile karşılaşıldığında veya bunun sonuçları bittikten sonra, semptomların 6 aydan daha fazladır sürmemesi (APA, 2013).

Uyum bozukluğunun ortaya çıkmasında aile istismarı, erken ayrılık anksiyetesi gibi olumsuz çocukluk yaşantılarından son zamanlarda yaşanan olumsuz yaşam olaylarına pek çok faktörün etkili olabileceği düşünülmektedir (APA, 2013). Ruh sağlığı ve stres arasında güçlü bir ilişki olduğuna ve bireyin uzun süreli strese maruz kalmasının işlevlerini olumsuz etkilediğine daha önce de değinilmişti.

### 2.1.2. Stresin Nedenleri

Stres yaratıcı olarak algılanan olaylar; insan deneyiminin olağan yelpazesinin dışına düşen travmatik olaylar, kontrol edilemeyen veya önceden kestirilemeyen olaylar, yaşam koşullarında büyük değişiklikleri temsil eden olaylar ya da içsel çatışmalar olarak kategorize edilebilir (Smith & diğer., 2015). Stres nedenleri bireyden, çevresinden, iş ve aile yaşamından kaynaklı olabilir. Bireyin kişilik özellikleri, yaşam deneyimleri, yaşamda karşılaştığı zorluklar (Akçakaya ve Erden, 2014), olaylara bakış açısı, yüklediği anlamlar (Gümüştekin ve Öztemiz, 2005), hem iş hem de aile yaşamındaki çatışma ortamları, aile ve iş de beklentilerin yüksek olması bu kaynaklar arasında sayılabilir (Aytaç, 2015; Alaşık, 2020). Stresin kaynağı çatışan güdüler ya da arzular biçiminde kişinin içinde de olabilir (Smith & diğer., 2015). Bu çalışmanın konusu gereği, romantik ilişkilerde ve evliliklerde yaşanan stres nedenlerine yer verilmiştir.

Stres, bilinçli ya da bilinçsiz olabilen çözümlenmemiş sorunlarla yani içsel çatışmalarla ilgilidir. İki içsel gereksinim ya da güdülenme birbirine ters düştüğü zaman çatışma gerçekleşebilir. İtkilerin tüm toplumlarda bir ölçüde kontrol edilmesi beklenir. Cinsellik de ahlak standartlarıyla sık sık çatışan bir itkidir ve bu alana ilişkin ahlak standartlarının ihlali de suçluluk duygularına yol açabilir. Karşıt güdüler arasında uzlaşma sağlama çabası büyük bir stres yaratabilir (Smith & diğer., 2015).

Randall & Bodenmann (2017), stresin ilişki memnuniyeti üzerinde etkisini anlamak için stresin kaynağının (içsel ya da dışsal), stresin yoğunluğunun (minör ya da majör), stresin süresinin (akut ya da kronik) dikkate alınması gerektiğini önerir. Dışsal stresörlerin kaynağını ilişkinin dışından alan okul, iş, romantik ilişkinin kurulduğu aile üyesi dışındaki aile üyeleri ya da arkadaş veya geniş ailenin diğer fertleri gibi sosyal ilişkiler oluştururken, içsel stresörleri kaynağını ilişki içindeki partnerin zorlu ya da rahatsız edici alışkanlıkları ya da farklı ilişki amaçları oluşturur. Akut stresörler birkaç gün sürerken kronik stresörler aylarca devam edebilir. Dışsal, minör, kronik stresörler ilişkinin kalitesini etkiler (Randall & Bodenmann, 2009). Bazı stres nedenleri anlık

olabilir ve bunlar kısa sürelidir; bazı stres nedenleri ise kroniktir ve uzun süre boyunca devam ederler: tatmin edici olmayan bir evlilik gibi (Smith & diğer., 2015).

Bosma & diğer. (2010), Orta Avrupa, Kuzey Avrupa, Batı Avrupa, Güney Avrupa, Güney Afrika, Güney Amerika ve Orta Doğu bölgelerinden toplam 17 ülke 8654 ergenin katılımı ile romantik stres, kimlik kavramı ve gelecekle ilgili stresörleri ve baş etme stillerini incelediği 'Hepsinin ihtiyacı sevgi mi?' başlıklı çalışmalarında, bölgesel farklılıkların romantik ilişkilerdeki stresi etkilediğini belirlemişlerdir. Orta Doğu ve Güney Afrika'daki gençlerin stresleri romantik ilişkilerindeki stresten daha çok kendileri ile ilgili stresörlerden bahsetmişler, kimlikleri ile ilgili stres puanları diğer bölgelerdeki gençlerden daha yüksek bulunmuştur. Orta Avrupa ve Güney Avrupa'daki gençlerin ise romantik stres düzeylerinin diğer bölgelerle karşılaştırıldığında daha yüksek olduğu, tüm gençlerin %80'inin romantik ilişki yaşadıkları partnerlerle yaşadıkları stresli durumlarda uygun baş etme stillerini kullandığı, diğer arkadaşlarından destek aradıkları ve olumlu görüşlerini paylaştıkları belirlenmiştir. Yaşamın erken dönemlerindeki romantik ilişkiler ailelerden özerklik elde etmek ve akranları tarafından kabul görmeyi artırmak için kullanılabilir. Temelinde bireyselleşme kavramı yatar.

Çalışan kadınların evlilikte yaşadıkları stres nedenlerini inceleyen bir çalışmada kadınlar, en çok eşleriyle cinsel uyumsuzluk, mali kısıtlamalar, akraba müdahaleleri ve din farklılıklarından dolayı stres yaşamaktadır. Çalışan kadınlar eşlerinin, kendi görüşlerine ve yoğun çalışma programlarına saygı duymadıklarını belirtmişlerdir (Odebode, 2019).

Evlilikte sosyal destek önemlidir. Sosyal desteğin yeterli olmaması stres nedeni olabilir. Abbas & diğer. (2019)'nın, çalışan ve çalışmayan kadınlarda sosyal desteğin, depresyon, anksiyete, stres ve evlilik uyumu ile ılımlı rolünü incelediği çalışmada, sosyal destek ile evlilik uyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki belirlenirken; sosyal destek ile anksiyete, depresyon ve stres arasında negatif ilişki belirlenmiştir. Çalışma ayrıca evlilik uyumu ile depresyon ve

anksiyete arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Sosyal destek arttıkça evlilik uyumu artmakta, stres, depresyon ve anksiyete azalmaktadır.

### **2.1.3. Stresin Belirtileri**

Stres modern yaşamın bir parçası gibidir. Gerek ev ve aile ortamında gerekse iş yaşamında bireyler her gün farklı düzeyde çeşitli stresörlerle karşı karşıyadır (Smith & diğer., 2015). Stresle baş etmede yetersizlik durumunda birtakım olumsuz sonuçların yaşanması kaçınılmazdır. Bireyin strese karşı verdiği tepkiler stresin kaynağına ve şiddetine göre anlık bir durumdan uzun süreli kronik hastalıklara doğru ilerleyebilir (Akçakaya ve Erden, 2014). Strese verilen tepki, stres nedeninden kaçmak ya da bu nedenle savaşmak mümkün olduğunda uyum sağlayıcıdır, ancak stres kronik veya denetlenemez olduğunda uyum sağlamayı bozabilir (Smith & diğer., 2015).

Son yıllarda peptik ülser, ülseretaif kolit, huzursuz bağırsak sendromu, reflü gibi gastrointestinal bozukluklar ve yoğun stresin bağlantılı olduğu düşünülmektedir. Esansiyel hipertansiyon, miyokardiyaliskemi ve koroner arter hastalığı, alerji, astım, hiperventilasyon, kas-iskelet hastalıkları gibi hastalıklar stresle ilişkilidir (Everly & Lating, 2019). Araştırmalar, stres ile ruh sağlığı arasında güçlü bir ilişki olduğunu göstermektedir (Eskin ve diğer., 2013; Li & diğer., 2020).

Bir stres nedenine karşı gösterilen en genel tepki anksiyetedir. İnsanların olağan deneyiminin ötesinde olaylar yaşayan kişilerde, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), ve buna bağlı ağır anksiyete belirtileri görülebilir. Stres, saldırganlığa yol açabilen bir öfkeye sebebiyet verebilir. Stres yaratan durumlar sürüyor ve kişi bu durumla başa çıkamıyorsa vazgeçme duyarsızlık ve sonrasında da duyumsuzluk depresyona dönüşebilir. İnsanlar ciddi stres sebepleriyle karşılaştıklarında duygusal tepkilerin yanı sıra bilişsel bozukluklar da gösterebilirler. Konsantre olmakta zorlanma, dikkatin kolay dağılması, mantıksal olarak düşünceleri düzene sokmakta zorlanma, karmaşık görevleri yerine getirmede performans düşüklüğü görülebilir (Smith & diğer., 2015).

Sinirlilik gibi kişilik özelliği ya da tanı konulmuş anksiyete ya da depresyon gibi ruh sağlığı sorunları olan bazı bireylerde stres deneyimi artış gösterebilir (Randall & Bodermann, 2017). Anksiyete ve depresyon strese bağlı gelişen psikiyatrik hastalıklardır. Anksiyete, bireyin yaşamaya muhtemel en acılı duygu olarak tanımlanabilir. Freud'a göre ise anksiyete egonun bir işlevidir. Bireyin yaptığı her davranışın bir amacı vardır. Yaşamı sürdürme ve uyum sağlama gayretinin davranışa yansımalarıdır. Anksiyete, bireyi fiziksel ve toplumsal çevre kaynaklı tehlikelere karşı uyararak uyum sağlamasına ve yaşamını devam ettirmesine yardımcı olur. Eğer bireyin yaşadığı anksiyete gerçeklikten ve mantıktan ayrılmaya başlarsa işlevini kaybeder ve normal olmayan davranışlara yol açar. Günlük yaşantıda karşılaşılan anksiyete gerçekçi, mantıklı ve anlaşılırken, nevrotik anksiyete mantık dışı, çoğunlukla dış tehlikeye karşı geliştirilen bir kaçma tepkisidir (Geçtan, 2000).

Anksiyete durumunda birey dürtüsel olarak tehdit unsurundan kaçmayı, tehlikeye karşı geliştirdiği dürtüleri bastırmaya ya da vicdanının sesine uymaya karar verir. Başa çıkma gayretleri, çözüm yöntemi mantığa uygun olmasına rağmen yetersiz kalırsa gerçekçi olmayan yöntemler kullanılır ve dünyayla kurulan gerçekçi ilişkilerde kopma başlar (Geçtan, 2000). Eşinden ayrı yaşama ya da boşanmış bireylerde depresyon oranı yüksektir (Işık ve diğer., 2008).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) global hastalık yükü 2020 yılına kadar olan tahminlerine göre, depresyon ve anksiyete bozukluğu prevalansının ve stresle bağlantılı bozukluklar iskemik kalp hastalığından sonra kapsamı ve hastalar üzerindeki etkileri bakımından ikinci sırada yer alacaktır (Everly & Lating, 2019).

#### **2.1.4. Algılanan Stres**

Strese sebep olan olaylar, her birey tarafından farklı şekilde değerlendirilir. Olay aynı olmasında rağmen kimi sorunsuz bir şekilde atlatır ve hatta olayı ilginç ve motive edici olarak değerlendirirken kimileri duygusal ve bedensel sorunlar yaşayabilir. Stresin nasıl algılandığı bireyseldir ve bu durum algılanan stres kavramını ortaya çıkarmıştır. (Smith & diğer., 2015).

Psikanalitik kurama göre, tüm insanların bilinçdışı çatışmaları vardır. Ancak bazı insanlar için bu çatışmalar daha güçlü ve daha çoktur, buna bağlı olarak da bu kişiler daha çok olayı stres nedeni olarak görebilirler. Davranış Kuramı, kişilerin stres tepkilerini belirli durumlarla bağdaştırmayı, kişilerin geçmiş yaşantıları ve öğrenme ile açıklamıştır (Smith & diğer., 2015). Bilindiği gibi Bilişsel Kuram ise kişilerin durum ya da olayları nasıl nitelendirdiklerinin ve olay ya da durumları açıklarken kurdukları neden-sonuç ilişkilerinin olayları stres nedeni olarak algılayıp algılamadıklarını belirleyeceğini öne sürmüş ve bunu birçok araştırma desteklemiştir.

Bir olayın denetlenebilirliği yani olayı başlatma veya durdurabilme derecesi o olayın ne kadar stresli olarak algılandığı ile ilişkilidir. Bir olayın stres yaratıcı olarak algılanıp algılanmamasında dört özellik etkilidir: olayların tahmin edilebilirliği, olayların denetlenebilirliği, hayat koşullarındaki önemli değişiklikler ve içsel çatışmalar (Smith & diğer., 2015). Tüm bunlara bağlı olarak da bir olayın stres yaratma durumu ya da derecesi kişiden kişiye değişmektedir. Lazarus & Folkman (1984)'a göre insanlar aynı olayın denetlenebilirliğini, tahmin edilebilirliğini ve kendi yetenek ve benlik kavramlarına meydan okuma ölçüsünü değerlendirme açısından farklılaşırlar ve bir olayın stres yaratıcı olarak algılanıp algılanmamasında genellikle bu değerlendirme etkilidir (aktaran Smith & diğer., 2015).

Selye, strese verilen bilişsel tepkiye yönelik olarak size ne olduğu önemli değildir, önemli olan nasıl karşıladığınızdır demiştir. Epiktetos da benzer şekilde olayların atfedilen öneminin bireysel olduğunu "İnsanlar nesnelere rahatsız olmazlar, onlardan aldıkları izlenimlerden rahatsız olurlar" şeklinde belirtmiştir. Örneğin, trafik sıkışıklığı nötr bir olaydır. Yalnızca bireyin olayı tehdit edici veya başka istenmeyen bir şekilde yorumlamasına göre şekillenir. Eğer birey trafik sıkışıklığını nötr ya da olumlu kabul ederse, stres tepkisi oluşmaz. Bazı stresörler doğası gereği diğerlerinden daha fazla streslidir. Buna rağmen, bilişsel algılama stres faktörüne uyumda rol oynar stresi artırmaya veya azaltmaya hizmet eder (Everly & Lating, 2019). Stresli bir yaşam olayının ardından uyum bozukluğu gelişen kişilerde, söz konusu stres

etkenlerine karşı bir duyarlılık olduğu, benzer durumla karşılaşan birçok kişide bozukluk gelişmezken, duyarlı kişilerde bozukluk geliştiği ileri sürülmüştür (Erkmen ve Erkıran, 2007).

Stresin insanlardaki etkisi kişiden kişiye belirgin farklılıklar göstermektedir. Örneğin aldatılmak herhangi bir kişi için felaket olabilirken, bir başkası için sıradan bir olay olabilmektedir. Sır (2008), stres etkenin ile uyum bozukluğuna yol açması ile ilgili bazı parametrelerin ön plana çıktığından söz etmiştir. Buna göre, stresin akut ya da kronik olması önemlidir. Bunun yanında kişi tarafından stresin nasıl algılandığının da önemi üzerinde durulmuş ve bu algılamanın kişinin benlik gücü, destek sistemleri ve önem derecesi ile ilgili olduğu belirtilmiştir. Aynı zamanda, yaşanan kültürde olaya yüklenen anlamında bu süreçten etkilenmede önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir.

#### **2.1.5. Algılanan Stresi Etkileyen Faktörler**

Günümüz dünyasında bireyler çeşitli stres kaynakları ile karşılaşır. Olaylara yönelik tepkiler ve bakış açısı bireylere göre değişiklik gösterir. Öyle ki; birey aynı olaya farklı zamanlarda farklı tepki verebilmektedir. Bu değişiklik bireyin bilişsel durumuna, yaşamındaki sosyal çevresi gibi birçok faktöre bağlıdır (Tavlı ve Ünsal, 2016). Bu kapsamda bireyin stres algısını etkileyen faktörler çevresel, sosyal ve psikolojik faktörler olarak ele alınabilir. Bu tez kapsamında ele alınan aldatma ve genel aidiyet duygusu da stresi etkileyen faktörler arasında yer almaktadır. Aldatma, algılanan stresi etkileyen faktör gruplarından sosyal faktörler kapsamında değerlendirilirken, genel aidiyet duygusu psikolojik faktörler kapsamında değerlendirilebilir.

**Çevresel Faktörler:** Çevresel faktörler arasında ekonomik koşullar, siyasi yaşam, teknolojiye yaşanan hızlı gelişim ve değişim sayılabileceği gibi virüsler, bakteriler gibi canlı çevre unsurları da yer alabilir (Akçakaya ve Erden, 2014). İş ve iş dışı çevrede birbirlerini etkileyerek strese yol açabilir (Tavlı ve Ünsal, 2016).

**Sosyal Faktörler:** Bireyin aile bireyleri, sosyal çevresi ile yaşadığı ilişkisel sorunlar stres düzeyini etkiler. Aile içerisindeki rol karmaşası, eşler arasındaki



çatışma, cinsel yaşamlarındaki uyumsuzluklar ve tüm bunların sonucu olan boşanma gibi durumlar, iş yaşamında karşılaşılabileceği yeni bir işe başlama, işyerindeki hiyerarşik gerginlik, alınan ücret, kısa sürede bitirilmesi gereken görev ve sorumluluklar, çalışma ortamından kaynaklanan sorunlar bireye stres yaratan ve stresin algılamasında etkili olan faktörlerdir (Akçakaya ve Erden, 2014).

**Psikolojik Faktörler:** İnsanların kişilik özellikleri, yetenekleri, deneyimleri, olayları algılayıp yorumlama şekilleri, motivasyonları, yaşadıkları içsel çatışmalar, gelişimsel süreçleri gibi durumlar psikolojik faktörler içinde sayılabilir.

Algılanan stres, bireyin sağlıkla ilgili yaşam kalitesini ve sağlık durumunu etkiler. Sinirlilik, gerginlik, olumsuz düşünceler, fiziksel yorgunluk, uyku bozuklukları gibi sorunlar yaşarlar. Algılanan stresle ilgili sağlıklı olmayan davranışsal kararlar, ruhsal bozukluklar ve tükenmişlik sorunların şiddetini artırır (Gavurova & diğer., 2020).

Daha önce de belirtildiği gibi bir olayın denetlenebilirliği yani olayı başlatma ve durdurma derecesi onu ne kadar stresli algıladığımızla ilgilidir. Bir olayın denetlenebilirliği ne kadar düşükse stres yaratıcı bir olay olarak algılanma olasılığı o kadar yüksektir. Bir olayın tahmin edilebilirliği yani olayın gerçekleşip gerçekleşmeyeceğini ya da ne zaman olacağını bilmek de stres düzeyini etkiler (Smith & diğer., 2015). Stres esas olarak, kişinin olayları değerlendirme ve çözümüleme biçiminden kaynaklanır (Cüceloğlu, 2017).

### **2.1.6. Yapılan Araştırmalar**

Adler'e göre, sağlıklı bir insan, varoluşunun getirdiği problemlere karşı hem gerçekçi hem de güvenli bir yaklaşım sergiler. Gerçeklerden kaçmaz. Yenilgiden korkmaz. Karşılaştığı durumlar, dışsal zorluklar ve iç dünyasındaki çaresizlik onu yıldırmadığı gibi aksine sorunları çözmek için yapıcı davranışlara yöneltir. Cesaret ve sağduyu normal insanların sahip olması gerektiği yeteneklerdir. Sevgi ise her insanda farklı oranlarda görülen bir duygudur (Geçtan, 2000).

Çoğu zaman çiftler birbirlerine karşı olumlu, destekleyici ve sevgi dolu olabilirken diğer zamanlarda ilişkilerinde çatışma ve olumsuzluk hakim olabilir. Bir ilişkiyi sürdürmek, partnerlerin her birinin günlük deneyimlerindeki iniş ve çıkışları başarılı bir şekilde idare etmeyi gerektirir. Günlük dalgalanmalara karşı daha az duyarlı olan partnerler, ilişkilerinde daha kötü sonuçlar deneyimler (Neff & Karney, 2009).

Bodenmann'ın stres-boşanma modeline göre dışsal stresörler ilişkinin kalitesini etkilemektedir. Kronikleşen günlük stres sonucu çiftler daha az birlikte zaman geçirir, birlikte yaptıkları deneyimler ve yakınlaşma azalır, birliktelik duygusu zayıflar. Olumsuz iletişim artar, olumlu iletişim azalır böylece kurdukları iletişimin kalitesini düşer. Uyku bozuklukları, cinsel işlev bozukluğu ve mizaçtaki gelgitler gibi psikolojik ve fiziksel problem riski artar. Problemler kişilik özellikleri geliştirebilir. Tüm bunların sonucu gelişen karşılıklı yabancılaşma, evlilik doyumsuzluğu stres çiftlerin ayrılmasına / boşanmaya sebep olur (Randall & Bodenmann, 2009).

Evlilikle birlikte aile hayatı sürekli değişen dinamiklere sahiptir. Yaşam döngüsü içerisinde farklı dönemlerde farklı stresörlerle karşılaşılır. Bulut ve Asan'a göre (2020), ailelerin algılanan stres düzeyleri en çok yetersiz özyeterlilik algısı boyutunda, stres/rahatsızlık algısı en yüksek okul çağında çocuğu olma durumunda ve orta yaş döneminde görülmektedir.

Üremeye yardımcı teknolojiler kullanılarak gebe kalan kadınların algılanan stres ve evlilik doyumları arasındaki ilişki incelendiğinde algılanan stresin yaşam kalitesini negatif yönde etkilediği, evlilik doyumunun ise yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir (Kayabaşı ve Yaman-Sözbir, 2020). Evlilikte çocuk sahibi olmak çoğunlukla istenen ve arzu edilen bir durumdur. Bazı durumlarda bu arzuyu gerçekleştirmek zor olabilir ve çiftler için stres sebebi olabilir.

Bir başka çalışmada erken doğan bebeği olan 260 annenin algılanan stres ve partnerleri ile olan ilişkilerinin kalitesini incelendiğinde, annelerin algılanan stres düzeylerinin partnerleri ile olan ilişkilerindeki kaliteyi olumsuz anlamda

etkilediği görülmüştür. Benzer şekilde evlilik kalitesi ve algılanan stres arasında negatif korelasyon vardır. Stres, çiftlerin ilişki kalitesini negatif yönde etkilemektedir (Bidzan & Lutkiewicz, 2019).

Asıcı ve Uygur (2017), üniversite öğrencilerinde affetmenin, bireylerin duygusal-öz yeterlik düzeylerinin algıladıkları stresi nasıl yordadığını incelediğinde, hem duygusal öz-yeterliğin hem de affetmenin algılanan stresi yordadığı belirlenmiştir. Kendini, başkasını ve içinde bulunulan stresli durumu affetme algılanan stres düzeyini %28,1 oranında değiştirmektedir. Affetme, stresle baş etme amacıyla kullanılabilen duygu temelli bir stratejidir.

## **2.2. Aidiyet**

İnsan, normal ve anormal davranışlarıyla biyopsikososyal bir varlıktır (Öztürk, 2002). Klinik açıdan da kişi değerlendirilirken biyolojik, psikolojik ve sosyal alanları ayrı ayrı değerlendirildiği gibi bir bütün olarak da değerlendirilmektedir.

Genel Dizgeler Kuramına göre kişi, organizmal hiyerarşinin en üst biriminde yer alırken, toplumsal hiyerarşinin en alt biriminde yer almaktadır. Bu hiyerarşideki her bir dizge daha üstteki dizgelerin ayrılmaz bir parçasıdır. Bu süreklilik içinde, her birim hem bir bütün hem bir parçadır, altındaki ve üstündeki dizgelerle etkileşim içindedir. Hiçbir şey yalnız ve kendi başına değildir. Bütün ruhsal bozukluklarda oluş nedenlerine, belirtilerine, biçimlerine, gidiş ve sonlanış ve sağaltıma çok boyutlu, çok etkenli bir bakış zorunludur (Öztürk, 2002). Bilindiği gibi bu dizgelerin hiyerarşisinde kişiden önceki dizgelerin (organ, doku, hücre vb.) değerlendirilmesinde biyolojik yaklaşım kullanılırken, kişiden sonraki dizgelerde (iki kişi, aile, toplum vb) psikolojik ve sosyal yaklaşımlar etkilidir. Kişilerarası ilişkiler, etkileşimler gibi süreçler söz konusu olduğunda aidiyet kavramının önemi ortaya çıkmaktadır.

### **2.2.1. Aidiyet Kavramının Tanımı**

Birçok insan ait olma duygusunu kabul görme, dahil edilme, anlaşılma, iyi karşılanma, beğenilme ve takdir edilme ile ilişkilendirir. Akademik anlamda ait olma diğerleri ile bağlantılı olma, olumlu saygı gereksinimi ve kişilerarası bağlantı arzusuyla ilişkili eşsiz ve öznel bir deneyim olarak tanımlanır. Ait olma,

bireyin çevresindeki kişi ya da grupların sayısına bağlı olmaması bakımından yalnızlık gibidir. Aksine, ait olma bir algılama ya da nasıl hissettiğini değerlendirmedir (Allen, 2020).

Kelime anlamı olarak incelendiğinde, aidiyet ilişkili olma, mensubu olma şeklinde açıklanabilir. Bireye nereye ait olacağını kendi belirler, aidiyet bir seçenektir denilebilir. Takım tutmak, bir kulübe ya da bir partiye üye olmak gibi tercihleri içerebilir (Dadak, 2018). Bireyin ilişkisi bir nesne, birey, topluluk ya da sosyal grup ile olabilir. Bunu belirleyecek olan bireyin kendisini kaç çeşit faktörle tanımladığına göre değişir (Alptekin, 2011).

Ait olma bir tür motivasyon kaynağıdır. Bireyin varoluşunda ve kültüründe yer alır. Üreme, yaşamını sürdürme gibi sebepler ait olma güdüsü için motive edici unsurlardır. Kendi varoluşunu tamamlamak için nereye ve kime ait olduğunu bilmesi gerekir. Çocuklukta aile, sonra okul ve kültürel gruplar ve geniş topluluklar gelir. İnsanlarla kurulan ilişkilerin kalitesi ve temeli güçlendikçe ait olma güdüsü artar. Bundan dolayı bireyin bir yere ait olmasında ilişkiler önemli rol oynar (Akın ve diğer., 2016).

### **2.2.2. Aidiyet Duygusunun Önemi**

İnsan sosyal bir varlıktır. Yaşamsal gereksinimlerinin karşılanması için zaman zaman bireyler birbirlerine ihtiyaç duyarlar. Bu da beraberinde birlikte yaşama zorunluluğunu getirir. Birlikte yaşamak içerisinde birtakım sosyal ilişkileri barındırır. Bir gruba, bir aileye ya da topluma ait olma ihtiyacı duyar. Ait olma en temel bireysel ihtiyaçlardan biridir. Aidiyetin bir ihtiyaç, duygu, ortaklık olduğu söylenebilir. Bütün parçaların bir araya gelmesi ile oluşur ve her bir parça birbiri için önemlidir. Birbirine duyulan güven ve geliştirilen dayanışma aidiyet duygusunu güçlendirir (Alptekin, 2011).

Aidiyet, sosyal bağlılığın bir göstergesidir, yalnızlık ve izolasyona karşı bireyin ruhsal sağlığını korur (Cummins & diğer., 2008). Lohman & diğer. (2007)'na, göre önemsenen, değerli görülen bir grubun üyesi olma ve üyesi olduğu gruptan gurur duyma aidiyetin en etkili yönüdür. Bireyin ait olduğu grubun

başarısı ve olumlu imajı yükseldikçe bireyin de özgüveni yükselir (Dere ve Kılıç, 2016).

Duru (2015)'ya göre aidiyet düzeyi arttıkça, yalnızlık ve olumsuz duygulanım düşmekte, benlik saygısı, yaşam doyumu, olumlu duygulanım ve sosyal bağlılık artmaktadır. Aldatma ise bir ilişkide yaşanabilecek en büyük krizdir ve aldatılma, sırtından vurulma, yok sayılma, kandırılma, değer verilmeme ve önemsenmemeyi içerisinde barındırır (Weeks ve Keçe, 2019).

### **2.2.3. Genel Aidiyet Duygusu**

Aidiyet, mükemmel bir biçimde genellenebilen bir kavram değildir. Bireylere göre ifade ettiği anlam değişebilir. Aidiyet, her birey için farklı anlamları içerebilir. Nitekim, Urian (2020)'ın aktardığına göre öğrencilerle yapılan bir çalışmada öğrencilerden kendi ifadeleri ile aidiyeti tanımlamalarını istemiştir. Araştırma sonucunda göre aidiyet tanımları farklı alt kategorilerde toplanmıştır. Buna göre aidiyet; a) bireyin kurmuş olduğu ilişkilerindeki özgünlük hissi, b) kişinin kimliğindeki rahatlık hissi, c) bir gruba uyuyormuş hissi ya da üyelik, d) fiziksel olarak güvende ve emniyette hissetme, e) diğerlerine güvenebileceği hissi, f) diğerlerinden duygusal destek görme hissi, g) kendinden daha büyük bir şeye dahil olma ya da ait olma hissi, h) diğerleri tarafından istendiği hissi ve i) diğerleri tarafından saygı duyulduğunu hissetme olarak ifade edilmiştir (Urian, 2020).

### **2.2.4. Genel Aidiyet Duygusunu Etkileyen Faktörler**

Abraham Maslow, 20. Yüzyılın en tanınmış psikologlarından biridir. Maslow, insanları neyin mutlu ettiği ve olumlu davranışları anlamayla ilgilenmiştir. İnsan ihtiyaçlarını fizyolojik, güvenlik, sosyal, öz saygı ve kendini gerçekleştirme olarak beş kategoride incelediği ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisini geliştirirken basit bir soru sorarak insanları dolaylı ya da dolaysız nelerin motive ettiğini belirlemeye çalışmıştır. İnsan davranışları motive edilir ve birey motivasyon kaynağını ihtiyaçlarından alır. İhtiyaçlar hiyerarşisine göre aidiyet ve sevgi ihtiyacı yeme, içme gibi fizyolojik ihtiyaçlar ve tehlikelere karşı korunma güvenlik ihtiyacından sonra gelen önemli bir ihtiyaçtır. Öyle ki aidiyet ihtiyacı

saygınlık ve kendini gerçekleştirme ihtiyacından bile önce gelir (Desmet & Fokkinga, 2020).

Baumeister & Leary (1995)'e göre aidiyet gıda olarak görülebilecek kadar zorlayıcı bir ihtiyaçtır. Ait olma ihtiyacı kültürel ve bireysel farklılıklar gösterebilir. Bununla birlikte tüm kültürlerde ve toplumlarda bir dereceye kadar bulunur. Bu insan olmanın bir sonucudur. İnsanlar için kişilerarası ilişki kurmak, bir grubun üyesi olmak ve bunu sürdürme ihtiyacını gerçekleştirmek amacıyla gerçekleştirilen içsel bir dürtüdür.

Sosyal bağları oluşturmak ve sürdürmek gibi sosyal ilişkiler kurma dürtüsü doğuştan gelir. Ayarlanabilir özelliği vardır ve hayatta kalmak için önemlidir. İlişkilerin değerli olduğunu düşünmek bireylerde ait oldukları hissetmelerine neden olur ve bu aidiyet duygusu yaşamlarının çok anlamlı bulmalarına katkı sağlar (Baumeister & diğer., 2013).

Son zamanlarda artan internet ve sosyal ağ kullanımı ile bireyler sadece yüz yüze değil sanal gruplarla da etkileşim kurmaya başlamıştır. Sanalda olsa bir gruba üye olmak, aidiyet duygusu, kimlik kazanma ve kimlik geliştirme, destek değişimi, belli üyelerle ilişki kurmaya olanak sağlar Blanchard & Markus (2004). Elçiyar ve Küçük (2020), sosyal ağlar aracılığı ile kendini gerçekleştirme ve aidiyet duygusunu kazandırır.

Ait olma ihtiyacının karşılanması, öz düzenleme, içselleştirme, kişisel otonomi gibi temel psikolojik gelişimsel süreçleri geliştirir. Aynı zamanda yüksek benlik saygısı, öz-yeterlik ile sonuçlanır ve daha iyi öz-imaaj oluşturmaya yardımcı olur (Bargiel-Matusiewicz & diğer., 2015).

### **2.2.5. Yapılan Araştırmalar**

Dadak (2018), aidiyeti sosyal kimlik kuramı açısından ele aldığı çalışmasında yaklaşık 200 yıldır Türkiye'de yaşayan etnik grup Çerkezlerin kimlik ve aidiyet tanımlarını incelemiştir. Sosyal kimliğin grup aidiyetini güçlendirdiği, hem grup içi hem grup dışı mesafeyi artırıcı davranışlara sebep olduğu belirlenmiştir. İç grup ayırmacılığının öne çıktığı çalışmada katılımcılara göre

kendilerinin ait olduklarını hissettikleri grup ya da sosyal kimlik en iyisidir. Gündelik yaşamın getirdikleri sebebi ile bireyler sosyal kimliklerinden ayrı düşebilmekte, bunu kapatmak, bir gruba ait olmak ve bütünün parçası olmak arzusu ile çeşitli dernek ya da platformlara dahil olduklarını belirtmişlerdir. Kimlik duyguları ve aidiyet tanımlamaları değişerek artık kendilerini bir grubun parçası olarak ifade etmekte oldukları belirlenmiştir.

Çıkrıkçı ve Gençdoğan (2020), aidiyet, yaşam amacı koyma, memnuniyet gereksinimi ve olumlu yönelme arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucuna göre, aidiyet ve yaşam amacı koyma memnuniyet gereksinimini memnuniyet gereksinimi ile olumlu yönelmeyi pozitif yönde etkilemektedir. Aidiyet, bireysel otonomi, yeterlilik ve ilişkinin karşılanması ayrı ayrı önemli rol oynar. Aidiyetin kabul ve onay görme duygusuna uygun olarak, bireyler yeni davranışların geliştirilmesinde, sürdürülmesinde ve yeniden düzenlenmesinde daha belirgin olabilir. Aidiyet duygusu ve yaşam amacı koyma bireylerin yaşamlarında olumlu bakış açısına sahip olmalarını sağlar.

Çalışan anneler için neye, niçin ve nasıl ait olmak konulu araştırmasında Satterfield (2020), aidiyeti yeni anne olmuş kadın çalışanların çalışma yaşamı açısından incelemiştir. Aidiyet duygusu, iyilik halini birçok açıdan besler. İlk annelik birçok sebepten dolayı zorlayıcı olabilir. Çalışan kadından çalışan anneye değişim hem evde hem de işte dalgalanma ve psikolojik bozulmalara sebep olabilir. Anneler, ait olduğunu düşündüğünde bireysel olarak daha yüksek iyilik deneyimler.

## **2.3. Aldatma**

### **2.3.1. Aldatma Kavramı**

Aldatma kavramı, araştırmacılara göre hem toplumsal hem de bireysel olarak çeşitlilik gösterir. Aldatma davranışının çeşitlilik göstermesinde bireylerin yaşam deneyimleri, algıları, ilişkiye attıkları anlam rol oynayabilir (Çiftçi ve Çoksüer, 2020). Aldatma, bireye, aileye ve topluma verdiği etkileri ile travmatik bir olaydır.

Romantik ilişkilerdeki aldatma kavramını anlamak kadar, onu incelemek ve kesin yargılar içeren bir sonuca ulaşmak oldukça zordur (Özkul, 2018). Her iki cins içinde farklı anlamları ifade edebilir (Solmuş, 2015; Özkul, 2018). Tüm bu farklılıkların sebeplerinde partnerlerden her birinin ilişkilerine beraberlerinde getirdikleri inançları, beklentileri, savunma mekanizmaları, beraberliklerinde geliştirdikleri davranış örüntüleri, iletişim stilleri, çatışma çözme biçimleri ve ilişkilerindeki rolleri kadar ailelerinden getirdikleri etkilerde rol oynar (Özkul, 2018).

Başka bir boyut ise aldatmayı tanımlamak için benzer anlamlar içeren kelimelerin kullanımınıdır. Sadakatsizlik kelimesinin alın yazısında aldatma olarak kullanıldığı görülmektedir (Sungur, 2009; Özkul, 2018). Sungur (2009), "*Sen, Ben ve Aramızdaki Her Şey: "şeytan üçgeni"*", isimli kitabında sadakatsizliği iki partner arasındaki ilişkiyi duygusal, fiziksel ya da her iki boyutta tehdit edebilecek nitelikte başka bir ilişkinin varlığı olarak tanımlar. Bu tanıma benzer şekilde Fife & diğer. (2008), aldatmayı, bireyin birlikte olduğu birincil partneri dışında bir başkası ile partnerinin onaylamayacağı duygusal ve/veya cinsel paylaşım olarak tanımlamıştır.

Kadın ve erkeğin bakış açısından aldatma anlamı kadar aldatmaya karşı verdikleri tepkiler de farklıdır. Kadınlar aldatmayı duygusal boyutta ele alır. Kadın eşi ya da sevgilisinin onu cinsel olarak aldatmasını bir gecelik, geçici bir ilişki, aralarında duygusal bir bağ yoktur gibi düşüncelerle korkuya ya da paniğe gerek olmadığı şeklinde algılar. Duygusal bir bağ, aşk olmadığı için affedilebilir görür. Kadınlar aldatma ya da evlilik dışı ilişkilerini suçluluk duygusu, dürüst davranma ya da ilişkiyi bitirmek istemeleri gibi sebeplerden dolayı eşlerine anlatabilir. Erkeklerde ise durum daha farklıdır. Onlar, aldatmayı cinsel boyutta ele alır. Cinsellik duygusal bağdan önce gelir. Eğer ortada bir aldatma varsa zaten duygusal bir bağ ya da aşk olduğu için cinsellik gerçekleşmiştir diye düşünür. Yaşadıkları ilişkiyi eşlerini ya da hali hazırda yaşadıkları ilişkilerini kaybetmeme adına gizlemeyi tercih eder (Solmuş, 2015).



### 2.3.2. Romantik İlişkilerde Aldatma

Romantik ilişkilerde aldatma, ilişkinin flört ya da evlilik olmak üzere türüne, eşlerin içedönük ya da dışadönük kişilik özelliklerine, doyumlu ya da doyumsuz ilişkiyi algılama şekillerine, ilişkiye olan bağlılıklarına göre farklı şekillerde oluşabilir (Solmuş, 2015).

Garbinsky& diğer. (2019), romantik ilişkilerde parasal harcamaları, borçları ya da diğerinden habersiz para biriktirme ve gizlemeyi ekonomik aldatma olarak değerlendirmişlerdir. "Ekonomik Aldatma Ölçeği" geliştirerek aldatmayı başka bir boyutta ele almışlardır.

Peluso (2018), aldatmayı dönme dolaba benzetir. Durmadan dönüp durulan ve gerçekte aldatmanın ne olduğu ya da olmadığı konusunda tam olarak bir cevaba ulaşılamayan bir durum olarak değerlendirir. Aldatmanın, ilişkilerin ya da evliliklerin otomatik bir sonucu olduğu inancı yaygın bir gerçektir. Bu inançların açığa çıkarılmasında tüm aldatma türlerinin eşit mi olduğu, aldatmada hangi tarafın ya da her iki kesiminde mi suçlanacağı, çiftlerin üçüncü bir kişinin varlığında ilişkilerini sonlandırmak mı zorunda olduğu ve aldatma sonrası tedavi ve iyileşmenin mümkün mü olduğu sorularının cevaplanması gerektiğine dikkat çeker.

### 2.3.3. Aldatmanın Nedenleri

Aldatmanın gerçekleşmesini etkileyen birtakım nedenler vardır. İlişkiler karmaşık bir dinamiğe sahiptir. Bireyler söz ya da evlilik imzası ile birliktelik kurduklarında geçmişleri, geleceğe dair umutları, kişilik özellikleri ve bağlanma stillerini de ilişkilerine dahil ederler (Özkuş, 2018). Romantik ilişkiler ve evlilik üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde, ilişkilerin sadece çiftlerle değil aynı zamanda çiftlerin geçmiş deneyimleri ile de ilgili olduğunu göstermiştir. Örneğin, Tortamış'a (2014) göre, evli bireylerin ebeveynlik ve anne/baba algısı bireylerin aldatma eğiliminde ve romantik kıskançlık düzeylerinde etkilidir.

Son yıllarda hızla artan internet ve sosyal medya kullanımı, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi aldatma da etkilidir. Sosyal medya kullanımı arttıkça aldatma eğilimi artmaktadır. Eşini beğenme düzeyi arttıkça aldatma

eğilimi azalmaktadır (Yıldırım, 2019). Sosyo-demografik özelliklere göre incelendiğinde, erkek cinsiyetin (Şatıroğlu, 2017; Yıldırım, 2019), yüksek gelir durumu (Solmuş, 2010), çocuk sayısı artışının, serbest meslek sahibi olma aldatma eğilimini artırmaktadır (Yıldırım, 2019). Kişinin yetiştiği ortam, erken evlenme, ergenlik döneminde karşı cinsle daha az birlikte olması ve görücü usulü ile evlenme de aldatmanın sosyal tetikleyiciler arasına yer alır (Yeniceri ve Kökdemir, 2006).

Aldatmanın altında yenilik arayışı olduğu söylenebilir. Yeni bir ten, dokunuş, heyecan ya da cinsel istek yatabilir. Ancak aldatma nedenleri bunlarla sınırlı değildir. Kısa ya da uzun sürsün aldatma nedenleri arasında bireyin kişiliği, duyguları, ortam koşulları, mevcut ilişkisindeki doyumsuzluk gibi farklı unsurlar bulunur (Solmuş, 2015).

Genel olarak aldatma nedenleri aşağıda belirtilmiştir:

- Cinsel ve duygusal tatminsizlik (Çıkıt, 2017),
- Kişilerarası ilişki sorunları ve çatışmalar (Solmuş, 2015; Çıkıt, 2017),
- Şiddet aldatmanın sebebi olduğu gibi sonucu da olabilir (Çiftçi ve Çoksüer, 2020)
- Bireysel hedeflerle ilişkinin getirdiklerinin örtüşmemesi,
- İş-aile yaşamının getirdiği sorumluluklar ve beraberindeki stres (Sungur, 2009),
- Ekonomik ve sağlık sorunları (Sungur, 2009),
- Cinsellikle ilgili sorunlar (konuşamama, kendini çekici bulmama, soğukluk, farklı cinsel istekler, kendine yeniden çekici hissetme arzusu, vb),
- Baskıdan ve bastırılmaktan kurtulma, özgürleşme arzusu,
- Eşe ya da ilişkiye olan bağımlılıktan, monotonluktan kurtulma,
- Farklı şehirlerde yaşama, kariyer,
- Uzun süreli, sağlıklı romantik ilişki kuramama,
- Alkol ve madde kullanımı,
- Güvende hissetme, anlaşılma arzusu, ilgi, bağlılık ve iletişim ihtiyacı duyma, sayılabilir (Solmuş, 2015).

Weeks ve Keçe (2019)'ye göre ilişkinin içine düştüğü monotonluk, iletişim kuramama, duygusal, cinsel sorunlar ve başka sorunlar çiftlerin mutluluğunu olumsuz etkiler. Aldatmanın asıl sebebi bireylerin mutlu olma ihtiyacıdır ve bu ihtiyacın karşılanması dışarıda aranır. Erkekler için aldatma söz konusu olduğunda önemli bir sebep gerekmediğini, erkeğin doğasında olduğunu bununla birlikte dolaylı ya da dolaysız olarak birlikte olduğu kadının erkeğin aldatmasında rolü olduğunu savunur. Kadın için ise mutsuz kadının aldatma ihtimalinin yüksek olduğunu belirtir.

#### **2.3.4. Aldatma Eğilimi**

Aldatma eğilimi, bireyin birliktelik yaşadığı partnerini ya da evli ise eşini aldatmaya olan yatkınlığı şeklinde tanımlanabilir. Aldatma eğiliminde bireyin, yaşı, cinsiyeti, eğitim ve ekonomik durumu, evlilik şekli gibi çeşitli demografik özelliklerden etkilenebilir.

Kankaya (2015), çalışmasında aldatma eğilimi artışının evlilik doyumunu ve cinsel doyumu düşürdüğü, aldatma eğilimlerinin erkeklerde ve akraba evliliklerinde daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Kubat (2012) ise yaşın, evlilik biçiminin, eşin ya da bireyin kendisinin eğitim durumunun, ekonomik durumun, akraba olup olmamanın aldatma eğiliminde farka yol açmadığı, bununla birlikte çocuk sayısı ve evlilik süresi arttıkça aldatma eğiliminin arttığını belirlemiştir.

#### **2.3.5. Aldatmanın Sınıflandırılması**

Birçok insan duygusal ilişkilerde sadakate değer verir. Romantik bir ilişkinin kuralları ve normlarını sekteye uğratacak herhangi bir birey aldatma olarak değerlendirilebilir. Evlilikte aldatma, duygusal katılım olmaksızın gerçekleşen cinsellik-cinsel aldatma, cinsel birleşme olmaksızın gerçekleşen duygusal ilişki-duygusal aldatma ve her ikisinin de birlikte olduğu cinsel ve duygusal aldatma olmak üzere üç şekilde gerçekleşebilir (Abbasi & diğer., 2019).

Schnell (2018) ise ilişkilerde aldatmayı duygusal ve fiziksel aldatma olarak iki şekilde ele almıştır. Bir ilişki hem duygusal hem de fiziksel sadakatsizliğin iki ana kategorisine girebilir ve genellikle bu iki türün kombinasyonu ikincil bir ilişki olarak düşünülebilir (aktaran, Asadu & Egbuche, 2020).

Çeşitli davranış biçimleri aldatma olarak düşünülebilir. Penis-vajinal ilişki, başka biri ile duş yapmak gibi cinsel davranışlar, teknoloji kullanılarak online gerçekleştirilen sosyal medya ya da webcam aracılığı ile mastürbasyon yapmak gibi davranışlar, sır saklama, mali açıdan birine destek olmak gibi duygusal/ şefkat davranışları ve birinin fantezisini kurmak, porno izlemek gibi bireysel yapılan davranışları içerebilir (Stamps, 2020).

Weeks ve Keçe (2019), aldatmayı macera ve hevese bağlı gelişen **anlık aldatma**, cinsel sorunlar ve cinsel tatminsizliğe bağlı gelişen **cinsel aldatma**, başlangıcında cinsel ilişki olmasa da daha sonra eşlik edebildiği ve duygusal nedenlerle gelişen **duygusal aldatma**, sadece cinselliğin olduğu ve asıl amacın kendisini aldatan eşten intikam almayı amaçlayan **intikam için aldatma** ve internet aracılığıyla gerçekleştirilen duygusal ve cinsel ilişkiyi içeren **sanal aldatma** olarak beş kategoriye ayırmıştır.

Sungur (2009) aldatmayı bireylerin aldatma eylemini gerçekleştirme amacına yönelik;

- a) Yeni bir yaşama kapı açan sadakatsizlik,
- b) Üç bacaklı sadakatsizlik,
- c) İntikam amacıyla yapılan sadakatsizlik,
- d) Kendini yeniden fark ettirmek amacıyla yapılan sadakatsizlik,
- e) Yakın ilişkilerden korkmaya bağlı olarak gelişen sadakatsizlik,
- f) Fırsatçılık ya da deneysel amaç taşıyan sadakatsizlik olarak sınıflandırmıştır.

### 2.3.6. Aldatmanın Sonuçları

Evlilik ya da romantik ilişkileri içine alan yakın ilişkileri bireyin yaşamının önemli bir parçasıdır (Solmuş, 2010). Bireyler romantik ilişkilerinde fiziksel, psikolojik birtakım ihtiyaçlarını karşılar (Özkul, 2018). Aldatma durumunda bu ihtiyaçlar sekteye uğrar. Sosyal ve psikolojik açıdan bireyleri ve evliliğin birliğine ve bütünlüğüne zarar verir (Solmuş, 2010).

Evlilikte aldatma, evlilik kurumu ve aile için bir tehdittir. Evlilik aktine yönelik güveni ve saygıyı yok eder ve ahlaki yozlaşmaya yol açar. Evlilik, kadın ve erkek birlikteliğinin toplum tarafından kabul edilir halidir. Aile, toplumun en küçük ve en önemli grubunu oluşturur. Aldatma, evlilikle gerçekleşen aile birlikteliğine zarar verir, evliliklerin bitmesi ile sonuçlanabilir. Evlilikteki dengesizlik, çocuklar, çiftler ve toplumun geneli üzücü sonuçlara sebep olan sosyal bir sorundur. Aldatma, çiftlerin imajına, kişisel güvenine ve aile üyelerinin sosyo-ekonomik durumlarına zarar verir. Boşanma ile sonuçlandığında ise her birey diğerini suçlar ve çocuklar sorun yaşar. Aldatma aynı zamanda cinsel üreme üzerinde de olumsuz etki yapar. Güvenli olmayan cinsel ilişki HIV ve diğer cinsel yolla bulaşan hastalıklar için risk oluşturur (Asadu & Egbuche, 2020).

Coop-Gordon & Mitchell (2020), her dört evlilikten birinde aldatmanın gerçekleştiğini belirtmektedir. Depresyon, anksiyete ve post travmatik stres bozukluğu, ekonomik kayıp, çiftler arasındaki çatışmanın artışı ve agresyonlar ve çocuklar üzerinde anksiyete ve depresyon gibi davranışları içselleştirme ve dışsallaştırma gibi sonuçlara sebep olabilir. Aldatma en bilinen boşanma sebeplerinden biridir.

Partneri tarafından aldatıldığı şüphesi bireylerde kıskançlığa yol açabilir. Cinsel kıskançlık özellikle erkekler için yıkıcı sonuçlar doğurur. Kadının şiddet ya da cinayet mağduru olmasının en sık nedeni erkek kıskançlığıdır (Shackelford & diğer., 2000). Aldatma önemli bir konu olduğu kadar aynı zamanda mahrem bir konudur. Üzerinde çalışılması, yeterli ve doğru bilgi edinilmesi oldukça zordur. İçerisinde cevaplanmamış soruları barındırır (Blow & Hartnett, 2005).

Hem aldatan hem de aldatılan kayıp yaşar. Aldatılan kişide kimlik kaybı, eski ben değilim algısı, özel olma duygusunun kaybı, öz-saygıda kayıp, eşini yeniden kazanma uğruna inandığı değerlerden vazgeçme, öfke ve suçluluk, düşünce süreçlerinde, tekrarlayan ve hoş olmayan davranışlar üzerinde kontrol kaybı, adalet ve kontrol duygusuna olan inancın kaybı, başkaları ile

kurulan bağıın kaybı, yaşama olan isteğın ve amacın kaybı, güvensizlik, pişmanlık, çökkünlük görülebilir. Aldatan kişide ise aldatma sonrası ilişkisine, kendine ve eşine verdiği zarara yönelik beklenen duygu ve endişeleri şaşkınlık, çaresizlik, belirsizlik, öfke, yalnızlıktır (Sungur, 2009).

### **2.3.7. Yapılan Araştırmalar**

Allen & diğer. (2008), boylamsal bir evlilik araştırmasına katılan 72 çiftten oluşan bir örneklem grubu katılımı ile evlilik öncesi sadakatsizliğin ön habercilerini incelemişlerdir. Evliliklerinin ilk yıllarında aldatma deneyimlemiş ve deneyimlememiş çiftlerin ifadelerine ve gözlemsel verilere göre aldatan erkeklerin evlilik öncesi cinsel memnuniyetlerinin ve olumlu iletişimlerinin daha düşük olduğunu, aldatan kadınların ise evlilik öncesi cinsel memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Hem kadın hem de erkeklerde olumsuz iletişim zamanla ilişki memnuniyetini yıpratıyor, düşük memnuniyet, çiftlerin birbirlerine olan adanmışlıklarını azaltıyor ve sonuçta başka partner arama olasılığı yükseliyor. Problemlili iletişim, birçok çift için aldatma zincirinin ilk bağlantısı olabilir.

İnternetin aldatma aracı olarak kullanıldığı online aldatma eğiliminin evli çiftlerin evlilik doyumlarına, öznel iyilik halleri ile ilişkisini inceleyen bir çalışmada, erkeksi ya da kadınsı özelliklerin bireylerin iyilik hallerine etkisinin olumlu yönde olduğu, online aldatma eğiliminin ise negatif yönde etkilediğini göstermiştir. Erkeksi özellik yükseldikçe online aldatma eğilimi artmakta, online aldatma eğilimi arttıkça öznel iyilik azalmaktadır. Evlilik doyumunu, online aldatma eğilimi ve öznel iyiliği kısmen düzenlemektedir (Ateş, 2018).

Dünya genelinde yaşanan ve ekonomik, sosyal ve bireysel zorlukları içerisinde barındıran Covid-19 pandemisi çiftlerin aldatma riskini artırabileceğini ileri süren Coop-Gordon & Mitchell (2020), çalışmalarında, pandeminin çiftlerin duygusal ve sosyal yaşamlarına yeni zorluklar ve engeller getireceğine vurgu yapmışlardır. Mayer (2020) çalışmasına katılan bireylerin %69'unun iş yaşamlarının en stresli döneminin pandemi döneminde olduğunu belirlemiştir (aktaran, Coop-Gordon & Mitchell, 2020).

Shackelford & diğ er. (2000), duygusal ve cinsel aldatmaya karşı bireylerin vermiş oldu ğ u duygusal tepkileri incelediklerinde, erkeklerin intihar /cinayet puanlarının, kadınların ise güvensizlik/ istenmeme puanlarının daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Katılımcılar cinsel aldatmayı daha çok mide bulandırıcı/tiksindirici bulurken duygusal aldatmayı istenmeyen/güvensiz bulduklarını belirtmişlerdir.

2005-2019 yılları arasında İngilizce yayınlanmış aldatmayı ele alan 1463 çalışmaya dayanan bir sistematik derleme çalışmada evlilikte yaşam boyu tahmini cinsel aldatma prevalansı %16,3-%25,4 arasında olduğu belirlenmiştir (Stamps, 2020).

Evli kadın ve erkeklerin evlilik dışı seks durumlarını ve prevalansını inceleyen Pan & diğ er. (2020), 2000-2015 yılları arasında dört dönemde araştırmalarını yapmışlardır. 2000 yılında 3008, 2006 yılında 4015, 2010 yılında 5228 ve 2015 yılında 2902 toplamda 15.153 katılımcı ile araştırmalarını tamamlamışlardır. Araştırma sonucunda hem erkeklerde hem de kadınlarda evlilik dışı cinsel ilişki oranının artış gösterdiği, 15 yıllık süre içerisinde bu artışın erkeklerde %12'den %33,4'e kadınlarda %4,7'den %11,4'e olduğu görülmüştür. Benzer bir çalışma 2000-2016 yıllarında Amerika'da yapılmış ve istatistiksel olarak anlamlı olmasa da 2000'de %17,8 olan evlilik dışı cinsel ilişki prevalansının 2016'da %16,3'e düştüğü belirlenmiştir. Katılımcıların %53,5'inin evlilik dışı cinsel ilişkiyi en yakın arkadaş, komşu veya iş arkadaşı ile %29,4 ile uzun süredir tanıdığı biri ile gerçekleştirdiğini belirtmiştir (Labrecque & Whisman, 2017).

Türkiye'de Cinsel Sağlık Enstitüsü Derneği (CİSED) tarafından yapılan bir çalışmaya göre her üç katılımcıdan biri eşi ya da partnerini aldattığını belirtmiştir. Aldatmanın türüne göre %60'ı duygusal, %24'ü cinsel %16'sı ise hem duygusal hem cinsel olarak aldatmıştır. % 30'u yakın çalışma arkadaşı, %15'i yakın aile çevresinden birisi, %10'u komşusu ve %10'u bir aile dostu ile aldattığını ifade etmiştir. Bu bulgulara göre yaklaşık her üç bireyden birinin eşini ya da partnerini tanıdığı biri ile aldattığını göstermektedir (Weeks ve Keçe, 2019).

## 2.4. İlgili Araştırmalar

Stres, gerçek ya da hayali durumlara karşı verilen fiziksel veya duygusal tepkidir. Sosyal bir kavram içerisinde yer almasından dolayı, etkileşim içinde olduğumuz özellikle romantik ilişkide diğerlerini etkileyebilir. Romantik ilişkilerde eşler birbirlerinin yaşam deneyimlerinden güçlü bir şekilde etkilenirler (Randall & Bodenmann, 2017). Evlilik uyumu çiftlerin algıladıkları stres düzeyini etkilemektedir. Erkekler göre kadınlar evliliklerine daha fazla anlam yüklemekte ve stres algıları daha yüksektir (Gözeler, 2018).

Stres, modern toplumlarda zararlı ve gittikçe artan bir öneme sahiptir. Son zamanlarda artan ilgiye bağlı olarak araştırmalar stresin özel yaşamlardaki özellikle de çiftlerin yaşamlarındaki rolüne dikkat çekmektedir. Stres yakın ilişkilerin işlevselliğine ve dayanıklılığına zarar verebilir. Randall & Bodenmann (2009), çalışmasında ailelerde kriz ve uyum sürecini, ilişkisi kalitesini ve kronikleşen günlük stresin yakın ilişkilerdeki rolünü anlamının önemini kavramsal anlamda ele almıştır. Birlikte geçirilen zaman, çiftlerin birbirlerine kendilerini daha az ifade etmeleri, dinamik başa çıkmada zayıflık, iletişim azlığı, psikolojik ve fiziksel problemlerin artışı gibi farklı süreçlerin ilişkilerde yabancılaşma, düşük ilişki memnuniyeti ve boşanma riskinin artışı gibi olumsuz sonuçları olabileceğini belirtmiştir.

Neff & Karney (2004), dışsal stresin evlilik kalitesindeki etkisini incelediğinde, dört yıl boyunca devam eden stresin, evli çiftlerin evlilik algılarını yordadığını, ilişkinin şeklini ve sürecini etkilediğini belirlemiştir. Kadınlar dışsal strese karşı daha fazla tepki göstermekte ve evlilik memnuniyetleri düşmektedir. Evliliğin ilk yıllarında stresle başarılı mücadele eşleri gelecekte yaşanabilecek stresten koruyabilir ve stresi önleyebilir.

Aldatma, romantik kıskançlık ve partner şiddetinin incelendiği ve karma yöntemin uygulandığı bir sistematik derlemede, tüm dünya bölgelerini içine alan 28 farklı ülkeden veriler değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda aldatma ya da aldatma şüphesinin kadına yönelik romantik kıskançlık ve partner şiddeti ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Buller & diğer., 2020).



Altun ve diğ er. (2020)'nin, Türkiye'de boş anma nedenlerini iletişim bağ lamında inceledikleri ç alışma verilerine g ö re ç iftlerin sı rasıyla en önemli boş anma nedenleri birbirlerinden beklentilerinin de ğ işmesi, aldatma, evle ilgili g ö rev ve sorumlulukların da ğ ılımının adil olmaması, eř in ailesiyle yaş anan anlaşmazlıklar ve ç ocuk yetiştirmeye y ö nelik sorunlar oldu ğ u belirtilmiştir. Aldatma ikinci sırada yer alan boş anma nedeni olmasına ra ğ men diğ er nedenlerin aldatma nedenleri arasında yer alması aslında aldatmanın en önemli boş anma nedeni sayılabilece ğ ini d ü ř ü nd ü r m e k t e d i r .

Türkiye Boş anma Nedenleri Araş tırması'na g ö re (2014) boş anmayla sonuçlanan evliliklerde en ç ok yaş anan sorunları arasında %46,6 ile duygusal ilişki ve %44,9 ile aldatma yer almaktadır. Evlilikte yaş anan ilk beş sorunlar ç eşitli demografik özelliklere g ö re incelendi ğ inde kadınlar, e ğ itimsiz-ilkö ğ retim mezunları, evlilik süresi 10 yıldan fazla olanlar ve 3 ve ü zeri ç ocuk sahibi olanlarda aldatma en önemli beş evlilik sorunlarından biri olarak belirtilmiştir (T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlı ğ ı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlü ğ ü, 2015).

Birey, aile kavramını ve ait olma hissini ilk ç ocukluk yıllarında aile iç erisinde hissederler. Aidiyet duygusu ilişki ve bağ lanma unsurlarının bileşmesinden oluş ur. Aile ortamının olumlu yapısı, ç ocukların aileye ait olma, anlaş ıldı ğ ı ve dikkate de ğ er oldukları hissini yaş atır (Bloyd & King, 2016). Boş anmış ve yeni bir evlilik yapmış aile ortamında ise bazı sorunlar yaş anabilir. Aslantürk ve Kılıç (2020), üvey aile ortamındaki gençlerde aidiyete ilişkin d ü ř ü n c e l e r i n i ve deneyimlerini inceledi ğ i ç alışmalarında gençler aile ile ilgili sevgi, birliktelik, paylaşımda bulunma, g ü ven ve destek, samimiyet kavramlarını ifade ettiklerini en sık tekrarlanan kavramların ise sevgi ve birliktelik oldu ğ unu bildirmiştir. Üvey ebeveynlerle kurulan ilişki gençlerin aidiyet duygusunun belirleyici unsuru oldu ğ u belirtilmiştir.

Baumeister & Leary (1995)'e g ö re aile bağ ları kuvvetli olan ve kendilerini bir gruba ait hisseden bireyler daha mutludur ve hayattan daha fazla doyum almaktadır. Mutluluk ve yaş am doyumunu yüksek bireylerin g ü n l ü k yaş amlarında

karşılaştıkları stres ile başa çıkma yeteneklerinin de daha yüksek düzeyde olması beklenen bir durumdur.

Cummins & diğer. (2008), aidiyet ihtiyacı, ilişki memnuniyeti, yalnızlık ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiyi 436 gönüllünün katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmada incelemiştir. Yalnızlık ait olma ihtiyacıyla zayıf bir şekilde ilişkili olsa da, karşılanmamış ait olma ihtiyacını ölçmek için kullandığımız kişisel ilişkilerden duyulan memnuniyet ve aidiyet ihtiyacı arasındaki güçlü bir şekilde ilişkilidir. Yalnız yaşayan bireyler başkaları ile yaşayanlara göre daha az ait olma ihtiyacı duymaktadır ve ilişki memnuniyetleri daha düşüktür. Yalnızlık, karşılanmamış ait olma ihtiyacı ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir.

## **3. BÖLÜM**

### **YÖNTEM**

Bu bölümde sırasıyla; araştırmanın modeli, araştırmanın evren ve örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama yöntemi ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

#### **3.1. Araştırmanın Modeli**

Algılanan stres, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi hakkında nicel veriler toplanacaktır. Algılanan stres düzeyi, genel aidiyet duygusu ve duygusal ilişkide aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan bu araştırma, ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır. Bu araştırmada, bireylerin algıladıkları stres düzeyleri, genel aidiyet duyguları ve duygusal ilişkide aldatma eğilimlerinin birbirleriyle ve bazı değişkenlerle aralarındaki ilişkiler incelenecektir. İki ya da ikiden fazla değişkenin birbirleri arasındaki etkisini ortaya çıkarmak için genel tarama modellerinin bir alt modeli olan ilişkisel tarama modeli kullanılmaktadır (Karasar, 2005). İlişkisel tarama modeli, nedensel karşılaştırma araştırmaları, koşullar ve katılımcılar üzerinde herhangi bir değişim yapılmaksızın, bireyler, gruplar arasındaki farklılıkların nedenlerine ve sonuçlarına ulaşmayı hedefleyen çalışmalar olarak tanımlanmaktadır (Akgün ve diğer., 2009). Araştırma, amacına göre ilişkisel, kapsadığı zamana göre kesitsel, veri toplama yöntemine göre ise anket çalışmasıdır.

#### **3.2. Araştırmanın Örnekleme**

Araştırmada basit rassal örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Basit rassal örnekleme yönteminin uygulamasında anakütle kısımlara ayrılmaksızın birimler arasından anakütlenin tamamını yeterince temsil edebilecek

büyükölkte örneklem tesadüfi ve iadesiz olarak seçilir (Işığışok, 2018). Kullanılan bu örnekleme yöntemi ile belirlenen örneklemdaki bütün bireylerin araştırmaya katılma olasılığının eşit ve birbirinden bağımsız olması hedeflenmiştir.

Araştırmanın evreni Türkiye’de sosyal medya kullanan 18 yaş üstü ortalama 50 milyon yetişkinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 2020 yılı Mayıs ayında Türkiye’nin farklı illerinde yaşayan, 18 yaş üstü genel halk kitlesi oluşturmaktadır.

Örneklem sayısının belirlenmesi hususunda literatürde anlamlılık derecesi olarak kabul edilen  $\alpha = 0.05$  örnekleme hatası ile  $p = 0.3$ ,  $q = 0.7$  olarak alınmış olup (Yazıcıoğlu, 2004), örneklem grubu olan 323 kişi elde edilmiştir. Hedeflenen katılımcı sayısı 323 kişi olup, 18 yaş üzeri 324 bireyden veri toplanmıştır. Verilerin istatistiksel yöntemlere uygunluğunu incelemek amacıyla öncelikle uç değer analizi yapılmış ve 33 tanesinin uç değer olduğu istatistiksel olarak tespit edilmiş olup örneklemden çıkarılmıştır ve araştırma 291 katılımcıyla sürdürülmüştür.

Veri toplama araçları, araştırmaya dahil olan katılımcılara özel durumlar (COVID-19) nedeniyle online olarak uygulanmıştır. Aşağıdaki Tablo 1’de araştırma kapsamına alınan 18 yaş üzeri bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı verilmiştir.

**Tablo 1.**  
*Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımları*

	N	%
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	218	74,9
Erkek	73	25,1
<b>Yaş</b>		
18-25 yaş arası	50	17,2
26-35 yaş arası	69	23,7
36-45 yaş arası	125	43,0
46 yaş ve üzeri	47	16,1
<b>Medeni durum</b>		
Evli	192	66,0

Boşanmış	21	7,2
İlişkisi var	39	13,4
İlişkisi yok	39	13,4
<b>Eğitim düzeyi</b>		
Lise mezunu ve altı	42	14,4
Üniversite mezunu	204	70,1
İleri eğitim mezunu (master /doktora)	45	15,5
<b>Çalışma durumu</b>		
Çalışıyor	191	65,6
Çalışmıyor	100	34,4
<b>Gelir düzeyi</b>		
2900 TL'ye kadar	76	26,1
3000 TL – 4900 TL arası	83	28,5
5000 TL ve üzeri	132	45,4
	N	%
<b>Çocuk durumu</b>		
Var	200	68,7
Yok	91	31,3
<b>Çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olup olmadığı</b>		
Var	70	24,1
Yok	221	75,9
<b>Psikolojik rahatsızlık olma durumu</b>		
Var	26	8,9
Yok	265	91,1

Tablo 1'e göre; araştırmada yer alan 291 katılımcının cinsiyet değişkenine göre dağılımları incelendiğinde; 218'i (%74,9) kadın, 73'ü (%25,1) erkek, yaş değişkenine göre dağılımları incelendiğinde ise %43,0 'ü 36-45 yaş aralığında, %23,7'si 26-35 yaş aralığında, %17,2'si 18-25 yaş aralığında, %16,1'inin ise 46 yaş ve üzeri olduğu görülmektedir. Katılımcıların medeni durumlarına göre dağılım incelendiğinde; 192'si (%66,0) evli, 39'unun (%13,4) ilişkisi var, 39'unun (%13,4) ilişkisi yok ve 21'i ise (%7,2) boşanmış olduğu görülmektedir. Eğitim düzeyine yönelik katılımcıların dağılımları incelendiğinde; 204'ü (%70,1) üniversite mezunu, 45'i (%15,5) ileri eğitim mezunu ve 42'si (%14,4) lise mezunu ve altı olduğu görülmektedir. Katılımcıların çalışma durumlarına yönelik dağılım incelendiğinde; 191'i (%65,6) herhangi bir işte çalışıyor olduğu ve 100'ü (%34,4) herhangi bir işte çalışmadığı ayrıca 132'sinin (%45,4) aylık gelir düzeyi 5000 TL ve üzeri, 83'ünün (%28,5) aylık gelir düzeyi 3000 TL – 4900 TL arası ve 76'sınının (%26,1) aylık gelir düzeyi 2900 TL'ye kadar olduğu görülmektedir. Katılımcıların çocuk durumlarına yönelik dağılımları

incelendiğinde; 200'ünün (%68,7) çocuğu olduğu, 91'inin (%31,3) çocuğu olmadığı ve çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olup olmadığına yönelik dağılımları incelendiğinde; 221'i (%75,9) çocuklarının dışında evde yaşadığı yakını olmadığı ve 70'i (%24,1) çocuklarının dışında evde yaşadığı yakını olduğu görülmektedir. Katılımcıların psikolojik rahatsızlıklarına yönelik dağılım incelendiğinde; 265'i (%91,1) psikolojik bir rahatsızlığı olmadığı ve 26'sının (%8,9) psikolojik rahatsızlığı olduğu görülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada Sosyo-demografik bilgi formu, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Genel Aidiyet Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçları toplam 65 sorudan oluşmaktadır. Demografik bilgiler için çoktan seçmeli sorular sorulmuş olup diğer ölçeklerdeki sorular likert tipi şeklindedir. Ölçeklerin geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmıştır. Ölçekler hakkında, sırası ile bilgiler aşağıda olup ekte ise uygulamada kullanılmış ölçekler mevcuttur.

#### **3.3.1. Demografik Bilgi Formu**

Araştırmaya gönüllü olarak dahil olmak isteyen katılımcıların kişisel özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla ve aldatma eğilimi, genel aidiyet ve algılanan stres açısından etkisi olduğu düşünülen yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, gelir düzeyi, duygusal ilişki süresi vb. sosyo demografik özellikleri içeren Demografik Bilgi Formu (Ek 1) araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Uygulama öncesinde araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılara bilgilendirilmiş ve Aydınlatılmış Onam Formu onaylatılmıştır.

#### **3.3.2. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)**

Araştırmaya katılan bireylerin aldatma eğilimlerinin olup olmadığını belirlemek için Aldatma Eğilimi Ölçeği (Ek 2) kullanılmıştır. Aldatma Eğilimi Ölçeği bireylerin romantik ilişkide aldatma eğilimini değerlendirilmektedir. Ölçeğin ortalama uygulama süresi 10 dakikadır. Ölçek toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 18 maddesi aldatma eğilimini ölçen pozitif maddelerden oluşurken, 12 tanesini aldatma sayılmayan ve ters puanlanan negatif maddelerden oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert tarzıdır ve her bir madde için

'tamamen katılıyorum' ile 'kesinlikle katılmıyorum' arasında değerlendirme yapılmaktadır. 'Tamamen Katılıyorum' ifadesi 5 puan, 'Kesinlikle Katılmıyorum' ifadesi 1 puan olarak hesaplanmaktadır. Sonuç maddelerden alınan puanların aritmetik toplamıyla elde edilmektedir. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, kişinin aldatma eğiliminin arttığını göstermektedir.

Aldatma Eğilimi Ölçeği, sosyal mübadele kuramının (Thibaut & Kelley, 1959'den, aktaran Polat, 2006) genel görüşlerinden yola çıkılarak Polat (2006) tarafından, evlilik dışı ilişkilerin nedenlerini, türlerini ve evlilik dışı ilişki ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar ve tezlerden de yararlanılarak geliştirilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach alfa ve iki yarım güvenilirliğine bakılmış, Cronbach alfa değeri 0.95, iki yarı güvenilirliği de 0.95 olarak saptanmıştır (Polat, 2006).

### **3.3.3. Genel Aidiyet Ölçeği (GAÖ)**

Genel Aidiyet Ölçeği (Ek 3), katılımcıların genel aidiyet durumlarını nicel olarak ölçmek amacıyla araştırmaya dahil edilmiştir. Malone & diğer. (2012) tarafından geliştirilmiş olan Genel Aidiyet Ölçeği, aidiyeti iki boyutta (Kabul edilme/İçerilme-Reddedilme/Dışlanma) değerlendiren bir ölçme aracıdır (aktaran Duru, 2015). Ölçek hem Akın ve diğer., (2016) tarafından hem de Duru (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Yapılmış olan araştırmada Duru (2015)'nin uyarlamış olduğu ölçek kullanılmıştır.

Ölçeğin uygulama süresi ortalama 5 dakikadır. Ölçek toplam 12 maddeden oluşmaktadır ve 7'li likert tarzıdır, her bir madde için 'kesinlikle katılmıyorum' ile 'tamamen katılıyorum' arasında değerlendirme yapılır. Ölçeğin kabul edilme/içerilmeyi ölçen ilk altı maddesi 'Kesinlikle Katılmıyorum' ifadesi 1 puan, 'Tamamen Katılıyorum' ifadesi 7 puan olarak kodlanmaktadır. Reddedilmeyi ölçen diğer maddeler ise 'Kesinlikle Katılmıyorum' ifadesi 7 puan, 'Tamamen Katılıyorum' ifadesi 1 puan olarak kodlanmaktadır. Toplam puan tüm maddelerden alınan puanların, aritmetik toplamıyla elde edilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan ulaşılmış aidiyet duygusunun göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Duru, 2015). Genel Aidiyet Ölçeği'nin iç tutarlılık

katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Kabul edilme/İçerilme alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı .89, Reddedilme/Dışlanma ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı ise .91'dir. Bu sonuçlar, ölçek maddelerinin benzeşikliğinin ve maddelere verilen yanıtların tutarlılığının yüksek olduğunu göstermektedir (Duru, 2015).

Akın ve diğer. (2016) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları kabul edilme alt boyutu için .86, reddedilme alt boyutu için .88 olarak bulunmuştur.

### **3.3.4. Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)**

Algılanan Stres Ölçeği (Ek 4), Cohen & diğer. (1983) tarafından katılımcıların psikolojik stres seviyelerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam 14 maddeden oluşmaktadır ve "Hiçbir zaman (0)" ile "Çok sık (4)" arasında değişen 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin maddelerinden 7 tanesi (4,5,6,7,9,10,13) olumlu yapıya sahip olup, tersten puanlanmaktadır. Toplam skor, her bir maddeden elde edilen puanların aritmetik toplamıyla elde edilmektedir (Eskin ve diğer., 2013). Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 56 iken, en düşük puan 0'dır. Ölçekten alınan yüksek puanlar birey tarafından algılanan stresin fazla olduğunu göstergesidir (Asıcı ve Uygur, 2017).

Algılanan Stres Ölçeği İnanç ve Yerlikaya (2007) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 14 maddelik uzun formunun yanı sıra, 10 ve 4 maddelik iki adet de kısa formu bulunmaktadır. Buradaki çalışmada uzun formu kullanılmıştır. Yapılan güvenirlik ve geçerlik çalışmaları sonucunda ölçeğin yüksek derecede güvenilir ve geçerli olduğu sonucuna varılmıştır. Türkçe Algılanan Stres Ölçeğinin 14 soruluk uzun formunun Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.84; test-tekrar-test güvenirlik katsayısı ise 0.87 olarak bulunmuştur (Eskin ve diğer., 2013). Asıcı ve Uygur (2017)'un çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır.

### **3.4. Veri Toplama Yöntemi**

Veriler, Ekim ayının ilk haftasına kadar, salgın (Covid-19) nedeniyle online olarak toplanmıştır. Verilerin toplanması 3 ay sürmüştür. Katılımcılara uygulanacak ölçeklerin uygulama süresi yaklaşık 20 dakikadır. Katılımcılara



herhangi bir teşvik verilmemiştir. Cevapların yanlı olmasını engellemek ve yönlendirici olmamak adına katılımcılara araştırmının konusu ve amacına dair detaylı bilgilendirme yapılmamıştır. Araştırma boyunca kişisel veriler istenmemiş, veriler anonim bir şekilde toplanmıştır. Katılımcılara bilgi formları ve ölçekler online olarak verilmiştir. Katılımcıların onamları online ortamda alınmıştır.

### **3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi**

Araştırmada veriler, SPSS Statistics 23 (Statistical Package for Social Sciences) paket programı kullanılarak SPSS sistemine girilmiş ve analiz edilmiştir. 18 yaş üzeri 324 bireyden veri toplanmıştır. Verilerin istatistiksel yöntemlere uygunluğunu incelemek amacıyla öncelikle uç değer analizi yapılmıştır. Bu verilerden 33 tanesinin uç değer olduğu istatistiksel olarak tespit edilmiş ve örneklemden çıkarılmıştır.

Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım özelliğinde kullanılan çarpıklık katsayısının (Skewness)  $-1.5 \pm 1.5$  sınırları içinde kalması, puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir (Büyüköztürk, 2011). Ölçeklerden alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında değerlerin  $-1.5$  ve  $+1.5$  aralığında olduğu, dolayısıyla ölçeklerden alınan puanların normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Yapılan normallik sınavında Genel Aidiet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerin puanlarının normal dağılım gösterdiği tespit edildiğinden, ölçekler arasındaki korelasyon katsayılarının incelenmesinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılmıştır. İki grup arasındaki farkı Bağımsız Örneklem T Testi ve ikiden fazla grup arası karşılaştırmaları da Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. ANOVA analizinde anlamlı çıkan sonuçlarda farklılığın nelerden kaynaklandığını tespit etmek için Post Hoc Tukey Testi yapılmıştır. Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği puanlarının Algılanan Stres ve Genel Aidiet Duygusu Ölçeklerinin puanlarını yordama durumu için çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır.

### **3.6. Etik Konular**

Araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarının izinleri gerekli kişilerden alınmıştır. Araştırma boyunca tüm etik kurallar titizlikle takip edilmiştir. Araştırmanın etik ilkeleri; uygulanan ölçekler gizlilik ilkesine uygun şekilde yrtlmştır.

## 4. BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amaçlarında belirttiğimiz sorulara yanıt olarak, toplanan veriler ile uygulanmış istatistiksel analiz sonuçları sırasıyla yer almaktadır.

**Tablo 2.**

*Katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres*

*Ölçeklerinden elde edilen puanların ortalama ve standart sapma değerleri*

<b>Değişken</b>	<b>N</b>	<b>Min.</b>	<b>Max.</b>	<b>X</b>	<b>SS</b>
Kabul edilme alt ölçeği	291	23,00	42,00	34,70	4,33
Reddedilme alt ölçeği	291	6,00	29,00	13,17	6,14
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	291	47,00	84,00	69,53	9,06
Aldatma eğilimi ölçeği	291	75,00	150,00	124,57	17,55
Algılanan stres ölçeği	291	5,00	44,00	24,39	7,52

Tablo 2’de gösterildiği gibi; genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeklerine ait katılımcıların verdiği yanıtlar doğrultusunda kabul edilme ölçeğinin aritmetik ortalaması  $\bar{X}= 34,70$  (SS=4,33) olduğu, reddedilme ölçeğinin aritmetik ortalaması  $\bar{X}= 13,17$  (SS=6,14) olduğu, genel aidiyet duygusu ölçeğinin aritmetik ortalaması  $\bar{X}= 69,53$  (SS=9,06) olduğu, aldatma eğilimi ölçeğinin aritmetik ortalaması  $\bar{X}= 124,57$  (SS=17,55) olduğu ve algılanan stres ölçeğinin aritmetik ortalaması  $\bar{X}= 24,39$  (SS=7,52) olduğu görülmüştür.

**Tablo 3.**

*Katılımcıların cinsiyetlerine göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	T	p
Kabul edilme alt ölçeği	Kadın	218	34,91	4,33	1,39	0,163
	Erkek	73	34,09	4,29	7	
Reddedilme alt ölçeği	Kadın	218	12,92	5,93	-	0,240
	Erkek	73	13,90	6,71	1,17	
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Kadın	218	69,98	8,89	1,46	0,143
	Erkek	73	68,19	9,48	7	
Aldatma eğilimi ölçeği	Kadın	218	127,4	16,13	5,07	0,001*
	Erkek	73	7	18,85	6	
Algılanan stres ölçeği	Kadın	218	24,81	7,50	1,63	0,103
	Erkek	73	23,15	7,50	6	

\*\*p<0,01

Araştırma kapsamına katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Bağımsız Örneklem T Testinden elde edilen bulgular Tablo 3’de gösterilmiştir.

Tablo 3’e göre; araştırmaya katılan kadın katılımcıların kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $34,91 \pm 4,33$ ;  $12,92 \pm 5,93$ ;  $69,98 \pm 8,89$  ve  $24,81 \pm 7,50$  puan alırken, erkek katılımcıların sırasıyla ortalama  $34,09 \pm 4,29$ ;  $13,90 \pm 6,71$ ;  $68,19 \pm 9,48$  puan ve  $23,15 \pm 7,50$  puan almıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ).

Kadın katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden ortalama  $127,47 \pm 16,13$  puan alırken, erkek katılımcıların ortalama  $115,90 \pm 18,85$  puan almıştır. Katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir [ $t = 5,076$ ;  $p < 0,01$ ]. Kadın katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar erkek katılımcılara göre anlamlı derecede farklı ve yüksektir.

**Tablo 4.**

*Katılımcıların yaşlarına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	P	Fark
Kabul edilme alt ölçeği	18-25 yaş arası	50	34,92	4,18	0,874	0,455	
	26-35 yaş arası	69	35,34	3,92			
	36-45 yaş arası	12	34,33	4,44			
	46 yaş ve üzeri	5	34,53	4,74			
		47					
Reddedilme alt ölçeği	18-25 yaş arası	50	15,10	6,52	2,807	0,040*	1>3
	26-35 yaş arası	69	13,40	5,76			
	36-45 yaş arası	12	12,19	6,01			
	46 yaş ve üzeri	5	13,38	6,25			
		47					
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	18-25 yaş arası	50	67,82	9,22	0,859	0,463	
	26-35 yaş arası	69	69,94	8,52			
	36-45 yaş arası	12	70,14	9,03			
	46 yaş ve üzeri	5	69,14	9,74			
		47					
Aldatma eğilimi ölçeği	18-25 yaş arası	50	126,1	15,47	1,387	0,247	
	26-35 yaş arası	69	0	16,64			
	36-45 yaş arası	12	127,5	18,75			
	46 yaş ve üzeri	5	7	17,39			
		47	122,5	3			
Algılanan stres ölçeği	18-25 yaş arası	50	27,88	7,70	7,898	0,001*	1>3, 4
	26-35 yaş arası	69	25,97	7,49			
	36-45 yaş arası	12	22,89	7,07			
	46 yaş ve üzeri	5	22,36	7,00			
		47					

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin yaşlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizinden elde edilen bulgular Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4’e göre; katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar ile katılımcıların yaşları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır [Sırasıyla;  $F=0,874$ ;  $F=0,859$  ve  $F=1,387$ ;  $p>0,05$ ].

Katılımcıların reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların yaşları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F=2,807$ ;  $p<0,05$ ]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. 18-25 yaş arası katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların 36-45 yaş arası olan katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların yaşları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F=7,898$ ;  $p<0,01$ ]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. 18-35 yaş arası katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların 36 yaş ve üzeri olan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

### Tablo 5.

*Katılımcıların medeni durumlarına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekle r	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Fark
Kabul edilme alt ölçeği	Evli	192	34,71	4,52	0,225	0,879	
	Boşanmı	21	34,80	3,69			
	ş	39	34,25	3,98			
	İlişkisi var	39	35,05	4,10			
Reddedilme alt ölçeği	İlişkisi yok				2,998	0,031*	4>1
	Evli	192	12,64	5,86			
	Boşanmı	21	12,33	6,23			
	ş	39	13,69	6,07			

	İlişkisi var	39	15,71	6,99			
	İlişkisi yok						
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Evli	192	70,07	8,80	1,225	0,301	
	Boşanmış	21	70,47	9,26			
	Ş	39	68,56	9,12			
	İlişkisi var	39	67,33	10,01			
	İlişkisi yok						
Aldatma eğilimi ölçeği	Evli	192	125,7	17,42	1,729	0,161	
	Boşanmış	21	2	20,24			
	Ş	39	117,3	13,80			
	İlişkisi var	39	3	19,45			
	İlişkisi yok		122,2	0			
			125,1	5			
Algılanan stres ölçeği	Evli	192	23,66	7,14	7,576	0,001*	4>1,2,3
	Boşanmış	21	21,28	7,31		*	
	Ş	39	24,87	7,56			
	İlişkisi var	39	29,17	7,69			
	İlişkisi yok						

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin medeni durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizinden elde edilen bulgular Tablo 5'de gösterilmiştir.

Tablo 5. göre; katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar katılımcıların medeni durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark yaratmamıştır [Sırasıyla; F=0,225; F=1,225 ve F=1,729; p>0,05].

Katılımcıların reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların medeni durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [F=2,998; p<0,05]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. İlişkisi olmayan katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların evli katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların medeni durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [F=7,576; p<0,01]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. İlişkisi olmayan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların evli, boşanmış ve ilişkisi olan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 6.**

*Katılımcıların eğitim düzeylerine göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekle r	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Fark
Kabul edilme ölçeği	Lise mezunu ve altı	42	33,73	5,08	1,	0,269	
	Üniversite mezunu	20	34,81	4,05	31		
	İleri eğitim mezunu	4	35,11	4,77	7		
	(master /doktora)	45					
Reddedilme alt ölçeği	Lise mezunu ve altı	42	15,90	6,73	5,	0,007*	1>2, 3
	Üniversite mezunu	20	12,78	5,77	08		
	İleri eğitim mezunu	4	12,37	6,62	0		
	(master /doktora)	45					
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Lise mezunu ve altı	42	65,83	9,70	4,	0,014*	2>1 3>1
	Üniversite mezunu	20	70,03	8,41	30		
	İleri eğitim mezunu	4	70,73	10,5	3		
	(master /doktora)	45		4			
Aldatma eğilimi ölçeği	Lise mezunu ve altı	42	128,6	18,2	1,	0,163	
	Üniversite mezunu	20	9	3	82		
	İleri eğitim mezunu	4	124,3	17,0	3		
	(master /doktora)	45	7	9			
Algılanan stres ölçeği	Lise mezunu ve altı	42	26,00	6,60	1,	0,322	
	Üniversite mezunu	20	24,07	7,54	13		
	İleri eğitim mezunu	4	24,33	8,23	7		
	(master /doktora)	45					

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin eğitim düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizinden elde edilen bulgular Tablo 6'da gösterilmiştir.



Tablo 6.'ya göre; katılımcıların kabul edilme, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar katılımcıların eğitim düzeylerine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark yaratmamıştır [Sırasıyla;  $F=1,317$ ;  $F=1,823$  ve  $F=1,137$ ;  $p>0,05$ ].

Katılımcıların reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların eğitim düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F=5,080$ ;  $p<0,01$ ]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. Lise mezunu ve altı olan katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların üniversite mezunu ve üzeri olan katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların genel aidiyet duygusu ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların eğitim düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F=4,303$ ;  $p<0,05$ ]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. Üniversite mezunu ve üzeri olan katılımcıların genel aidiyet duygusu ölçeğinden aldıkları puanların lise mezunu ve altı olan katılımcıların genel aidiyet duygusu ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

### Tablo 7.

*Katılımcıların herhangi bir işte çalışıp çalışmadığına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	T	P
Kabul edilme alt ölçeği	Çalışıyor	191	34,83	4,32	0,677	0,499
	Çalışmıyor	100	34,47	4,36		
Reddedilme alt ölçeği	Çalışıyor	191	12,59	6,00	-2,243	0,026*
	Çalışmıyor	100	14,28	6,27		
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Çalışıyor	191	70,24	8,92	1,841	0,067
	Çalışmıyor	100	68,19	9,21		
Aldatma eğilimi ölçeği	Çalışıyor	191	122,31	18,23	-3,066	0,002*
	Çalışmıyor	100	128,87	15,37		
Algılanan stres ölçeği	Çalışıyor	191	23,84	7,24	-1,735	0,084
	Çalışmıyor	100	25,45	7,97		

\*\* $p<0,01$ ; \* $p<0,05$

Araştırma kapsamına katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin çalışma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Bağımsız Örneklem T Testinden elde edilen bulgular Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7’ye göre; bir işte çalışan katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $34,83 \pm 4,32$ ;  $14,28 \pm 6,27$  ve  $23,84 \pm 7,24$  puan alırken, bir işte çalışmayan katılımcıların sırasıyla ortalama  $34,47 \pm 4,36$ ;  $68,19 \pm 9,21$  ve  $25,45 \pm 7,97$  puan almıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ).

Bir işte çalışmayan katılımcıların reddedilme ve aldatma eğilimi ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $14,28 \pm 6,27$  ve  $128,87 \pm 15,37$  puan alırken, bir işte çalışan katılımcıların ortalama  $12,59 \pm 6,00$  ve  $122,31 \pm 18,23$  puan almıştır. Katılımcıların reddedilme ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir [Sırasıyla:  $t = -2,234$  ve  $t = -3,066$ ;  $p < 0,05$ ]. Herhangi bir işte çalışmayan katılımcıların reddedilme ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar çalışan katılımcılara göre anlamlı derecede farklı ve yüksektir.

**Tablo 8.**

*Katılımcıların gelir düzeylerine göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Fark
Kabul edilme ölçeği	2900 TL'ye kadar	76	33,44	4,56	4,47	0,012	2>1
	3000 TL – 4900 TL arası	83	35,09	3,96	3	*	3>1
	5000 TL ve üzeri	13	35,18	4,30			
Reddedilme alt ölçeği	2900 TL'ye kadar	76	15,07	6,27	6,62	0,002	1>3
	3000 TL – 4900 TL arası	83	13,38	6,13	0	**	
	5000 TL ve üzeri	13	11,93	5,80			
Genel aidiyet duygusu	2900 TL'ye kadar	76	66,36	8,82	7,32	0,001	2>1
	3000 TL – 4900 TL arası	83	69,71	8,87	6	**	3>1
	5000 TL ve üzeri	13	71,25	8,89			

ölçeği (toplam skor)	5000 TL ve üzeri	13 2					
Aldatma eğilimi ölçeği	2900 TL'ye kadar	76	126,2	17,2	0,80	0,449	
	3000 TL – 4900 TL	83	6	2	4		
	arası	13	125,1	16,5			
	5000 TL ve üzeri	2	9	1			
			123,2	18,3			
			0	8			
Algılanan stres ölçeği	2900 TL'ye kadar	76	27,63	7,47	11,9	0,001	1>2
	3000 TL – 4900 TL	83	24,39	6,61	01	**	,3
	arası	13	22,53	7,52			
	5000 TL ve üzeri	2					

\*\*p<0,01; \*p<0,05

Katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin gelir düzeylerine göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizinden elde edilen bulgular Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8'e göre; katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların gelir düzeylerine arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır [F=0,804; p>0,05].

Katılımcıların kabul edilme alt ölçeğinden aldıkları puanları ile katılımcıların gelir düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [F=4,473; p<0,05]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. Geliri 3000 TL ve üzeri olan katılımcıların kabul edilme ölçeğinden aldıkları puanların geliri 2900 TL'ye kadar olan katılımcıların kabul edilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [F=6,620; p<0,01]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. Geliri 2900 TL'ye kadar olan katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların geliri 5000 TL ve üzeri olan katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların genel aidiyet ölçeğinden aldıkları puanlar ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F=7,326$ ;  $p<0,01$ ]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. Geliri 3000 TL ve üzeri olan katılımcıların genel aidiyet ölçeğinden aldıkları puanların geliri 2900 TL'ye kadar olan katılımcıların genel aidiyet ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar ile gelir düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F=111,901$ ;  $p<0,01$ ]. Farklılığın kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Tukey testi yapılmıştır. Geliri 2900 TL'ye kadar olan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların geliri 3000 TL ve üzeri olan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 9.**

*Katılımcıların çocuk sahibi olup olmamasına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	t	P
Kabul edilme alt ölçeği	Var	200	34,58	4,39	-0,746	0,456
	Yok	91	34,98	4,20		
Reddedilme alt ölçeği	Var	200	12,66	5,89	-2,099	0,037*
	Yok	91	14,28	6,55		
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Var	200	69,91	8,84	1,058	0,291
	Yok	91	68,70	9,51		
Aldatma eğilimi ölçeği	Var	200	124,1	17,69	-0,540	0,590
	Yok	91	9	17,31		
Algılanan stres ölçeği	Var	200	23,24	7,24	-3,960	0,001**
	Yok	91	26,92	7,57		

\*\* $p<0,01$ ; \* $p<0,05$

Araştırma kapsamına katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin çocuk sahibi olma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Bağımsız Örneklem T Testinden elde edilen bulgular Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9.'ya göre; çocuğu olan katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $34,58 \pm 4,39$ ;  $69,91 \pm 8,84$  ve  $124,19 \pm 17,69$  puan alırken, çocuğu olmayan katılımcıların sırasıyla ortalama  $34,98 \pm 4,20$ ;  $68,70 \pm 9,51$  ve  $125,39 \pm 17,31$  puan almıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ).

Çocuğu olmayan katılımcıların reddedilme ve algılanan stres ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $14,28 \pm 6,55$  ve  $26,92 \pm 7,57$  puan alırken, çocuğu olan katılımcıların ortalama  $12,66 \pm 5,89$  ve  $23,24 \pm 7,24$  puan almıştır. Katılımcıların reddedilme ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar çocuk durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir [Sırasıyla;  $t = -2,099$  ve  $t = -3,960$ ;  $p < 0,05$ ]. Çocuğu olmayan katılımcıların reddedilme ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar çocuğu olanlara göre anlamlı derecede farklı ve yüksektir.

**Tablo 10.**

*Katılımcıların çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olup olmadığına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	t	P
Kabul edilme alt ölçeği	Var	70	35,15	3,75	0,996	0,320
	Yok	221	34,56	4,49		
Reddedilme alt ölçeği	Var	70	13,82	6,75	1,027	0,305
	Yok	221	12,96	5,93		
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Var	70	69,32	8,97	-0,219	0,826
	Yok	221	69,60	9,10		
Aldatma eğilimi ölçeği	Var	70	125,6	17,47	0,586	0,559
	Yok	221	4	17,60		
Algılanan stres ölçeği	Var	70	26,98	7,22	3,361	0,001**
	Yok	221	23,57	7,45		

\*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

Araştırma kapsamına katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olup olmadığına göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan

Bağımsız Örneklem T Testinden elde edilen bulgular Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10.'ya göre; çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olan katılımcıların kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $35,15 \pm 3,75$ ;  $13,82 \pm 6,75$ ;  $69,32 \pm 8,97$  ve  $125,64 \pm 17,47$  puan alırken, çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olmayan katılımcıların sırasıyla ortalama  $34,56 \pm 4,49$ ;  $12,96 \pm 5,93$ ;  $69,60 \pm 9,10$  ve  $124,23 \pm 17,60$  puan almıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ).

Çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden ortalama  $26,98 \pm 7,22$  puan alırken, çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olmayan katılımcıların ortalama  $23,57 \pm 7,45$  puan almıştır. Katılımcıların algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar çocuklarının dışında evde birlikte yaşadıkları kişi olup olmadığına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir [ $t = 3,361$ ;  $p < 0,01$ ]. Çocuklarının dışında evde birlikte yaşadığı yakını olan katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar çocuklarının dışında evde birlikte yaşadığı yakını olmayan katılımcılara göre anlamlı derecede farklı ve yüksektir.

**Tablo 11.**

*Katılımcıların psikolojik bir rahatsızlığı olup olmamasına göre Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının karşılaştırılması*

Ölçekler	Gru	N	$\bar{X}$	SS	t	P
Kabul edilme alt ölçeği	Var	26	35,26	3,98	0,692	0,490
	Yok	265	34,65	4,36		
Reddedilme alt ölçeği	Var	26	14,07	7,53	0,653	0,519
	Yok	265	13,08	5,99		
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	Var	26	69,19	9,03	-0,202	0,840
	Yok	265	69,56	9,08		
Aldatma eğilimi ölçeği	Var	26	118,50	22,38	-1,478	0,151
	Yok	265	125,16	16,94		
Algılanan stres ölçeği	Var	26	26,50	7,61	1,497	0,136
	Yok	265	24,18	7,50		

Araştırma kapsamına katılımcıların Genel Aidiyet, Aldatma Eğilimi ve Algılanan Stres Ölçeklerinin puanlarının bireylerin psikolojik bir rahatsızlığı olup olmamasına göre karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Bağımsız Örneklem T testinden elde edilen bulgular Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11’ye göre; psikolojik bir rahatsızlığı olan katılımcıların kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeklerinden sırasıyla ortalama  $35,26 \pm 3,98$ ;  $14,07 \pm 7,53$ ;  $69,19 \pm 9,03$ ;  $118,50 \pm 22,38$  ve  $26,50 \pm 7,61$  puan alırken, psikolojik bir rahatsızlığı olmayan katılımcıların sırasıyla ortalama  $34,65 \pm 4,36$ ;  $13,08 \pm 5,99$ ;  $69,56 \pm 9,08$ ;  $125,16 \pm 16,94$  ve  $24,18 \pm 7,50$  puan almıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 12.**

*Katılımcıların Genel Aidiyet Ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar*

Ölçekler		Aldatma eğilimi ölçeği
Kabul edilme alt ölçeği	R	0,204
	p	0,001**
Reddedilme alt ölçeği	R	-0,192
	p	0,001**
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	r	0,228
	p	0,001**

\*\* $p < 0,01$

Araştırma kapsamına alınan katılımcıların Genel Aidiyet Ölçeği ile aldatma eğilimi ölçeği arasındaki ilişkilerin incelenmesinde kullanılan Pearson testi sonuçları Tablo 12’de yer verilmiştir.

Tablo 12’ye göre; katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur [Sırasıyla;  $r = 0,204$  ve  $r = 0,228$ ;  $p < 0,01$ ]. Katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları

puanlar arttıkça katılımcıların kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanlarında artmakta olduğu görülmüştür.

Katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur [ $r=-0,192$ ;  $p<0,01$ ]. Katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların düşmekte olduğu görülmüştür.

**Tablo 13.**

*Katılımcıların Genel Aidiyet Ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar*

Ölçekler		Algılanan stres ölçeği
Kabul edilme alt ölçeği	r	-0,238
	p	0,001**
Reddedilme alt ölçeği	r	0,377
	p	0,001**
Genel aidiyet duygusu ölçeği (toplam skor)	r	-0,369
	p	0,001**

\*\* $p<0,01$

Araştırma kapsamına alınan katılımcıların Genel Aidiyet Ölçeği ile algılanan stres ölçeği arasındaki ilişkilerin incelenmesinde kullanılan Pearson testi sonuçları Tablo 13'de yer verilmiştir.

Tablo 13'e göre; katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur [Sırasıyla;  $r=-0,238$  ve  $r=-0,369$ ;  $p<0,01$ ]. Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça katılımcıların kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanların düşmekte olduğu görülmüştür.

Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur [ $r=0,377$ ;  $p<0,01$ ]. Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlarında artmakta olduğu görülmüştür.



**Tablo 14.**

*Katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar*

Ölçekler		Algılanan stres ölçeği
Aldatma eğilimi ölçeği	r	0,003
	p	0,956

\*\*p<0,01

Araştırma kapsamına alınan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği ile Algılanan Stres Ölçeği arasındaki ilişkilerin incelenmesinde kullanılan Pearson testi sonuçları Tablo 14'de yer verilmiştir.

Tablo 14'e göre; katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür [ $r=0,003$ ;  $p>0,05$ ].

**Tablo 15.**

*Duygusal İlişkide Aldatma Eğilimi Olan Katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinin Puanlarının Genel Aidiyet Duygusu ve Algılanan Stres Ölçeklerinin Puanlarını Yordaması*

Yordanan	Yordayan	Std. Olm. B	Std. B	t	p	F (p)	R <sup>2</sup>	
	(Sabit )	S.H.					AdjR <sup>2</sup>	
<b>Kabul edilme alt ölçeği</b>	Aldatma eğilimi	95,82	8,16		11,737	0,001*	12,58	0,42
	(Sabit)	0,82	0,23	0,24	3,548	0,001*	(0,001*)	(0,38)
<b>Reddedilme alt ölçeği</b>	Aldatma eğilimi	131,81	2,39		54,973	0,001*	11,10	0,37
	(Sabit)	-0,55	0,16	-0,19	-3,333	0,001*	(0,001*)	(0,34)
<b>Genel adiyet duygusu ölçeği (toplam skor)</b>	Aldatma eğilimi	93,84	7,78		12,060	0,001*	15,85	0,52
	(Sabit)	0,44	0,11	0,22	3,981	0,001*	(0,001*)	(0,49)
<b>Algılanan stres ölçeği</b>	Aldatma eğilimi	124,38	3,50		35,523	0,001*	0,003	0,01
	(Sabit)	0,008	0,13	0,003	0,056	0,956	0,956	(0,03)

Tablo 15.'de duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeğinin puanlarının Algılanan Stres ve Genel Aidiyet Duygusu Ölçeklerinin puanlarını yordama durumunun incelenmesi amacıyla uygulanan Çoklu Doğrusal Regresyon Analizlerinden elde edilen bulgular yer verilmiştir.

Araştırmaya duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği ( $\beta=0,24;p<0,05$ ) puanlarının Genel Adiyet Ölçeğinde yer alan Kabul Edilme alt boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Aldatma Eğilimi puanları, Kabul Edilme alt boyutundaki varyansın %38,0'ini açıklayabilmektedir.

Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği ( $\beta=-0,19;p<0,05$ ) puanlarının Genel Adiyet Ölçeğinde yer alan Reddedilme alt boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Aldatma Eğilimi puanları, Reddedilme alt boyutundaki varyansın %34,0'ini açıklayabilmektedir.

Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği ( $\beta=0,44;p<0,05$ ) puanlarının Genel Adiyet Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Aldatma Eğilimi puanları, Genel Adiyet Ölçeğindeki varyansın %49,0'unu açıklayabilmektedir.

Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği ( $\beta=0,008;p>0,05$ ) puanlarının Algılanan Stres Ölçeğinden aldıkları puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır.

## 5. BÖLÜM

### TARTIŞMA

Araştırmada; algılanan stres düzeyi, genel aidiyet duygusu ve duygusal ilişkide aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlanmıştır. Araştırma verilerinin analiz sonuçları ve elde edilen bulguları değerlendirildiğinde algılanan stres, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular araştırmanın temel amaç ve sorularını destekler niteliktedir. Araştırmanın bu bölümünde verilerin analizinden elde edilen sonuçlar literatür eşliğinde tartışılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçeklerden alınan puanlar ve sosyo demografik değişkenler birlikte ele alındığında cinsiyetin sadece katılımcıların aldatma eğilimi düzeylerinde farklılığa yol açtığı görülmüştür. Aldatma eğilimini konu alan araştırmalar erkeklerin aldatma eğilimlerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir (Kantarci, 2009; Kubat, 2012; Alaçam, 2020). Polat (2006)'a göre cinsiyet aldatma eğilimini yordayan bir unsurdur ve erkeklerin aldatma eğilimi daha yüksektir. Bununla birlikte literatürde kadınların aldatma eğilimlerinin de yükselmekte olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur (Pan & diğer., 2020; Asadu & Egbuche, 2020). Bu çalışmada da kadınların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Sanayi, teknolojik ilerleme ve değişimler etkilerini toplumsal yaşamda da göstermekte ve dünya genelinde kadın ve erkeğin rol ve sorumlulukları, yaşama bakış açıları, yaşamdan ve birlikteliklerinden beklentileri değişebilmektedir. Bundan dolayı aldatmanın sadece erkeklerden beklenen bir durum olarak düşünülmemesi

gerekir ve cinsiyet faktöründen ziyade fırsat ile ilişkilendirilebileceği düşünülmektedir. Bireylerin zaman içerisinde kendi içlerinde yaşamaları muhtemel değişiklikler de düşünüldüğünde farklı beklentiler geliştirebilirler ve bunun için aldatmanın bir nedeni olan yenilik arayışına girmeleri olası bir durumdur. Fincham & May (2017) ise çalışmasında aldatma eğiliminin erkeklerde kadınlardan daha fazla olduğunu fakat bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığını belirlemiştir. Her iki cinsiyetin aldatma eğiliminin birbirine yakın olduğunu, bu yakınlığın da kadınların çalışma yaşamına dahil olmasıyla aldatma oranlarının artış göstermesine bağlamıştır. İş seyahatinin süresinin, kadın ve erkek birlikte çalışılan iş ortamlarının potansiyel aldatma riskini artırdığını belirtmiştir. Bu riskler her iki cins için de geçerli olmasına rağmen kadınlardaki aldatma eğilim artışının kadınların iş yaşamına dahil olması ile ilişkilendirilmesi sınırlı bir yaklaşım olacaktır. Bu çalışmada kadınların aldatma eğilimlerinin yüksek bulunması daha çok iletişime açıklıkları ve duygularını kolay ifade edebilmelerine bağlanmıştır. Aldatma toplum tarafından onaylanmayan bir durumdur ve çoğu zaman bireyler konu hakkında konuşmaktan, itirafta bulunmaktan kaçınabilmektedir. Kadınların aldatma eğiliminin daha yüksek çıkmasının bir sebebi olarak, erkeklerin kadınlara oranla bu konu hakkında konuşmakta, duygu ve düşünce ifade etmekte daha çok zorlanmasının göz önüne alınabileceği düşünülmektedir. Bilecen (2007) ise bu çalışmadan farklı olarak evli ve flört eden bireylerle gerçekleştirdiği çalışmasında kadınların erkeklere göre daha fazla oranda olumsuz bilişsel ve duygusal belirtiler gösterdiğini, stres algısının cinsiyete göre değişebileceğini belirtmiştir. Kayabaşı ve Yaman-Sözbir (2020), hamilelik döneminde kadınların stres algılarının yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilediğini belirlemiştir. Stresli durumlarla karşılaşıldığında başa çıkma tekniklerinin kullanılması ve olumsuz etkilerini kontrol etme yüksek düzeyde aidiyet duygusuna dayanmaktadır (Bargiel-Matusiewicz & diğer., 2015). Seyfi (2017) evli bireylerin bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirlemiştir. Geleneksel toplumsal cinsiyet rollerine göre erkeğin bağımsız, kaygısız kişilik özellikleri göstermesi beklenirken kadının daha bağımlı olması beklenir. Benzer şekilde Raba (2019), kadınların kişilerarası bağımlılık düzeyini daha yüksek bulgulamıştır. Daha önce de bahsedildiği gibi son yıllarda literatürde kadınların aldatma

eğilimlerinin yükselmekte olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Pan & diğer., 2020; Asadu & diğer., 2020). Yapılan çalışmada da aldatma eğiliminin cinsiyetten çok fırsata bağlı olduğunu ileri süren görüşler desteklenmektedir. Bu çalışmada kadınların aldatma eğilimlerinin yüksek bulunmasının araştırmamızın kısıtlılıkları ile de ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Araştırmamızın online ortamda yapılmış olması katılımcıların eğitim seviyesinin yüksek ve internet kullanan kişilerden oluşmasını sağlamıştır ve katılımcı sayısı bakımından bakıldığında da kadın katılımcı sayısının oldukça yüksek olduğu görülmektedir, tüm bunların sonuçlarda etkili olabileceği düşünülmüştür.

Yaş değişkenine göre bireylerin genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları incelendiğinde yaşın reddedilme ölçeğinden ve algılanan stres ölçeğinden alınan puanlar arasında farklılığa yol açtığı görülmüştür. Buna göre 18-25 yaş arası katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlar 36-45 yaş arası katılımcıların reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksektir ve 18-35 yaş arası katılımcıların algılanan stres ölçeği puanları 36-45 yaş arası katılımcıların puanlarına göre daha yüksektir. Genç ve orta yaşta bireylerin yaşam döngüsü süresince okul için evden ayrılma, askere girme, işsizlik ya da yeni bir işe girme, evlilik gibi çeşitli değişimler yaşarlar. Bu değişimler stresli durumları içerebilir. Özellikle 18-25 yaş aralığı bireyin okul ve iş yaşamında uyum sağlama gereken yıllar olabilir. Alptekin (2011), üniversite gençliğinin 17-19 yaş aralığının üniversiteye olan bağlılıklarının daha yüksek olduğunu, üniversite aidiyeti ve topluluk aidiyeti artışının toplumsal aidiyeti artırdığını belirtmiştir. Öğrenciler yeni bir şehre, okula, bölüme ve ortama uyum sağlama sorunları yaşarken en çok işsizlik kaygısı sebebi ile üniversiteye gittiklerini belirtmişlerdir. Bir başka çalışmada ise sosyal ağların aidiyet duygusu ilişkisi incelenmiş ve cinsiyet ve yaşın aidiyet duygusunda farklılığa yol açmadığı belirtilmiştir (Elçiyar ve Küçük, 2020). Yeni bir ortam ve durumda kabul görme bireyin uyum sürecinde önemli rol oynar. Doğal olarak aidiyet duygusunun tatmin edilme düzeyine göre algılanan stresdeki değişiklik beklenen bir durumdur. Bir diğer çalışmada 17-30 yaş aralığındaki 345 üniversite öğrencisinin algılanan stres düzeylerinin ortalamasının üzerinde olduğu; sosyal, psikolojik ve duygusal çeşitli faktörlerin

stres seviyesindeki bu yükselişe katkı sağladığı bildirilmiştir (Asıcı ve Uygur, 2017). Bu çalışmada, yaş değişkenine göre aldatma farklılık göstermemiş olsa da bundan farklı olarak Solmuş (2010), 23 yaşından sonra evlenenlerin 16 yaşından önce evlenenlere göre aldatma deneyimlerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Yıldırım (2019) ise 30-40 yaş aralığındaki bireylerin 30 yaşından küçük bireylere göre daha yüksek aldatma eğilimi gösterdiğini belirlemiştir.

Medeni duruma göre bireylerin genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları arasında farklılık incelendiğinde katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanların katılımcıların medeni durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark yaratmadığı görülmüştür. Ancak ilişkisi olmayan katılımcıların reddedilme ve algılanan stres düzeylerinin evli ya da ilişkisi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bulut ve Aras (2020), yaşam döngüsü basamaklarına göre evli bireylerin algıladıkları stresin en yüksek olduğu dönemin orta yaştan emekliliğe kadar olan süreçte yaşandığını belirlemiştir. Kayabaşı ve Yaman-Sözbir (2020), hamilelik döneminde kadınların stres algılarının yaşam kalitesini olumsuz etkilediğini belirlemiştir. Austin & Falcoiner (2013) ise stresle baş etmede çiftlerin birbirlerine olan desteğinin önemini ortaya koymuştur. Ortak baş etme ile evlilik uyumunun pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu çalışmalar farklı yaşam dönemlerinde bireylerin yaşadıkları stres nedenleri ve sürelerinin değişiklik gösterdiğini belirten çalışmalardır. Bekar olmak ya da birlikteliğin olmaması, bireylerde yetersizlik algısı, istenilmeme ya da beğenilmeme hissi, özgüven ve özsaygı düşüklüğüne yol açabilir. Bundan dolayı çalışmada ilişkisi olmayan bireylerin reddedilme ve algılanan stres düzeylerinin evli olan katılımcılara göre daha yüksek olması sonucu beklenen bir durumdur. Evli bireylerin aldatma eğilimlerinin bağlanma stillerine göre değişmekte olduğu, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin aldatma eğilimlerinin az olduğu görülmüştür (Kantarıcı, 2009). Evlilik ya da ilişkilerdeki aldatma olaylarının bir bakıma bağlanmada yaşanan güvensizlik duygusunun telafisi amacıyla gerçekleştirildiği söylenebilir (Solmuş, 2010). Bireyin hayatında romantik ilişki varlığı genel aidiyet

düzeyinde etkilidir. Büyükalim (2020)'e göre romantik ilişkisi olan bireylerin aidiyet düzeyleri, romantik ilişkisi olmayanlara göre daha yüksektir. Aidiyet, aileye, sınıfa, okula, gruba ve işe karşı duyulabilir ve karşılanması gereken bir duygudur. İş yaşamındaki aidiyet bireyin işe olan bağlılığını da etkilemektedir. Çiftçi ve Öneren (2018), medeni durumun yabancılaşmanın yalıtılmışlık ve anlamsızlık boyutu ile ilişkili olduğunu belirlemiştir. Dul olan katılımcılar, bekar ve evli olanlara göre kendilerini daha çok yalıtılmış ve anlamsız hissetmektedir.

Eğitim düzeyine göre katılımcıların genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları arasındaki farklılık incelendiğinde kabul edilme, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeklerinden alınan puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Benzer şekilde Kubat (2012) ve Polat (2006) eğitim durumunun aldatma eğilimine etkisi olmadığını belirtmiştir. Veriler analiz edildiğinde, eğitim seviyesi lise ve altı olan katılımcıların üniversite mezunu ve üzeri eğitime sahip katılımcılara göre reddedilme düzeylerinin yüksek olduğu; üniversite mezunu ve üzeri olan katılımcıların da genel aidiyet duygusu düzeylerinin lise ve altı eğitim düzeyine sahip olanlara göre yüksek olduğu görülmüştür. Eğitim seviyesi düştükçe reddedilme düzeyinin arttığı, eğitim seviyesi yükseldikçe genel aidiyet duygusunun arttığı söylenebilir (Kubat, 2012). Duru'ya (2015) göre üniversite öğrencilerinde aidiyet düzeyi yükseldikçe, yalnızlık ve olumsuz duygulanım azalmakta, benlik saygısı, yaşam doyumu, sosyal bağlılık ve olumlu duygulanım artmaktadır. Bu sonuç aidiyet düzeyi artışının bireyin kendine, duygularına ve çevresine yönelik olumlu duygularını da artıracak ve sonucunda stres düzeyini azaltacağını akla getirmektedir. Başka bir çalışmaya göre üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ortalamanın üstünde olup, öğrencilerin affetme düzeyleri ile algılanan stres arasında ilişki varlığı belirlenmiştir (Asıcı ve Uygur, 2017). Affetme olumsuz duyguların yönetilmesinde etkilidir. Artan eğitim seviyesi ile beraber bireyin yetersizlik algısı, istenilmeme ya da beğenilmeme hissinde düşüş olması beklenirken, özgüven ve özsaygısının artması beklenmektedir. Bu durumun eğitim seviyesi düşük katılımcıların reddedilme ölçeğinden daha yüksek puan almasını

açıklayabileceği düşünülmektedir. Artan eğitim seviyesi ile bireyin aidiyet duygusundaki artış arasında da benzer bir ilişkinin varlığı tahmin edilmektedir.

Çalışma durumuna göre bireylerin genel aidiyet , aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları arasında farklılık incelendiğinde; katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres ölçeklerinden aldıkları puanların katılımcıların herhangi bir işte çalışıp çalışmadığına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark yaratmadığı görülmüştür. Ancak, herhangi bir işte çalışmayan katılımcıların reddedilme alt ölçeğinden ve aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanların, bir işte çalışan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmadan farklı olarak Treas & Giesen (2000) ise iş çevresinin özellikle gece çalışma ve büyük şehirde çalışmanın hem kadın hem de erkek için aldatma ortamı oluşturduğunu belirtmiştir Çalışma yaşamı, bireye ekonomik, kültürel ve toplumsal katkılar sağlar. Beraberinde ise iş-yaşam dengesi kurmada zorluk, çalışma ortamından ve örgütsel yapıdan kaynaklı çeşitli sorunları da getirir. Artıları olduğu gibi eksileri de vardır. Çalışmayan bireyler en başta ekonomik olarak partnerine bağımlıdır. Kendi isteklerini karşılamada yetersizlik yaşayabilir. Kendini değersiz hissedebilir. Bu durum reddedilme duygusunda artışa sebep olabilir. Reddedilme duygusu yüksekliği sebebi ile başka bir birey tarafından isteniliyor olma, arzulanma beklentisi aldatma eğiliminin artışında etkili olabilir. Çoğu aldatmalarda aldatma eyleminin birlikte gerçekleştirildiği kişinin bir yabancı değil en yakınlarındaki komşu, akraba ya da tanıdık birilerinin olması (Weeks ve Keçe, 2019) bu varsayımı destekler niteliktedir. Çalışma durumu kadar çalışılan iş kolu da bireylerde stres yaratabilir. Örneğin polis memurlarının stres düzeyleri oldukça yüksektir (Albayrak, 2020). Bir diğer çalışma sağlıkçılarla yapılmış, kadınlarda ve hemşirelerde iş stresinin yüksek olduğu bildirilmiştir (Erşan ve diğer., 2013). Kabahaliloğlu (2019), sağlıkçılarda aidiyet, algılanan stres ilişkisini incelediğinde, 24 saat ve 12 saatlik nöbet usulü çalışmanın sağlıkçıların aidiyet düzeylerinde etkili olduğunu, algılanan stres arttıkça aidiyet düzeylerinin düştüğünü belirlemiştir. Öğretmen adaylarının algıladıkları destek arttıkça sınıfa bağlılık ve öz yeterlilik düzeyleri artmaktadır. Çalışma yaşamında



aidiyet, başarı için gereklidir (Alpaslan ve diğer., 2018). Mesleki yeterlilik artışı yapılan işe olan bağlılığı artırdığı gibi işten alınan tatmini de artırır.

Gelir düzeyine göre bireylerin genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları arasında farklılık incelendiğinde; katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların gelir düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Ancak, ileri analizlere göre gelir arttıkça kabul edilme ve genel aidiyet duygusu düzeyinin arttığı, gelir azaldıkça reddedilme ve algılanan stres düzeylerinin yükseldiği söylenebilir. Bu çalışmadan farklı olarak Solmuş (2010) ise gelir düzeyi artışının aldatma eğiliminde etkili olduğunu belirtmiştir. Yüksek gelire sahip olmak yeni partnerlerle tanışma şansını artırdığı için aldatma ile bağlantılıdır (Blow & Hartnett, 2005). Gelir yükseldikçe iş ve yaşam ortamlarında daha fazla sosyalleşme, seyahat olanaklarının artmasının yeni bireylerle tanışma, farklı deneyimler yaşama isteğinin artmasına, sosyal ortamlarda kabul görme ve aidiyet ihtiyacının karşılanmasına sebep olması ile ilişkilendirilebilir. Gelir düzeyi azaldıkça daha az harcama yapılması için sosyalleşmenin azalması, bireyin kendini sosyal ortamlardan uzaklaştırması ve beraberinde kendini yalnız ve reddedilmiş hissetmesi ve stres düzeyinin artması olası bir durumdur. Flesia & diğer. (2020)'na göre artan gelir beraberinde konforu da getirir ve dolayısı ile stres azalır. Babore & diğer. (2020) ise gelir düzeyinin stres düzeyini etkilemediğini belirlemiştir.

Çocuk sahibi olmak aileye getirdiği sorumluluk ve rol değişimi bakımından zorlayıcı olabilir (Özmen ve Özmen, 2012). Kadınlar özellikle doğum sonrası ilk bir yıl postpartum depresyon gibi duygu durum bozuklukları yaşayabilir. Taştıkne (2019)'ye göre, post partum depresyon gelişme oranı %35'tir. Her üç kadından birinde görülebileceği söylenebilir. Çocuk sahibi olmak kadınlar kadar erkekler içinde de stresli bir durum olabilir (Skari & diğer., 2002). Çocuk bakımı için ayrılan süre arttıkça çiftlerin birbirleri ile geçirdiği süre ve bu sürenin kalitesi azalabilir. Çiftlerin yakınlık kurma beklentileri yeterince karşılanamayabilir. Cinsel ve duygusal tatminsizliğin aldatmanın nedenlerinden biri olduğu düşünüldüğünde (Çıkıt, 2017) bu durumun aldatma

eğilimini artırması olasıdır. Ancak bu çalışmada ölçeklerden alınan puanlar arasındaki farklılık incelendiğinde; katılımcıların kabul edilme, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi ölçeklerinden aldıkları puanlar ile çocuk sahibi olma durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte, çocuğu olmayan katılımcıların reddedilme ve algılanan stres düzeyleri çocuğu olan katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur. Evlilik birlikteliğinde neslin devamı çoğu zaman bir amaçtır. Çoğu çift evliliklerini çocukların varlığı ile güçlendirmek, anne-baba olmak ister. Çocuk bakımı ve sorumluluğu çiftlere çeşitli yükler yüklüyor olsada istemelerine rağmen çocuk sahibi olamamak da bir o kadar zorlayıcı olabilir. Araştırmalar, infertilitenin çiftlerin evlilik ilişkilerini (Onat & Beji, 2012), cinsel doyumlarını (Ramezanzadeh & diğer., 2006) ve psikolojik iyilik hallerini (Cousineau & Domar, 2007) olumsuz etkilediğini göstermektedir. Çiftlerin stres düzeylerinin artması ve kendilerini reddediliyor hissetmeleri beklenen bir durumdur. Çocuklar aile içerisinde varlığı ile ortaklık, sevgi ve mutluluk kaynağıdır ve aile bireylerinin aralarındaki bağları güçlendirir (Dursun, 2016). Yeni bebeği olan çalışan kadınların aidiyet duygusunun artırılması iyilik hallerini artıracaktır (Satterfield, 2020).

Çocukları dışında evde birlikte yaşanan birinin olup olmamasına göre genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları arasındaki farklılık incelendiğinde; çocuklarının dışında evde birlikte yaşadığı yakını olan katılımcıların algılanan stres düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Evde çocuk dışında başa bir bireyin yaşıyor olması çiftlerin iş yükünü ve sorumluluklarını artırabilir. Doğal olarak stres düzeylerinin artması beklenen bir durumdur. Farklı olarak Cummins & diğer. (2008)'na göre ise başkaları ile birlikte yaşamak bireylerin aidiyet ihtiyacı ve yaşam memnuniyetine aracılık eder. Bireyin ailesinden aldığı destek, sosyal anlamda paylaşımında bulunabileceği birilerinin varlığı ve eşin sunduğu destek yalnızlık algısını şekillendirmektedir (Malkoç ve Güren, 2018).

Katılımcıların psikolojik bir rahatsızlığı olup olmamasına göre genel aidiyet, aldatma eğilimi ve algılanan stres ölçeği puanları arasında istatistiksel

açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Evli bireylerin bağlanma stillerinin aldatma eğiliminde ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen (Dursun, 2016), bağlanma stillerinin aldatma eğilimi ve evlilik doyumunda etkili olduğunu bulgulamış, güvensiz bağlanma stilinde olanların güvenli bağlanma stiline sahip olanlara göre aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Farklı olarak Seyfi (2017) ise, bağlanma stillerinin aldatma eğilimi ile ilişkili olmadığını, bununla birlikte kadınlarda aldatma eğiliminin erkeklere göre yüksek olduğunu belirlemiştir. Hünler ve Gençöz (2003), evlilik sorunlarının çözümünün evlilik doyumunu etkileyen unsurlardan biri olduğunu belirtirken, sorunsuz evlilik fikrinin gerçek dışılığına, doğru problem çözme stratejilerinin kullanılması ile ilişkinin hem yapıcı hem de olumlu çıktıları olacağına vurgu yapmıştır. Pakistanda çalışan ve çalışmayan kadınların stres, anksiyete ve depresyon ve evlilik uyumunda sosyal desteğin rolünü inceleyen Abbasi & diğer. (2019)'na göre evlilik uyumunun anksiyete, depresyon ve stres ile negatif yönde ilişkisi olduğunu göstermektedir. Başka bir çalışmaya göre kadınlar partnerlerine göre daha az saldırganlık göstermekte olup, erkeklerin saldırganlığına karşı bir korunma metodu olarak kendi saldırganlıklarını bastırma eğiliminde olmaları şeklinde yorumlanmıştır. Bilecen (2007) ise evli ve flört eden bireylerle gerçekleştirdiği çalışmasında kadınların erkeklere göre daha fazla oranda olumsuz bilişsel ve duygusal belirtiler gösterdiğini, stres algısının cinsiyete göre değişebileceğini belirtmiştir. Stresli durumlarla karşılaşıldığında başa çıkma tekniklerinin kullanılma ve olumsuz etkilerini kontrol etme yüksek düzeyde aidiyet duygusuna dayanmaktadır (Bargiel-Matusiewicz & diğer., 2015). İlişki sürecinde ruh sağlığı ve ruhsal hastalıklar önemlidir ve ilişki yetişkinlerin ruh sağlığını etkilemektedir. Örneğin, ciddi evlilik doyumsuzluğunun majör depresyon riskini artırdığı tahmin edilmektedir. Tedavide kullanılan evlilik yaklaşımlarının alkol ve madde kötüye kullanımı ve depresyonda etkili olduğu kanıtlanmıştır. Bu tür yaklaşımlara göre, kişilerarası stres, fazla ilaç kullanımı ve tekrar hastaneye yatışların azalması ile ilişkilidir. Sonuç olarak, ilişki sorunlarına dikkat etmek, ruhsal sağlık problemlerinin tedavisini artırmaktadır (Beach & diğer., 2006). Yüksel (2013), kadınların evlilik uyumlarının psikolojik belirtilerle ilişkisini incelediği çalışmasında, evlilik uyumları arttıkça, psikolojik belirtilerde artış görüldüğünü, stresle baş etme

olarak boyun eğici ve çaresiz yaklaşım stratejilerini kullandıklarını belirlemiştir. Kendine güvenli yaklaşımı kullanan kadınların toplumsal cinsiyet rolünde eşitlikçi tutumu sergilediklerini belirtmiştir. Bu tutum evlilikte psikopatoloji düzeyini etkilemektedir. Evlilik ilişkisindeki kalite çiftlerin psikolojik sorunları ile ilişkili olup, kadınların stresle nasıl baş etmeyi tercih ettikleri psikolojik sağlıklarını etkilemektedir. Bundan dolayı özellikle çift terapilerinde problem çözme ve stresle baş etme stratejilerinin belirlenmesi ilişkinin ve çiftlerin sağlığı için gereklidir. Evlilik ilişkisindeki kalite çiftlerin psikolojik sorunları ile ilişkili olup, kadınların stresle nasıl baş etmeyi tercih ettikleri psikolojik sağlıklarını etkilemektedir. Bundan dolayı özellikle çift terapilerinde problem çözme ve stresle baş etme stratejilerinin belirlenmesi ilişkinin ve çiftlerin sağlığı için gereklidir. Solmuş'a (2011) göre eşlerin fiziksel ya da psikolojik sağlık sorununun olması evlilik ilişkisini olumsuz etkiler. Bu durumda eşler arasındaki uyum bozulabilir. Artan yük ve beraberinde gelen tükenmişlik sebebi ile evlilik kalitesi ve doyumu azalabilir (Solmuş 2011'den aktaran Dursun, 2016). Bu durum aidiyet duygusunu zedeleyebilir ve birlikteliğin sürdürülmesi zorlaşabilir.

Araştırmada kullanılan genel aidiyet ve aldatma eğilimi arasındaki ilişki incelendiğinde; aldatma eğilimi artışının kabul edilme ve genel aidiyet duygusunu arttırdığı, reddedilme düzeyini ise düşürdüğü görülmüştür. Bu bulgular aldatmanın bir başkası tarafından kabul görme, aidiyet arzusu nedeniyle yapılabileceğini düşündürmektedir. Kabul görme ihtiyacının karşılanması neticesinde reddedilme duygusunun azalması beklenen bir durumdur. Benzer şekilde Weeks ve Keçe (2019)'ye göre ilişkide yaşanan sorunlar, iletişim bozukluğu ve duygusal tatminsizlik nedeniyle kendini yalnız, mutsuz ve sevgisiz hisseden kişi, bu eksiklerin giderilmesi beklentisi içine girer ve bu beklentiyi parterinin karşılamaması durumunda dışarıdan gelecek uyaranlara açık hale gelip aldatmaya yönelebilirler. Büyükalim (2020)'e göre romantik ilişkisi olan bireylerin aidiyet düzeyleri, romantik ilişkisi olmayanlara göre daha yüksektir. Araştırmada sonucu ile bu bilgi birlikte değerlendirildiğinde ise kişilerin var olan duygusal ilişkilerine dair ne derece aidiyet hissettiklerinin de önemli olduğu düşünülmektedir. Sağdıç (2018)'in Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yaptığı araştırma sonuçlarına göre, evli

erkeklerin kaygılı bağlanma puanları arttıkça, aldatma eğilimi puanının azaldığı tespit edilmiştir. Bu durum kaygılı bağlanma sonucu güvenlik ve ilgi arayışı ile mevcut partnere yapışma ile açıklanabilir ancak genel aidiyet duygusunun da bu durumda etkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada kullanılan genel aidiyet ve algılanan stres ölçeği arasındaki ilişki incelendiğinde; Algılanan stres düzeyinin kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ile negatif yönde, reddedilme ölçeği ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Başka bir deyişle katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça katılımcıların kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanlar düşerken, reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlarında artış olduğu görülmüştür. Bu bulgular kişinin bir başkası tarafından kabul görmeme durumunda stresinin arttığını göstermektedir. Kişilerarası ilişkilerde ve duygusal ilişkilerde kabul görme ihtiyacının karşılanması neticesinde kişinin algıladığı stres duygusunun azalması beklenen bir durumdur. Benzer şekilde Duru'ya (2015) göre üniversite öğrencilerinde aidiyet düzeyi azaldıkça, yalnızlık ve olumsuz duygulanım artmaktadır. Gözeler'e (2018) göre evlilik uyumları yüksek kişilerin özyeterlikleri de yüksek olacaktır. Daha az stres belirtileri görülecektir.

Araştırmada kullanılan algılanan stres ve aldatma eğilimi arasındaki ilişki incelendiğinde; algılanan stres düzeyi ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bu durum literatürle uyumlu değildir. Bu çalışmadan farklı olarak Neff & Karney'e (2004) göre stres evlilik algısını yordamakta ve evliliğin sürdürülmesini olumsuz etkilemektedir. Weeks ve Keçe (2019)'ye göre de partnerinden beklediği duygusal yakınlığı görmeme ve buna bağlı oluşan kırgınlık, kızgınlık, ve öfke ile kişi beklentilerini karşılamak için ilişkisinin dışında bir arayışa geçer. Bu durumda yapılan araştırmadan farklı olarak ilişkiye dair olumsuz duygulanımın aldatma eğilimini arttırdığı fikrini desteklemektedir. Sağdıç (2018), erkeklerin aldatma eğilimlerini incelediği çalışmasında yaşın, gelir durumunun, evlilik süresinin, araştırmasında kullandığı yakın ilişkiler ve dine yönelim ölçeklerinin aldatma eğilimini %11 düzeyinde yordadığını saptamıştır. Yapılan araştırmanın

litaretürle uyumlu olmaması pandemi (Covid-19) süreciyle ilişkilendirilebilir. Araştırmanın pandemi sürecine denk gelmesinin araştırmanın sonuçlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Pandemi koşullarının kişilerin algıladığı stres düzeyini etkileyebileceği ve pandemi koşullarından dolayı sosyal mesafe, sosyal kısıtlamalar, kişiler arası ilişkiler gibi süreçlerin farklılaşmasının bu durumu etkileyebileceği düşünülmektedir. Kişilerin stresi artsa bile mevcut koşullar nedeniyle aldatmaya eğilimi artmamış olabilir.

Araştırmada kullanılan duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların aldatma eğilimi ölçeği puanlarının genel aidiyet duygusu ve algılanan stres puanlarını yordaması incelendiğinde; Araştırma bulgularına göre aldatma eğiliminin algılanan stresi yordamadığı, bununla birlikte, genel aidiyet ölçeğini %49, reddedilme alt boyutunu negatif yönde %34, kabul edilme alt boyutunu ise pozitif yönde %38 yordadığı belirlenmiştir. Polat (2006)'a göre, aldatma eğilimini evlilik uyumu %25, cinsiyet %36, SED %39 ve ilişkinin evliliğe kadar olan süresi %41 düzeyinde yordamaktadır. Gottman & Silver (2020)'e göre kaçamak ilişkiler boşanmanın temel nedeni değildir, boşanmanın temel nedeni çiftlerin yakınlık duygularını yitirmeleri, sevildiklerini ve takdir edildiklerini mevcut ilişkilerinin içinde hissetmemeleridir. Araştırma bulguları ile uyumlu olarak bu durum aldatma ile genel aidiyet arasındaki yüksek ilişkiyi desteklemektedir.

Literatürde aldatma eğilimi, algılanan stres ve genel aidiyet duygusunu konu alan çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Bununla birlikte, her üçünü de içeren ve/veya sosyo demografik özelliklerle ilişkisini inceleyen araştırma sayısı azdır veya değişkenlerden sadece birkaç tanesini ele aldıkları görülmektedir. Klinik araştırmalara ise az rastlanmaktadır. Bundan dolayı araştırma bulguları mevcut ulaşılabilen çalışmalarla tartışılmış olup, ileride yapılması planlanan araştırmalarda sosyo demografik özellikleri derinlemesine inceleyen araştırmalara gereksinim olduğu düşünülmektedir. Bu kapsamda bu çalışma bulguları alinyazındaki boşluğu dolduracak ve benzer konuları içeren araştırmalara katkı sağlayacaktır.

## 6. BÖLÜM

### SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 6.1. Sonuç

Bu çalışmada, algılanan stres, genel aidiyet duygusu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişki incelenerek, algılanan stres, genel aidiyet duygusu ve aldatma alanlarına yönelik alanyazına katkı sağlamak amaçlanmıştır.

Araştırma Türkiye’de sosyal medya kullanan 18 yaş üstü 291 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların kişisel özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla Demografik Bilgi Form, bireylerin aldatma eğilimlerinin olup olmadığını belirlemek için Aldatma Eğilimi Ölçeği, bireylerin algıladıkları stresi ölçmek için Algılanan Stres Ölçeği ve katılımcıların genel aidiyet durumlarını nicel olarak ölçmek amacıyla Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre: Kadınların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. 18-25 yaş arası bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların 36-45 yaş arası bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. 18-35 yaş arası bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların 36 yaş ve üzeri olan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. İlişkisi olmayan bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların evli olan bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. İlişkisi olmayan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların evli, boşanmış ve ilişkisi olan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Lise

mezunu ve altı olan bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların üniversite mezunu ve üzeri olan bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Üniversite mezunu ve üzeri olan bireylerin genel aidiyet duygusu ölçeğinden aldıkları puanların lise mezunu ve altı olan bireylerin genel aidiyet duygusu ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Herhangi bir işte çalışmayan bireylerin reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanların herhangi bir işte çalışan bireylerin reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Herhangi bir işte çalışmayan bireylerin aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanların herhangi bir işte çalışan bireylerin aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Geliri 3000 TL ve üzeri olan bireylerin kabul edilme ölçeğinden aldıkları puanların geliri 2900 TL'ye kadar olan bireylerin kabul edilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Geliri 2900 TL'ye kadar olan bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların geliri 5000 TL ve üzeri olan bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Geliri 3000 TL ve üzeri olan bireylerin genel aidiyet ölçeğinden aldıkları puanların geliri 2900 TL'ye kadar olan bireylerin genel aidiyet ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Geliri 2900 TL'ye kadar olan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların geliri 3000 TL ve üzeri olan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocuğu olmayan bireylerin reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanların çocuğu olan bireylerin reddedilme alt ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocuk sahibi olmayan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların çocuk sahibi olan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocuklarının dışında evde birlikte yaşadığı yakını olan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanların çocuklarının dışında evde birlikte yaşadığı yakını olmayan bireylerin algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça bireylerin kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanların da artmakta olduğu görülmüştür. Katılımcıların aldatma eğilimi



ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların düşmekte olduğu görülmüştür. Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça bireylerin kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanların düşmekte olduğu görülmüştür. Katılımcıların algılanan stres ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların da artmakta olduğu görülmüştür. Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği puanlarının Genel Aidiyet Ölçeğinde yer alan Kabul Edilme alt boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği puanlarının Genel Aidiyet Ölçeğinde yer alan Reddedilme alt boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği puanlarının Genel Aidiyet Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Duygusal ilişkide aldatma eğilimi olan katılımcıların Aldatma Eğilimi Ölçeği puanlarının Algılanan Stres Ölçeğinden aldıkları puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır.

Özetle, araştırmada, aldatma eğiliminin cinsiyete ve çalışma durumuna göre farklılaştığı, kadınların aldatma eğilimlerinin erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiş ve araştırmada hedeflenen aldatma eğilimindeki cinsiyet farkı bulunmuştur. Gelir durumu, aldatma eğilimi dışındaki kabul edilme, reddedilme, genel aidiyet duygusu ve algılanan stres düzeyinde farklılıklara yol açmaktadır. Gelir arttıkça kabul edilme ve genel aidiyet duygusu düzeyinin arttığı, gelir azaldıkça reddilme ve algılanan stres düzeylerinin yükseldiği görülmektedir. Yaş, medeni durum, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir ve çocuk sahibi olup olmama reddedilme düzeyinde farklılıklara yol açmaktadır ve bu farklılıkların olası nedenleri tartışılmıştır. Kişilerin aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça kabul edilme ve genel aidiyet duygusu ölçeklerinden aldıkları puanların da artmakta olduğu görülmüştür; aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça bireylerin reddedilme ölçeğinden aldıkları puanların da düşmekte olduğu görülmüştür ve bu ilişkiler ilgili literatür

işğında tartışılmıştır. Herhangi bir psikolojik hastalık varlığı katılımcıların ölçek puanlarında anlamlı bir farklılık yaratmamıştır. Algılanan stres ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir fark çıkmamıştır. Genel aidiyet ile algılanan stres ve aldatma eğilimi arasında bulunan anlamlı ilişkiler tartışılmıştır.

## 6.2. Öneriler

Araştırmadaki örneklem grubu tüm Türkiye'den 291 kişi ile sınırlıdır. Ülke nüfusu ve sosyal medya kullanıcı sayısı dikkate alındığında yapılacak araştırmaların daha geniş katılımcılarla yapılmasının araştırma sonuçlarının genellenebilmesinde geçerliliği ve güvenilirliği artıracığı düşünülmektedir. Katılımcı sayılarının artırılması faydalı olacaktır. Benzer çalışmalarda yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir durumu gibi bazı değişkenler kontrol edilerek daha spesifik verilerin elde edilmesi sağlanabilir.

Duygusal ilişkide aldatma durumu; aldatan, aldatılan ve yakın çevre olmak üzere sonuçları birçok kişiye yansıyan olumsuzluklara sahiptir. Kadınların aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin aldatma eğilimi ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksek olduğu göz önünde bulundurularak ülkemizde de kadınların çalışma hayatındaki etkin rolünün etkisiyle aldatmaya dair cinsiyet farklılıklarının ortadan kalkmaya başladığı düşünülebilir ve buna ilişkin daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırma sonucuna göre 18-25 yaş arası katılımcıların kendilerini daha reddedilmiş hissettikleri göz önünde bulundurularak, bu yaş gruplarındaki bireylerin aidiyet hissini arttırmaya yönelik grup psikoterapi çalışmalarının yaygınlaştırılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Üniversitelerdeki sosyal topluluklar gibi oluşumların da bu açıdan desteklenmesi önerilmektedir.

18-35 yaş arası katılımcıların daha fazla stres algıladıkları göz önünde bulundurularak, genç yetişkin grupları için stres yönetimine ilişkin psikoeğitim çalışmaları oluşturulması ve yaygınlaştırılması önerilebilir. Bu yaşlardaki yaşam olaylarının zorlayıcılığı da dikkate alınarak başta farkındalık ve uygulamalarına yönelik eğitimler olmak üzere, cinsellik, problem çözme,

stresle baş etme, iletişim, ilişkiler gibi konularda kişilerin psikoeğitim ve destek almasını sağlamak, koruyucu ruh sağlığı hizmeti olarak sunulmalıdır. Algılanan stresin psikopatolojilerdeki etkin rolü ve yaşa bağlı farklılıkları göz önünde bulundurularak 18-36 yaş aralığındaki bireyler için koruyucu ruh sağlığı hizmetlerine ulaşmalarının önemi belirgindir. Son yıllarda stres üzerindeki olumlu etkileri ile ön plana çıkan bilgece farkındalık çalışmaları da bu yaşlardaki bireylerin psikoterapilerinde kullanılabilir.

Araştırma sonuçlarına göre duygusal ilişkisi olmayan bireylerin kendilerini daha reddedilmiş hissettikleri ve algılanan stres düzeylerinin de daha yüksek olduğu görülmüştür. İlişki kurma ve sürdürme becerilerinin erken yaşlardan itibaren kazandırılmasının önemi ortadadır. Klinik çalışmalarda son yıllarda yaygınlaşan ve çocukların sosyal becerilerini arttırmaya yönelik açılan grup çalışmaları yaygınlaştırılmalı, psikodrama temelli benzer çalışmalar bu açıdan zorluk yaşayan yetişkin bireyler için de planlanmalıdır.

Herhangi bir işte çalışmayan katılımcıların kendilerini daha reddedilmiş hissettikleri görülmüştür. İşsizliğin toplumda giderek yaygınlaştığı herkes tarafından bilinen bir gerçektir. Bu araştırmada ortaya çıkan reddedilme duygusu ile çalışmıyor olma durumu arasındaki ilişki, toplumun büyük bir kesimini olumsuz etkileme potansiyeline sahiptir. Muhtemel olumsuz etkiyi bertaraf etmek amacıyla çalışmayan/iş bulamayan bireylerin psikoterapilerinde reddedilme duygusu ile baş etme becerilerini geliştirmeye, aidiyeti besleyecek diğer kaynaklarını keşfetmelerine destek olmaya yönelik terapötik tekniklerin kullanılması önerilmektedir. Bireylerin çalışma hayatına atılmaları, iş olanakları, devlet tarafından desteklenmeli, koşullar zenginleştirilmelidir.

Gelir yükseldikçe katılımcıların kendilerini kabul edilmiş hissettikleri ve buna uyumlu olarak gelir düştükçe katılımcıların kendilerini reddedilmiş hissettikleri görülmüştür. Geliri yükseldikçe katılımcıların genel aidiyetlerinin arttığı görülmüştür. Gelirin düşmesinin ise algılanan stresi arttırdığı bulunmuştur. Tüm bunlara dayanılarak bireylerin ekonomik güçlerinin olmasının psikolojik iyi

olma hali ile ilişkili olduğu söylenebilir. Ruh sağlığını korumak, bireylerin iyi olma hallerini desteklemek, ekonominin olumsuzluklarından kişileri korumak için psikoterapilere ulaşım kolaylaştırılmalı ve ekonomik olarak dezavantajlı gruplar için psikoterapi hizmeti devlet tarafından desteklenmelidir. Düşük gelirli bireylerin stresle baş etme becerilerini arttırmak için çalışmalar yapılmalıdır. Tüm bunlar göz önüne alındığında öncelikle her birey için psikoterapi uygulamaları yaygınlaştırılmalı ve ulaşılabilir olmalıdır.

Çocuğu olmayan katılımcıların kendilerini daha reddedilmiş algıladıkları ve daha fazla stres algıladıkları bulunmuştur. Çocuğun ailelerde aidiyet konusunda önemli rol oynadığı düşünülmektedir. Evli fakat çocuğu olmayan bireylerin sağlıklı bir aile hayatı sürdürebilmek ve aidiyet hissedebilmek adına çocuk dışında beslenebilecekleri başka kaynaklar bulmalarının desteklenmesi ve terapilerde bu konunun ele alınması önerilmiştir. Özellikle çift terapilerinde çocuksuz çiftlerin stres yönetimi açısından desteklenmeleri ve stresle baş etmede birbirlerine yardımcı olmaları için psikoeğitim, psikodrama gibi tekniklerle desteklenmeleri önerilmektedir.

Katılımcıların aldatma eğilimleri arttıkça kendilerini daha kabul edilmiş ve genel aidiyet duygularının artmış hissettikleri görülmüştür. Bu sonuca uygun şekilde katılımcıların aldatma eğilimleri arttıkça reddedilmişlik hisleri azalmaktadır. Buna dayanılarak erken yaşlardan itibaren tüm bireylerin psikoterapi ile tanışması, bireysel farkındalıklarının artırılması, bilişsel-duygusal-somatik-davranışsal farkındalıkların kazandırılması kişilerarası ilişkileri için önemlidir. Bu durum kişilerin kendi duygusal ihtiyaçlarını doğru analiz edebilmelerini sağladığı gibi ilişki ve iletişim becerilerini güçlendiren bir faktör olarak da rol oynayacak ve ilişkilerdeki kabul edilme ve genel aidiyetlerine pozitif olarak yansıtacaktır. Böylece daha sağlıklı duygusal ilişkiler kurmaları beklenebilir. Sağlıklı kurulan duygusal ilişkilerde kişilerin birbirinin ihtiyacını görmesi, ilişkiden doyum alması dolayısıyla farklı ilişki arayışlarına girmemeleri beklenmektedir.

Araştırmada algılanan stres arttıkça kabul edilme ve genel aidiyet duygularının azaldığı, reddedilmişlik hislerinin arttığı görülmüştür. Buna dayanılarak genel aidiyet duygusu ve kabul edilme duygusunun desteklenmesinin, birçok psikopatolojinin tetikleyicisi ya da uyum bozukluklarında olduğu gibi sebebi olan stresin azaltılmasında etkili olacağı düşünülmektedir. Bu bulgunun stres faktörlerinin değerlendirilmesi ve çalışılmasında anlamlı olacağı düşünülmektedir. Stresi yönetme, ego gücünü artırma, destekleyici psikoterapi gibi psikoterapi çalışmalarında kişinin genel aidiyet duygusunu çalışmak yararlı olacaktır. Psikoterapi seansları esnasında bireylerin genel aidiyet duygusu boyutundan da detaylı incelenmesi önerilmekte ve konuya ilişkin araştırmalar yapılması önerilmektedir.

Duygusal ilişkide aldatma eğiliminin kabul edilme duygusunu ve genel aidiyeti pozitif yönde reddedilme duygusunu ise negatif yönde yordadığı göz önünde bulundurularak bireylerin duygusal ilişkilerde yaşadıkları zorluklar ile çalışırken bu alanların göz önünde bulundurulmasının terapi çalışmalarında da yol gösterici olması beklenmektedir. Bu alanlardaki kişisel ihtiyaçların fark edilmesinin hem bireysel hem de çift terapilerinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Aldatma eğilimi ile algılanan stres arasında bir ilişki bulunmamıştır. Bu konu hakkında daha kapsamlı araştırmalar yapılması önerilmektedir. Yapılan araştırmada herhangi bir işte çalışmayan katılımcıların daha fazla aldatma eğilimi olduğu görülmüştür. Aldatma tek başına bir psikopatoloji olarak kabul edilmemekle birlikte klinikte azımsanmayacak sıklıkla görülen ve başka tanılarının tetikleyicisi ya da şiddetini arttıran bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle de farklı perspektiflerden ele alınıp daha fazla araştırma yapılması önerilmektedir.

Genel aidiyet ile aldatma eğilimi arasında bulunun anlamlı ilişkinin, bu alanlara ilişkin terapi çalışmalarında da yol gösterici olması beklenmektedir. Aidiyet duygusu ilk ailede gelişmeye başlar. Aidiyet duygusunun kökleri bebeklik deneyimleri ve bağlanmayla ilişkilendirilebilir. Bu nedenle aidiyet ve aidiyetin

tetikleyebileceği olası psikopatoloji ihtimalini azaltma amaçlı, anne baba adaylarına yönelik, güvenli bağlanma temelli sağlıklı ebeveyn çocuk ilişkisi konulu eğitimlerin planlanması, ebeveynlerin baş etme becerilerini destekleyen eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin sağlanması ve yaygınlaştırılması önerilmektedir. Bunun içinde psikolog, psikiyatri ve birinci basamak sağlık hizmetlerine ulaşım kolay, adil ve eşit olmalıdır.

## KAYNAKÇA

- Abbas, A., Gholamzadeh Jofreh, M., & Morgan, M. M. (2019). Grounds for infidelity among Iranian women: a phenomenological study. *The American Journal of Family Therapy*, 1-15.
- Akçakaya, R.Ö., ve Erden, S. Ç. (2014). Stres ve stresle baş etmede psikiyatrik yaklaşım. *Turkish Family Physician*, 5(2), 18-25.
- Akgün, Ö., Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Demirel, F., ve Karadeniz, Ş. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. (4. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Akın, A., Raba, S., Rada, S., Yılmaz, S., ve Rada, M. (2016). Genel Aidiyet Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması özet. *Türk İslam Dünyası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(7), 271-277.
- Alaçam, S. (2020). *Evli bireylerde evlilik doyumu, aldatma eğilimi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Master's Thesis, Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Alaşık, O. (2020). *Gazi üniversitesi tıp, diş hekimliği ve sağlık bilimleri fakülteleri son sınıf öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ve depresyon belirtileri sıklığının değerlendirilmesi*. Uzmanlık Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Albayrak, C. (2020). *Polis memularının bilinçli farkındalık ve stres ile başa çıkma durumları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Master's Thesis, Sakarya Üniversitesi, Adapazarı.
- Allen, E. S., Clements, M. L., Markman, H. J., Melton, J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Williams, T. (2008). Premarital precursors of marital infidelity. *Family Process*, 47(2), 243-259.
- Allen, K. A. (2020). *The Psychology of Belonging*. New York: Routledge.
- Alpaslan, M. M., Ulubey, Ö., ve Yıldırım, K. (2018). Öğretmen adaylarının algıladıkları destek, aidiyet duygusu ve öğretmen öz-yeterlik ilişkisinin incelenmesi. *KEFAD*, 19(1), 242-261.
- Alptekin, D. (2011). *Toplumsal Aidiyet ve Gençlik: Üniversite Gençliğinin Aidiyeti Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma*. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Altun, B. N. İ., Çokluk, N., Savaş, S., ve Tunçay, E. (2020). Boşanma nedenlerinin iletişim bağlamında değerlendirilmesi üzerine ampirik bir çalışma. *Kocaeli Üniversitesi İletişim Fakültesi Araştırma Dergisi*, (15), 116-139.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. (5th ed.). Washington, DC.

- Asadu, N., & Egbuche, M. (2020). Effect of marital infidelity on the family: a perception study of the/owerre in Nsukka local government area of Enugu State. *RUJMASS*, 6(1), 21-31.
- Asıcı, E., ve Uygur, S. S. (2017). Duygusal öz-yeterlik ve affetmenin algılanan stres düzeyini yordayıcı rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 1353-1375.
- Aslantürk, H., ve Kılıç, A. K. (2020). Üvey aileye sahip gençlerde aile aidiyeti: nitel bir analiz. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(3), 1171-1189.
- Ateş, G. (2018). *Associated factors of subjective well-being in married individuals: Online infidelity tendency, gender roles, and marital satisfaction*. Unpublished Doctorate Dissertation, Middle East Technical University, Ankara.
- Austin, J. L., & Falconier, M. K. (2013). Spirituality and common dyadic coping: Protective factors from psychological aggression in Latino immigrant couples. *Journal of Family Issues*, 34(3), 323-346.
- Aytaç, S. (2015). Stres kaynakları ve stresin psikolojik semptomlarının öfke kontrolü ile ilişkisi: polis memurları üzerine bir araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, (69), 1-27.
- Babore, A., Lombardi, L., Viceconti, M. L., Pignataro, S., Marino, V., Crudele, M., & Trumello, C. (2020). Psychological effects of the COVID-2019 pandemic: Perceived stress and coping strategies among healthcare professionals. *Psychiatry Research*, 293, 113366.
- Bargiel-Matusiewicz, K., Januszek, M., & Wilczyńska, A. (2015). The need of belonging and sense of belonging versus effectiveness of coping. *Polish Psychological Bulletin*, 46(1), 72-81.
- Bartolomucci, A., Buwalda, B., de Boer, S. F., Flügge, G., Fuchs, E., Koolhaas, J. M., Korte, S. M., Meerlo, P., Murison, R., Olivier, B., Palanzak, P., Sgoifo, A., Steimer, T., Stiedl, O., van Dijk, G., Wöhr, M., & Richter-Levin, G. (2011). Stress revisited: a critical evaluation of the stress concept. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(5), 1291-1301.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497.
- Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A., Kamble, S., Lambert, N. M., & Stillman, T. F. (2013). To belong is to matter: sense of belonging enhances meaning in life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(11), 1418-1427.
- Bidzan, M., & Lutkiewicz, K. (2019). Perceived stress as a predictor of partnership relation quality in Polish mothers of preterm-born children.



*International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 355.

- Bilecen, N. (2007). Yakın ilişkilerde stres ve stresle başa çıkma: Yatırım modeline göre bir inceleme. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Blanchard, A. L., & Markus, M. L. (2004). The experienced "sense" of a virtual community: characteristics and processes. *ACM Sigmis Database: The Database for Advances in Information Systems*, 35(1), 64-79.
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships ii: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217-233.
- Bosma, H., Chau, C., Cunha, M., Çok, F., Gillespie, C., Loncaric, D., Molinar, R., Seiffge-Krenke, I., Rohail, I., & Veisson, M. (2010). All they need is love? Placing romantic stress in the context of other stressors: a 17-nation study. *International Journal of Behavioral Development*, 34(2), 106-112.
- Boyd, L. M., & King, V. (2016). Factors associated with perceptions of family belonging among adolescents. *Journal of Marriage and Family*, 78(4), 1114-1130.
- Buller, A. M., Kyegombe, N., Pichon, M., Stern, E., Stöckl, H., & Treves-Kagan, S. (2020). A mixed-methods systematic review: infidelity, romantic jealousy and intimate partner violence against women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 5682.
- Bulut, N. D., & Asan, A. (2020). Evli bireylerin aile yaşam döngüsü basamaklarında algıladıkları stres ve aile stresörleri ile başa çıkma yöntemlerinin incelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 3(1), 61-78.
- Büyükakım, M. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Genel Aidiyet, Nomofobi ve Yaşam Doyumu Arasındaki Yordayıcı İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı - İstatistik, Araştırma Deseni, Spss Uygulamaları ve Yorum*. (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 385-396.
- Coop-Gordon, K., & Mitchell, E. A. (2020). Infidelity in the Time of COVID-19. *Family Process*, 59(3), 956-966.

- Cousineau, T.M., & Domar, A.D. (2007). Psychological impact of infertility. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 21, 293–308.
- Cummins, R. Firth, L., Hayashi, Y., Mellor, D., & Stokes, M. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 45(3), 213-218.
- Cüceloğlu, D. (2017). *İnsan ve Davranışı, Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çevik, A., ve Şentür, V. (2008) Tarihsel süreçte psikosomatik tıp ve psikosomatik bozukluklara genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Dergisi*, 1(2), 1-11.
- Çıkkıt, B. (2017). *Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi. Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Çıkrıkçı, Ö., ve Gençdoğan, B. (2020). Clarifying the associations among belongingness, setting life goals, need satisfaction and positive orientations: The model testing in accordance with the attachment styles. *Current Psychology*, 1-16.
- Çiftçi, E., ve Çoksüer, F. (2020). Yeni koronavirüs infeksiyonu: COVID-19. *Flora İnfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Çiftçi, G. E., ve Öneren, M. (2018). Çalışanlarda işe yabancılaşmanın bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi 1. *Third Sector Social Economic Review*, 53(2), 501-520.
- Dadak, E. (2018). *Sosyal Kimlik Kuramı Bağlamında Bireylerin Kimlik ve Aidiyet Tanımlamaları: Kocaeli Kafkas Kültür Derneği Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dere, G., ve Kılıç, E. (2016). Aidiyet perspektifinden çatışma yönetimi üzerine kuramsal bir çalışma. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, 26(2), 127-154.
- Desmet, P., & Fokkinga, S. (2020). Beyond Maslow's pyramid: introducing a typology of thirteen fundamental needs for human-centered design. *Multimodal Technologies and Interaction*, 4(3), 38.
- Deveci-Şirin, H., ve Bayrakçı, E. (2020). Romantik İlişki Geliştirme Programı'nın (RİGP) romantik ilişki doyumu ve romantik inanç düzeyine etkisinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 145-165.
- Dursun, S. (2016). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimlerinin ve evlilik doyumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, İstanbul.

- Duru, E. (2015). Genel aidiyet ölçeğinin psikometrik özellikleri: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 37-47.
- Elçiyar, K., ve Küçük, M. (2020). Sosyal ağ kullanımı: sosyal kazanımlar, kendini gerçekleştirme ve aidiyet. *Akdeniz İletişim Dergisi*, (33), 198-210.
- Erkmen, H., & Erkıran, M. (2007). Uyum bozuklukları. E. Köroğlu & C. Güleç (Eds.), *İçinde Psikiyatri Temel El Kitabı*, s.491-492. Ankara: Hekimler Yayın Birliği Basım Yayın.
- Erşan, E. E., Doğan, O., Doğan, S., ve Yıldırım, G. (2013). Sağlık çalışanlarının iş doyumu ve algılanan iş stresi ile aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(2), 115-121.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlik analizi. *New Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Everly, G. S., & Lating, J. M. (2019). The anatomy and physiology of the human stress response. In *A Clinical Guide to the Treatment of the Human Stress Response*, pp. 19-56. New York: Springer.
- Fife, S. T., Gambescia, N., & Weeks, G. R. (2008). Treating infidelity: an integrative approach. *The Family Journal*, 16(4), 316-323.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74.
- Flesia, L., Fietta, V., Colicino, E., Segatto, B., & Monaro, M. (2020). *Stable psychological traits predict perceived stress related to the COVID-19 outbreak. Journal of Clinical Medicine*, 9(10), 3350.
- Garbinsky, E. N., Gladstone, J. J., Nikolova, H., & Olson, J. G. (2020). Love, lies, and money: financial infidelity in romantic relationships. *Journal of Consumer Research*, 47(1), 1-24.
- Gavurova, B., Ivankova, V., & Rigelsky, M. (2020). Relationships between perceived stress, depression and alcohol use disorders in university students during the CoViD-19 pandemic: a socio-economic dimension. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8853.
- Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve Sonrası*. (9. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gottman, J., & Silver, N. (2020). *Evliliği Sürdürmenin Yedi İlkesi*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gözeler, P. S. (2018). *Algılanan Stres Düzeyi ve İlişkilerde Yüklemelerin Evlilik Uyumu ile İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91-109.
- Gümüştekin, G. E., ve Öztemiz, A. B. (2005). Örgütlerde stresin verimlilik ve performansla etkileşimi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1), 271-288.
- Hill, L. H. (2006). Sense of belonging as connectedness, American Indian worldview, and mental health. *Archives of Psychiatric Nursing*, 20 (5), 210–216.
- Hünler, O.S. ve Gençöz, T. (2003) Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: algılanan evlilik problemleri çözümünün Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Işığıçok, E. (2018). *Çıkarımsal İstatistik*. Bursa: Aktüel Yayınları.
- Işık, E., Işık, U., ve Taner, E. (Eds.) (2008). *Güncel Klinik Psikiyatri*. Ankara: Golden Print Matbaası.
- İkizoğlu, G. (2019). Bilişsel davranışçı kuramda çift terapisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 2(4), 59-69.
- İnanç, B., ve Yerlikaya, E. E. (2007). *Algılanan stres ölçeğinin Türkçe çevirisinin psikometrik özellikleri*. IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 17-19 Ekim, İzmir.
- Kabahaliloğlu, K. (2019). *Acil ve Afetlerde Sağlık Hizmetleri Çalışanlarının Algılanan Aidiet, Algılanan Stres ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Kankaya, D. (2015). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Cinsel Yaşantılar*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kantarıcı, D. (2009). *Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Adatma Eğilimleri Ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Karaosmanoğlu, A. (2019). *Hepsini İstiyorum Hemen İstiyorum*.(s.21-39). İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Karasar, N. (2005). *Sosyal Bilimler İçin İstatistik*. (4.Baskı). Ankara: Pegem Yayınları.
- Kayabaşı, Ö., ve Yaman-Sözber, Ş. (2020). The relationship between quality of life, perceived stress, marital satisfaction in women conceived through ART. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 1-10.
- Kelly, K. M. (2001). Individual differences in reactions to rejection. M. R. Leary (Ed.), In *Interpersonal Rejection*, pp.291-315. New York: Oxford University Press.

- Kirby, J. S. (2005). *A Study of the Marital Satisfaction Levels of Participants in a Marriage Education Course*. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Louisiana, USA.
- Kubat, D. E. (2012). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Evlilik Doyumu İlişkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Labrecque, L. T., & Whisman, M. A. (2017). Attitudes toward and prevalence of extramarital sex and descriptions of extramarital partners in the 21st century. *Journal of Family Psychology*, 31(7), 952.
- Levett-Jones, T., Lathlean, J., Maguire, J. & McMillan, M. (2007). Belongingness: A critique of the concept and implications for nursing education. *Nurse Education Today*, 27, 210–218.
- Li, M., Liu, X., Shao, Y., Xu, C., Xu, Y., Xu, S., Peng, L., & Zhang, Q., (2020). Cognitive reappraisal and the association between perceived stress and anxiety symptoms in COVID-19 isolated people. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1-8.
- Lohman, B. J., Newman, B. M., & Newman, P. R. (2007). Peer group membership and a sense of belonging: their relationship to adolescent behavior problems. *Adolescence*, 42(166), 241-263.
- Malkoç, G., ve Güren, A. S. (2018). Evli ve çocuk sahibi çiftlerin evlilik uyumu, evlilik çatışması, yakın ilişki düzeyi ve yalnızlık düzeylerinin çocuk yetiştirme tutumları ile ilişkisi. *İTÜSBD*, 17, 33.
- Michie, S. (2002). Causes and management of stress at work. *Occupational and Environmental Medicine*, 59(1), 67-72.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi Anlamak: Psikolojiye Giriş*. (1. Baskı). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(2), 134-148.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2009). Stress and reactivity to daily relationship experiences: How stress hinders adaptive processes in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(3), 435.
- Odebode, A. A. (2019). Marital stress among working class women in Kwara State, Nigeria: Implications for counselling practice. *Canadian Journal of Family and Youth/Le Journal Canadien de Famille et de la Jeunesse*, 11(1), 20-40.
- Onat, G., & Beji, N.K. (2012). Marital relationship and quality of life among couples with infertility. *Sexuality and Disability*, 30, 39–52.

- Özkul, K. (2018). Hastalıkta, Sağlıkta, Birbirimizi Aldatana Dek: Romantik İlişkilerde Sadakatsizlik Üzerine Bir İnceleme. *Pivolka*, 8(26), 6-9.
- Özmen, S. K., ve Özmen, A. (2012). Anne Baba Stres Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(196), 20-35.
- Öztürk, M. O. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevi.
- Pan, S., Wang, X., & Zhang, Y., (2020). Prevalence and patterns of extramarital sex among chinese men and women: 2000-2015. *The Journal of Sex Research*, 1-10.
- Peluso, P. R. (2018). *A Family Systems Guide to Infidelity: Helping Couples Understand, Recover From, and Avoid Future Affairs*. London: Routledge.
- Polat, D. (2006). *Evli Bireylerin Evlilik Uyumluları, Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Raba, S. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Kişilerarası Bağlılık İle Kandırılma Korkusu Aidiyet Duygusu ve Sosyal Onay İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Ramezanzadeh, F., Aghssa, M.M., Jafarabadi, M., & Zayeri, F. (2006). Alterations of sexual desire and satisfaction in male partners of infertile couples. *Fertility and Sterility*, 85, 139–143.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105-115.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current Opinion in Psychology*, 13, 96-106.
- Sağdıç, N. (2018). *Evli Erkeklerin Bağlanma Şekillerine ve Dini Yönelimlerine Göre Aldatma Eğilimleri*. Yüksek Lisans Tezi. Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Satterfield, C. J. (2020). *Belonging: The What, Why, and How for Working Mothers*. Master's Thesis. University of Pennsylvania, USA.
- Seyfi, S. (2017). *Evli Bireylerin Aldatma Eğilimleri ve Affetme Düzeylerinin Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Shackelford, T. K., LeBlanc, G. J., & Drass, E. (2000). Emotional reactions to infidelity. *Cognition & Emotion*, 14(5), 643-659.
- Sır, A. (2008). Uyum bozuklukları. E. Işık, U. Işık, & E. Taner (Eds.), *İçinde Güncel Klinik Psikiyatri*, s.385-390. Ankara: Golden Print Matbaası.

- Skari, H., Skreden, M., Malt, U. F., Dalholt, M., Ostensen, A. B., Egeland, T., & Emblem, R. (2002). Comparative levels of psychological distress, stress symptoms, depression and anxiety after childbirth—a prospective population-based study of mothers and fathers. *BJOG: an International Journal of Obstetrics And Gynaecology*, 109(10), 1154-1163.
- Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B., & Loftus, G. R. (2015). *Atkinson-Hilgard: Psikolojiye Giriş – 14*. Edisyon. Ö. Öncül ve D. Ferhatoğlu (Çev.). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Solmuş, T. (2010). *Bağlanma, Evlilik ve Aile Psikolojisi*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Solmuş, T. (2015). *Travma Psikolojisi: Hayatımızın Kırılma Anları*. İstanbul: Nobel Yaşam.
- Stamps, W. E. (2020). *Treatment of Infidelity as a Clinical Issue in Couple Therapy: A Critical Review of the Literature*. Doctoral Dissertation. Pepperdine University, USA.
- Sungur, M. Z. (2009). *Sen, Ben ve Aramızdaki Her Şey: Şeytan Üçgeni*. (21. Baskı). İstanbul: GOA Basım Yayın ve Tanıtım Hizmetleri.
- Şatıroğlu, G. (2017). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi, Bilişsel Duygu Düzenleme ve Kişilik Özellikleri*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2014). *Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması (TBNA)*. Araştırma ve Sosyal Politika Serisi 23, İstanbul.
- Taştekne, F. (2019). *Postpartum Depresyonun Gelişimindeki Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler*. Master's Thesis, İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Tavlı, F., ve Ünsal, D. (2016). Fabrika çalışanlarının stres kaynakları ve stresle başa çıkma tutumlarının değerlendirilmesi. *JAREN/Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 2(1), 9-15.
- Tortamış, M. (2014). *Evli Bireylerde Romantik Kıskaçlık Türü ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Treas, J., & Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabiting Americans. *Journal of Marriage and Family*, 62(1), 48-60.
- Urian, B. (2020). *Queer Identity Development & Belongingness in College Students*. Master's Thesis. Muhlenberg College, USA.

- Weeks, G. R., ve Keçe, C. (2019). *Aldatma Sadakatsizlik: İlişkilerin Çıkmaz Sokakaları*. Ankara: Pusula Yayınevi.
- Yazgan-İnanç, B. Y., ve Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Yazıcıoğlu, Y. S. E. (2004). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yeniceri, Z., ve Kökdemir, D. (2006). University students'perceptions of, and explanations for, infidelity: the development of the infidelity questionnaire (Infq). *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 34(6).
- Yıldırım, Y. (2019). *Romantik İlişkilerde Aldatma Eğiliminin Yordayıcıları Olarak Sosyal Medya Kullanımı ve Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu*. Yüksek Lisans Tezi. Doğu Üniversitesi, İstanbul.



## EKLER

### EK 1. Aydınlatılmış Onam Formu

“Sayın gönüllü,

Psk. Şule DEMİR KÖKÇEN tarafından Yard. Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ danışmanlığında yürütülmekte olan araştırmaya katılmak üzere davet edilmiş bulunuyorsunuz. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanacağından, bu araştırmada yer almayı kabul etme kararınızı bu bilgilendirme çerçevesinde özgürce vermeniz gerekmektedir.

Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okuyunuz.

Size bazı sorular verilecektir. Bu bir sınav değildir. Soruların doğru veya yanlış bir cevabı yoktur. Her soruda sizin durumunuzu en iyi değerlendiren cevabı işaretlemeniz beklenmektedir. Cevaplarınızı içten ve doğru olarak vermeniz sonuçların toplum yararına kullanılmasına imkân verecektir. Sorulara yanlış cevap vermeniz ya da boş bırakmanız araştırma için verilen emeklerin boşa gitmesine yol açacaktır.

Çalışmaya katılımın gönüllülük ve 18 yaş ve üzeri yaşta olma dışında herhangi bir ön koşulu bulunmamaktadır. Kimlik bilgisi yazılmayacaktır. Çalışma online ortamda yürütülecek olup, veri toplama ve verilerin saklanması aşamasında gizlilik esas alınacaktır. 220 katılımcıya ulaşmayı hedefleyen araştırma boyunca, veriler anonim bir şekilde toplanacak ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Araştırmaya katılan her bir katılımcı için araştırmanın gereklerini yerine getirmek için harcanacak olan süre yaklaşık olarak 20 dakikadır.

Bu araştırmada yer almak tümüyle sizin isteğinize bağlıdır. Katılımcıların araştırma boyunca herhangi bir riskle karşılaşması beklenmemektedir. Araştırmada yer almayı reddedebilirsiniz ya da başladıktan sonra yarıda bırakabilirsiniz. Bu araştırmanın sonuçları bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Araştırmadan çekilmeniz ya da araştırmacı tarafından araştırmadan çıkarılmanız halinde, sizle ilgili veriler kullanılmayacaktır. Ancak veriler bir kez anonimleştikten sonra araştırmadan

çekilmeniz mümkün olmayacaktır. Sizden elde edilen tüm bilgiler gizli tutulacaktır.

Araştırma için ölçekleri doldurmaya başlamadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve anladım. Gönüllülük esasına dayalı olarak karar vermem için gerekli zaman tanındı. Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

### **İletişim Bilgileri:**

Yrd. Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ /

Psikolog Şule DEMİR KÖKÇEN

/

Yakın Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümü

Yakın Doğu Üniversitesi

Klinik

Öğretim Üyesi

Psikoloji Yüksek Lisans

Öğrencisi

Tel: 0392 2236461 (254)

E-posta: meryem.karaaziz@neu.edu.tr

E-posta:

sule\_fe@hotmail.com

Butonu X ile işaretleyerek çalışmaya katılmış olursunuz.

Aşağıya imzanızı atarak çalışmaya katılmış olursunuz.

Katılımcının adı/soyadı

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

İmza \_\_\_\_\_ Tarih \_\_\_\_\_

## **EK 2. Bilgilendirilmiş Onam Formu**

Bu çalışma Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Psikolog Şule Demir Kökçen'in tez çalışmasıdır. Çalışmamıza katılmak gönüllülük esasına dayalıdır.

Yürütülen araştırma için sizlere bazı sorular verilecektir. Bu bir sınav değildir. Soruların doğru veya yanlış bir cevabı yoktur. Her soruda sizin durumunuzu en iyi değerlendiren cevabı işaretlemeniz beklenmektedir.

Cevaplarınızı içten ve doğru olarak vermeniz sonuçların toplum yararına kullanılmasına imkan verecektir. Sorulara yanlış cevap vermeniz ya da boş bırakmanız araştırma için verilen emeklerin boşa gitmesine yol açacaktır.

Formlar çevrimiçi (online) olarak toplanacaktır ve kimlik bilgisi yazılmayacaktır. Veri analizi güvenilir olarak yapılacaktır.

Çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederiz.

### **İletişim Bilgileri:**

Yrd. Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ /

Psikolog Şule DEMİR KÖKÇEN

/

Yakın Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümü

Yakın Doğu Üniversitesi

Klinik

Öğretim Üyesi

Psikoloji Yüksek Lisans

Öğrencisi

Tel: 0392 2236461 (254)

E-posta: meryem.karaaziz@neu.edu.tr

E-posta:

sule\_fe@hotmail.com

### EK 3. Demografik Bilgi Formu

Bu form Yrd. Doç. Dr. Meryem Karaaziz danışmanlığında; Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Şule Demir Kökçen tarafından bilimsel bir çalışmaya veri toplamak amacı ile oluşturulmuştur. Form üzerine herhangi bir kimlik bilgisi yazmanız istenmemektedir; kimliğiniz gizli tutulacaktır. Bu çalışmaya, dolduracağınız ölçeklerle katkı sağlamak istiyorsanız, lütfen aşağıda bulunan "bu formu okudum ve araştırmaya katılmayı kabul ediyorum" butonunu X ile işaretleyiniz. Çalışmanın sonuçlarını öğrenmek isterseniz Psikolog Şule Demir Kökçen ile [sule\\_fe@hotmail.com](mailto:sule_fe@hotmail.com) mail adresinden iletişime geçebilirsiniz. Ayırdığınız zaman ve katkınız için teşekkür ederiz.

BU FORMU OKUDUM VE ARAŞTIRMAYA KATILMAYI KABUL EDİYORUM.  
( )

Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyunuz. Size en uygun olan cevabı veriniz ya da en uygun seçeneği X ile işaretleyiniz.

1. Yaş: 18-25 ( ) 26- 35 ( ) 36-45 ( ) 46-55 ( ) 56 ve üstü ( )

2. Cinsiyet: Kadın ( ) Erkek ( )

3. Çalışma durumu: Çalışıyor ( ) Çalışmıyor ( )

4. Öğrenim durumu:

İlkokul ( )

Ortaokul ( )

Lise mezunu ( )

Üniversite ( )

İleri eğitim mezunu (master / doktora) ( )

5. Gelir düzeyi:

2900'a kadar ( )

3000-4900 ( )

5000 ve üzeri ( )

6. Medeni durumunuz: Evli ( ) Boşanmış ( ) İlişkisi var ( )  
İlişkisi yok ( )
7. Psikolojik bir rahatsızlığınız var mı? Evet ( ) Hayır ( )
8. Çocuğunuz var mı? Evet ( ) Hayır ( )
9. Çocuklarınız dışında evde birlikte yaşadığınız başka biri var mı?  
Evet ( ) Hayır ( )

## EK 4. Algılanan Stres Ölçeği

**Yönerge:** Aşağıda geçtiğimiz ay içerisindeki kişisel deneyimleriniz hakkında bir dizi soru yöneltilmektedir. Her soruyu dikkatlice okuyarak size en uygun seçeneğin altındaki kutuya bir çarpı işareti koyarak cevaplayınız. Soruların doğru veya yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan yanıtları vermenizdir.

	Hiçbir Zaman	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Oldukça Sık	Çok sık
1. Geçen ay, beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle ne sıklıkta rahatsızlık duydunuz?					
2. Geçen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi ne sıklıkta hissettiniz?					
3. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta sinirli ve stresli hissettiniz?					
4. Geçen ay, ne sıklıkta gündelik zorlukların üstesinden başarıyla geldiniz?					
5. Geçen ay, hayatınızda ortaya çıkan önemli değişikliklerle etkili bir şekilde başa çıktığınızı ne sıklıkta hissettiniz?					
6. Geçen ay, kişisel sorunlarınızı ele alma yeteneğinize ne sıklıkta güven duydunuz?					
7. Geçen ay, her şeyin yolunda gittiğini ne sıklıkta hissettiniz?					
8. Geçen ay, ne sıklıkta yapmanız gereken şeylerle başa çıkamadığınızı fark ettiniz?					
9. Geçen ay, hayatınızdaki zorlukları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?					
10. Geçen ay, ne sıklıkta her şeyin üstesinden geldiğinizi hissettiniz?					
11. Geçen ay, ne sıklıkta kontrolünüz dışında gelişen olaylar yüzünden öfkeleniniz?					
12. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta başarmak zorunda olduğunuz şeyleri düşünürken buldunuz?					
13. Geçen ay, ne sıklıkta zamanınızı nasıl kullanacağınızı kontrol edebildiniz?					
14. Geçen ay, ne sıklıkta problemlerin üstesinden gelemeyeceğiniz kadar biriktiğini hissettiniz?					

## EK 5. Aldatma Eğilimi Ölçeği

Bu ölçekte, evliliğiniz ile ilgili duygu ve düşüncelerinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, buna ne derecede katıldığınızı ya da katılmadığınızı cevap için ayrılan yere (X) koyarak işaretleyiniz.		Tamamen katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1.	Eşimle iletişim çatışması yaşadığım dönemlerde, beni anlayacak bir partner isterim.					
2.	Eşimle düzenli aralıklarla cinsel ilişkiye giremediğimde (iş seyahatleri vs.), bu dönemlerde başkasıyla birlikte olmayı deneyebilirim.					
3.	Zaman zaman, beni daha mutlu edebilecek bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					
4.	Eşimden aldığım cinsel doyum düşük olsa da, başkasıyla birlikte olmayı düşünmem.					
5.	Evliliğimi artık kurtaramayacağımı hissettiğimde (her şeye rağmen devam edecek ya da boşanmayla sonuçlanacak), hayatımda başka birinin olması için açık kapı bırakırım.					
6.	Eşim kendine ayrı bir sosyal çevre edinip onlarla yoğun bir ilişki içine girdiğinde; ben de ortak ilgilerimizi, hobilerimizi paylaşacağım bir partnerle vakit geçirmeyi deneyebilirim.					
7.	Eşimden daha güzel/yakışıklı, çekici bir partnerle birlikte olmayı da düşünürüm.					
8.	Giderek eşime olan sadakatim azalıyor.					
9.	Evliliğimdeki romantizm bitse de, bunu bir başkasıyla gidermeyi düşünmem.					
10.	Eşimden başka bir partneri düşünmek bile kendimi suçlu hissetmeme neden olur.					
11.	Sevgi, anlayış ve desteğe ihtiyacım olduğunda; yine de bu isteğime eşimden başka bir partnerin karşılık vereceğine inanmıyorum.					
12.	Eşimle yaşamadığım fantezileri gerçekleştirebileceğim bir teklif aldığımda, bunu değerlendirebilirim.					
13.	Eşimin kıskanç davranışları, başka bir partnere yönelmeme neden olabilir.					
14.	Salt farklı bir heyecan yaşamak için, eşimden başkasıyla birlikte olmam.					
15.	Tek eşlilik bana göre değil.					
16.	Eşimden ayrılmayı düşünsem de, başka biriyle birlikte olmam.					
17.	Evliliğimdeki mutsuzluğun, başkasıyla birlikte olmama neden olacağımı sanmıyorum.					
18.	Eşimin fiziksel çekiciliği azalsa da, başka bir insanı çekici olduğu için tercih etmem.					
19.	Eşimin yoğun ilgisi, beni başka bir partnere itebilir.					
20.	Eşimle anlaşmasam da "keşke başka biriyle evli olsaydım" diye düşünmem.					
21.	Eşim bakımsız olduğunda, bakımlı ve hoş biriyle birlikte olmayı isterim.					
22.	Eşim karı-koca rolünü, ana-baba rolünün arkasına atarsa başkasıyla birlikte olabilirim.					
23.	Evliliğimi hiçbir koşulda riske atmam.					
24.	Eşimin başka biriyle birlikte olduğunu öğrensem, ben de bir başkasıyla birlikte olmayı denerim.					
25.	İlişkimiz rutinleştiğinde yeni heyecanlar yaşamak için başkasıyla birlikte olabilirim.					
26.	Elimde olmadan, salt ortamın uygun olması nedeniyle; başkasıyla birlikte olabilirim.					
27.	Eşim bana zaman ayırmasa da, hayatıma başka bir partneri almayı düşünmem.					
28.	Karşımdaki insan istedi diye, onunla birlikte olmam.					
29.	Eşim başkasıyla birlikte olmamı hak ediyor.					
30.	Eşim geçici cinsel işlev bozukluğu yaşarsa, cinsel ilişki için bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					

## EK 6. Genel Aidiyet Ölçeği

**Açıklama:** Bu ölçek, insanların diğer insanlarla ilişkilerinde kendilerini nasıl hissettiklerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte bulunan ifadelere ne ölçüde katıldığınızı, size en uygun seçeneğe (X) işareti koyarak belirtiniz.

**Kesinlikle  
Tamamen  
Katılmıyorum  
Katılıyorum**

**1 2 3 4 5 6 7**

		1	2	3	4	5	6	7
1	İnsanlarla bir arada iken, onlarla birlikte olduğumu hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
2	Ailem ve arkadaşlarımla yakın/samimi bağlarım var.	1	2	3	4	5	6	7
3	Başkaları tarafından kabul edildiğimi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
4	Aidiyet duygusuna sahibim	1	2	3	4	5	6	7
5	İlişkilerimde ve paylaşımlarımda kendimi diğer insanlara eşit görürüm	1	2	3	4	5	6	7
6	Çevremdeki insanlarla bağlarım olduğunu hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
7	Ailem ve arkadaşlarım beni planlarına dâhil etmezler	1	2	3	4	5	6	7
8	Kendimi dışlanmış hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
9	Sanki insanlar beni önemsemiyor/umursamıyor gibi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
10	Diğerlerine bağlanamadığım için onlardan uzak duruyorum	1	2	3	4	5	6	7
11	Kendimi dış dünyadan soyutlanmış hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
12	İnsanlarla birlikteyken kendimi yabancı gibi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7



**EK 7.Algılanan Stres Ölçeği Ölçek İzni**

Yönlendirilen ileti -----

Gönderen: **MEHMET ESKİN** <[meskin@adu.edu.tr](mailto:meskin@adu.edu.tr)>

Tarih: 17 Nis 2019 Çar, saat 21:51

Konu: Re: Algılanan Stres Ölçeği Ölçek İzni

Alıcı: Meryem Karaaziz <[meryem.karaaziz@gmail.com](mailto:meryem.karaaziz@gmail.com)>

Kullanabilirsiniz hocam, başarılar dilerim. Makale ekte. Gereksinme duyduğunuz tüm bilgiler makalede mevcut. Kolay gelsin,

Mehmet Eskin, professor of psychology  
Adnan Menderes University, Faculty of Medicine  
Department of Psychiatry  
Aydın, Turkey

## EK 8. Genel Aidiyet Ölçek İzni

----- Yönlendirilen ileti -----

Gönderen: ERDİNÇ DURU <[eduru@pau.edu.tr](mailto:eduru@pau.edu.tr)>

Tarih: 17 Nis 2019 Çar, saat 12:44

Konu: ölçek ve makale

Alıcı: Meryem Karaaziz <[meryem.karaaziz@gmail.com](mailto:meryem.karaaziz@gmail.com)>

Merhaba,

Araştırmanızda kullanmayı düşündüğünüz ölçek ve ölçekle ilgili makalemi ekli dosya olarak gönderiyorum. Çalışmanızda şimdiden başarılar dileğiyle...

**EK 9. Aldatma Eğilimi Ölçeği Kullanım İzni****Re: aldatma eğilimi ölçeği kullanım izni**

Demet Polat &lt;iletisim@demetpolat.com.tr&gt;

5.04.2020 Paz 13:32

Siz ✓

Merhaba, ölçeği kullanabilirsiniz.  
İyi çalışmalar dilerim.

Demet Polat

--

Mobil Yandex.Mail'den gönderildi

04.04.2020, 17:54, "sule demir kökçen" &lt;sule\_fe@hotmail.com&gt;:

Merhaba Demet Hanım,

## ÖZGEÇMİŞ

Psikolog Şule Demir Kökçen, 1983 yılında Antalya'da doğmuştur. İlk, orta ve lise öğrenimini Antalya'da tamamladıktan, 2005 yılında Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümünden mezun olmuştur Klinik psikoloji yüksek lisansına, Yakın Doğu Üniversitesi'nde devam etmektedir. Lisansından itibaren çeşitli eğitim ve kongrelere katılmıştır. Sağlık Bakanlığı'ndan Psikolojinin Tıbbi Uygulamaları alanında sertifika almıştır. Klinik çalışmalarını çocuk ve yetişkin psikiyatristi muayenehanesinde 2011 yılından itibaren sürdürmüş olup 2014 yılından itibaren kurucusu olduğu Antalya Davranış Enstitüsünde de psikolog olarak görev yapmaktadır. Çalışma alanları arasında; çocuk, genç ve yetişkin psikoterapileri ve psikometrik değerlendirmeleri yer almaktadır. Türk Psikologlar Derneği ve EMDR Derneği üyesidir. Evli ve iki çocuk annesidir.

### Katıldığı Eğitimler ve Aldığı Sertifikalar

2020, TodiCognit Bilişsel Müdahale Eğitim Sertifikası Disleksi Eğitici Eğitimi, Dr. Olcay Karaca, Disleksi Öğrenme Güçlüğü Derneği, Antalya

2019, Kompleks Travmalarda EMDR Terapisi Atölye Çalışması, Uzm. Dr. Sümer Öztanrıöver, Salt Psikoloji Enstitüsü, Antalya

2018, Çocuk Olgularla EMDR Uygulamaları Çalıştayı, EMDR Derneği, İstanbul

2018, Özgül Öğrenme Güçlüğü Olan Çocukları Eğitimi, Prof. Dr. E. Rüya Özmen, Empati Özel Eğitim Merkezi, Antalya

2018, EMDR Children & Adolescents Level I, Prof. Dr. Ümran Korkmazlar, Fide Danışmanlık Merkezi, Antalya

2018, Klinik Psikoloji Yüksek Lisansı, Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs (Halen devam etmekte)

2017, The Internatonal Profssional Training Center Registered MOXO ADHD Test A.O, Dr. Ferda Korkmaz Özkanoglu&Assoc. Prof. Dr. Barış Topçular, Antalya Davranış Enstitüsü, Antalya

2017, Nörodikkat; Dikkat, Öğrenme ve Düşünme Becerileri Eğitici Eğitimi, Dr. Özlem Sürücü, İnanç Ayar, Engin Kuyucu, Uz. Klin. Psk. Esra Ülev, Psk Hasan Arslan & Kubilay Cengiz, Nörodikkat, Ankara

2016, Wechsler Çocuklar için Zeka Ölçeği (WÇZÖ-IV) Eğitimi, Klinik Psk. Cihat Çelik, Türk Psikologlar Derneği, Antalya

2015, Çocuklarla Oyun Terapisi ve EMDR, Reyhana Meer-Seedat, Davranış Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

2015, Ruhsal Bozukluklarda Sanat Psikoterapisinin Kullanımı, Dr. Nurhan Eren, Antalya Davranış Enstitüsü, Antalya

2015, Teröpatik Kartların ve Metaformların Aile ve Çiftlerle Kullanımı, Nevin Dölek, Aile Danışmanları Derneği, Antalya

2014, Çocukluk Çağında Özgül Öğrenme Güçlüğü Sempozyumu, Ankara Üniversitesi

2014, DIR Floortime ,Introduction to DIR, Çiğdem Ergül, Günışığı Çocuk Merkezi, İstanbul

2014, Gotmann Çift Terapisi Eğitimi, Filiz Kaya- Özge Altan Aytun, Psikoloji İstanbul- Antalya Davranış Enstitüsü, Antalya

2014, Bebeklikten Yetişkinliğe Bağlanma ve Bağlanma Temelli Bireysel, Evlilik ve Aile Terapisi, Uzm.Psk. Tarık Solmuş, Pandora Danışmanlık ve Yaşam Atölyesi, Denizli

2013, Psikolojinin Tıbbi Uygulamaları Yetki Belgesi, TC.Sağlık Bakanlığı, Antalya

2013, Çocuklarda Çözüm Odaklı Terapi, Nevin Dölek, Aile Danışmanları Derneği, Antalya

2013, EMDR 1. Düzey Eğitimi, Davranış Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

2012, Deneyimsel Oyun Terapisi Eğitimi, Byron E. Norton Ed.D., Carol C. Norton Ed.D., Psikoloji İstanbul, İstanbul

2011, Silahlı Özel Güvenlik Personeli Psikolojik Değerlendirme Testleri Eğitimi, Dr.Ayhan Akcan, Bakırköy Psikiyatri Araştırma Merkezi, İstanbul

2010, Dil ve Konuşma Bozuklukları Uzmanlığı Eğitimi, Aydın Üniversitesi, İstanbul

2009, WISC-R (Weshcsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği) Eğitimi, Uzm. Psk. Esmahan Orçin, Türk Psikologlar Derneği, Bursa

2009, Trafikent Sürücü Psikoteknik Değerlendirme Sistemi Uygulama Eğitimi, Prof. Dr. Nebi Sümer, Doç. Dr. Belgin Ayvaşık, Prof. Dr. Nurhan Er, Meteksan Sistem, Ankara

2007, Çocuk Değerlendirme Paketi Eğitimi, Doç. Dr. Gülsen Erdem, Türk Psikologlar Derneği, Ankara.

2006, Uygulamalı Davranış Analizi Eğitimi, Prof. Dr. Gönül Kırcaali İftar, Türk Psikologlar Derneği, Ankara.

2006, Akıcı Konuşma Bozukluğu (kekemelik) Tedavisi Eğitimi, Uzm. Psk. Nilüfer Erkin, Türk Psikologlar Derneği, Ankara

2005, Dil Gelişimi ve Dil Konuşma Bozuklukları Eğitimi, Uzm. Psk. Nilüfer Erkin, Türk Psikologlar Derneği, Ankara

2005, İnsan Kaynakları Yönetimi Sertifikalı Eğitim Programı Başarı Sertifikası,  
Hacettepe Üniversitesi Finansal Araştırmalar Merkezi, Ankara

## İNTİHAL RAPORU

### ALGILANAN STRES, GENEL AİDİYET DUYGUSU VE DUYGUSAL İLİŞKİDE ALDATMA EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

#### ORIJİNALLIK RAPORU

<b>%9</b>	<b>%9</b>	<b>%2</b>	<b>%</b>
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

#### BİRİNCİL KAYNAKLAR

<b>1</b>	<b>nek.istanbul.edu.tr:4444</b> İnternet Kaynağı	<b>%3</b>
<b>2</b>	<b>dergipark.org.tr</b> İnternet Kaynağı	<b>%1</b>
<b>3</b>	<b>docs.neu.edu.tr</b> İnternet Kaynağı	<b>%1</b>
<b>4</b>	<b>openaccess.maltepe.edu.tr</b> İnternet Kaynağı	<b>%1</b>
<b>5</b>	<b>www.journalagent.com</b> İnternet Kaynağı	<b>%1</b>
<b>6</b>	<b>www.researchgate.net</b> İnternet Kaynağı	<b>%1</b>
<b>7</b>	<b>acikerisim.pau.edu.tr:8080</b> İnternet Kaynağı	<b>%1</b>
<b>8</b>	<b>www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080</b> İnternet Kaynağı	<b>&lt;%1</b>

## ETİK KURUL ONAYI



BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK

KURULU

03.07.2020

Sayın Şule Demir Kökçen

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2020/708 proje numaralı ve "Algılanan Stres, Genel Aidiyet Duygusu ve Duygusal İlişkide Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişki" başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

*Direnç Kanol*

**Not:** Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.