



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞLANMA STİLLERİNİN İLİŞKİ
DOYUMU VE AYRILMA ANKSİYETESİ İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ayşegül BİROL

Lefkoşa
Ocak, 2023

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞLANMA STİLLERİNİN İLİŞKİ
DOYUMU VE AYRILMA ANKSİYETESİ İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ayőegöl BİROL

Tez Danışmanı



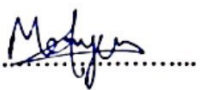
Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Lefkoşa

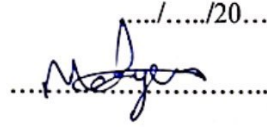
Ocak, 2023

Onay

Ayşegül BİROL tarafından hazırlanan “Romantik İlişkilerde Bağlanma Stillerinin, İlişki Doyumu ve Ayrılma Anksiyetesi İle İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı tez, kapsam ve nitelik açısından kalite standartlarına uygunluğu ile ilgili Klinik Psikoloji Anabilim Dalında Yüksek Lisans/ Tezi olarak.....tarhinde kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	Adı – Soyadı	İmza
Jüri Başkanı:	Dr. Psk. Bingül SUBAŞI	
Jüri Üyesi:	Yrd. Doç. Dr. Şengül BAŞARI	
Danışman:	Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ	

Anabilim/ Anasanat Dalı Başkanı Onayı

...../...../20...


Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Ünvan, Ad-Soyad

Anabilim/Anasanat Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

...../...../20...

Prof. Dr. Kemal Hüsnü Çan Başer

Etik İlkelere Uygunluk Beyanı

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Ayşegül BİROL

30/01/2023

Teşekkür

Yapmış olduğum bu çalışmada her türlü bilgi ve tecrübeleriyle bana yol gösteren tez danışmanım ve değerli hocam Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ'e çok kıymetli katkıları için sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yaşamımın her alanında olduğu gibi, tez çalışmam sırasında da bana verdikleri sonsuz sevgi ve destekleri için sevgili aileme en içten teşekkürlerimi sunar; ayrıca, tüm tez çalışmam süresince bana güvenen destek veren, her zaman yanımda olan dostlarıma da teşekkür ederim.

Ayşegül BİROL

Özet

Romantik İlişkilerde Bağlanma Stillerinin İlişki Doyumu ve Ayrılma Anksiyetesi İle ilişkisinin İncelenmesi

Biol, Ayşegül

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Ocak 2022, 72 sayfa

Bu çalışma, romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu romantik ilişkisi olan 243'ü kadın ve 137'i erkek olmak üzere toplam 380 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin aralarındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla ilişki tarama yönteminin kullanıldığı betimsel bir araştırma türünün olması hedeflenmiştir. Araştırmada veriler amaçsal örnekleme yöntemi kullanılarak katılımcılar üzerinden toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II), İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ) kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde korelasyon olduğu saptanırken YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktöründen aldıkları puanların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı görülürken YİYE II-Kaçıncı faktörünün YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını anlamlı biçimde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın ana değişkenleri olan bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi kapsamındaki ilişki türü, ilişki süresi gibi değişkenlerin etkisinin araştırıldığı sınırlı sayıda çalışma olduğundan, gelecekteki araştırmacılar için yeni yapılacak çalışmalar bu bağlamda literatüre önemli katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Anahtar kelimeler: romantik ilişki, bağlanma, ilişki doyumu, ayrılma anksiyetesi

Abstract

Relationship Satisfaction and Separation Anxiety of Attachment Styles in Romantic Relationship Examining the Relationships

Birol, Ayşegül

MSc, Departments of Clinical Psychology

Thesis Advisor: Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

January 2023, 72 pages

This study was conducted to examine the relationship between attachment styles in romantic relationship, relationship satisfaction and separation anxiety. The study group consisted of 380 participants, 243 of whom were women and 137 of whom were men, all in romantic relationships. The study aimed to be a descriptive research type that uses relational screening method to identify the relationship between the variables taken into account. Data were collected from participants using purposive sampling method. Demographic Information Form, Experience in Close Relationships Inventory- II (ECRI-II), Relationship Satisfaction Scale (RSS) and Adult Separation Anxiety Scale (ASAS) were used as data collection tools. According to the results of the analysis, it was found that there was a statistically significant and negative correlation between the scores of ECRI-II-Anxiety factor and RSS-Relationship Satisfaction Scale, and a statistically significant and positive correlation between the scores of ECRI-II-Anxiety factor and ASAS-Adult Separation Anxiety Scale. It was seen that the scores obtained from ECRI-II-Anxiety factor significantly and positively predicted ASAS-Adult Separation Anxiety Scale scores. There are limited studies examining the effect of variables such as relationship type, relationship duration and the relationship between attachment styles, relationship satisfaction and separation anxiety, therefore future studies in this context may contribute significantly to the literature.

Keywords: romantic relationship, attachment, relationship satisfaction, separation anxiety

İçindekiler

Onay	I
Etik İlkeler Uygunluk Beyanı.....	II
Teşekkür.....	III
Özet.....	IV
İçindekiler.....	VI
Şekiller Listesi.....	IX
Tablolar Listesi.....	X
Kısaltmalar	XI

BÖLÜM I

Giriş	1
Problem Durumu	1
Araştırmanın Amacı	2
Alt Amaçlar	3
Araştırmanın Önemi	3
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	4
Araştırmanın Varsayımları	4
Tanımlar.....	4

BÖLÜM II

Kuramsal Çerçeve.....	6
Bağlanma	6
Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma.....	6
Yetişkinlik Döneminde Bağlanma	9
Bağlanma Stilleri	11
Güvenli Bağlanma.....	11
Korkulu Bağlanma	12
Saplantılı Bağlanma	12
Kayıtsız Bağlanma	13
Romantik İlişkiler.....	13
Romantik İlişkiler ve Aşk.....	13

Romantik İlişkilerde Bağlanma	13
İlişki Doyumu	14
Bağlanma Stilleri ve İlişki Doyumu	15
Ayrılık (Ayrılma) Anksiyetesi Bozukluğu	16
Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğunun Tanımlanması.....	16
Ayrılık (Ayrılma) Anksiyetesi Bozukluğu Tanı Ölçütleri.....	16
Ayrılık Anksiyetesinin Tarihçesi	17
Etiyoloji ve patogenezi.....	18
İlgili Çalışmalar.....	18

BÖLÜM III

Yöntem.....	20
Araştırma Modeli	20
Evren Ve Örneklem.....	20
Veri toplama Araçları	22
Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu	22
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II)	22
İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ).....	22
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ).....	23
Verilerin Analizi	23
Araştırma Planı Süreci.....	24

BÖLÜM IV

Bulgular ve Yorumlar	25
----------------------------	----

BÖLÜM V

TARTIŞMA	33
----------------	----

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER	38
Sonuç	38
Öneriler	40
Araştırmacılara Öneriler	40
Klinisyenlere Öneriler	40
Devlete Öneriler	41
Kaynakça.....	42
EKLER.....	47
Ek-1 Aydınlatılmış Onam Formu.....	47
Ek-2 Bilgilendirme Formu.....	49
Ek-3 Sosyo-Demografik Bilgi Formu	50
Ek-4 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II).....	51
Ek-5 İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ).....	52
Ek-6 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ).....	53
Ek-7 Ölçek Kullanım İzinleri.....	54
Etik Kurul Onayı	57
İntihal Raporu	58
Öz Geçmiş	59

Şekiller Listesi

Şekil 1. Karşılıklı Çift İlişkinin Temel Bileşenleri	10
Şekil 2. Dörtlü Bağlanma Modeli.....	11

Tablolar Listesi

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Dağılımları.....	21
Tablo 2. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Normallik Sınaması.....	23
Tablo 3. Katılımcıların YİYE-II, İDÖ ve YAAÖ Puanları.....	25
Tablo 4. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Cinsiyetlerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları.....	25
Tablo 5. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Yaşlarına Göre Karşılaştırılma Sonuçları	26
Tablo 6. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Eğitim Seviyelerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları	27
Tablo 7. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Gelirlerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları.....	28
Tablo 8. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının İlişki Durumlarına Göre Karşılaştırılma Sonuçları	29
Tablo 9. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının İlişki Sürelerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları	30
Tablo 10. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Arasındaki Korelasyonlar	31
Tablo 11. Katılımcıların YİYE II ve İDÖ Puanlarının YAAÖ Puanlarını Yordama Durumu	32

Kısaltmalar

KKTC:	Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
MEB:	Milli Eğitim Bakanlığı
İDÖ:	İlişki Doyumu Ölçeği
YIYE-II:	Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II
YAAÖ:	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

BÖLÜM I

Giriş

Romantik ilişki, evliler veya flörtleşen partnerler arasında oluşan, kendi hür tercihleriyle, bağ kurma ve eşlerin duygusal ihtiyaçlarının öncelikli olduğu birliktelik süreci olarak tanımlanmaktadır. Partnerler çoğunlukla sevgi ve saygı kriterlerinin baz alındığı, devamlılığın sağlandığı romantik ilişkiye başlamak isterler. Fakat bu durum her zaman çiftlerin beklediği gibi sonuçlanmamaktadır; zira romantik ilişki sürecinin sağlıklı şekilde ilerlemesi, sürekliliği ve partnerlerin mutluluğu birliktelik sürecinde karşılıklı aldıkları haz durumuna bağlıdır (Hendrick ve Adler, 1988).Partnerlerin ilişkiden aldığı haz fazlaştıkça ilişkilerinin süresi ve mutluluk düzeyinin arttığı; yalnız ilişkisel doyumun olması gereken seviyede olmaması durumunda ilişkide bazı problemler meydana gelmeye başladığı, hatta ilişkinin sonbulduğu düşünülmektedir (Hawkings, 1968).

Romantik ilişkilerde ilişkisel doyumun bu kadar önemli bir faktör olması, ilişkisel doyuma yönelik değişkenlerin belirlenmesini ve buna yönelik bir çalışma yapılmasını düşündürmüştür.

Romantik ilişkileri ve bu ilişkiden alınan doyumunu etkileyen faktörlerden biri kıskançlıktır. Kıskançlık bazen çiftler arasında o kadar fazla bir düzeye çıkmaktadır ki ilişkinin son bulmasına dahi yol açmaktadır (Amato ve Rogers, 1997).

Romantik ilişkilerde ilişki doyumunu ve ilişkide yeterli doyumun alınamamaya başlanması kaynaklı ilişkinin son bulması neticesinde romantik ilişki yaşayan çiftlerin yaşayacakları ayrılık anksiyetesi literatürde birlikte çalışılan bir konu olmadığı görülmüş ve bu alanda çalışma yapma gerekliliği ortaya çıkmıştır.

Problem Durumu

Bağlanma, bireylerin kendisi için önemli olan kişilerle kurduğu güçlü duygusal bağları ifade eden bir kavramdır (Bee & Boyd, 2009). Bağlanma stili bireyin diğer insanlarla ilişki kurma durumunu yönlendiren ve hayatın erken dönemlerinde şekillenen, süreklilik gösterdiği tahmin edilen bir olgudur.

Bebeklerin erken yaşlarda ebeveynleriyle kurduğu yakın ilişkiler, bağlanma teorisine göre gelecekte kurulacak olan ilişkileri şekillendirmektedir (Bartholomew, 1990). Kişilerin bağlanma stilleri, romantik ilişkide buldukları

kişilerle ilişkilerini de belirlemektedir. Bu görüşe göre; güvenli bağlanmış bireyler kendini güvende hisseden bireylerdir. Bu bireyler başkalarına yakın olmaktan rahatsızlık duymamaktadırlar ve terk edilme korkuları yaşamamaktadırlar (Sümer, S. 2017).

Kaçınan bağlanma gösteren için başkalarına güvenmek oldukça zor bir durumdur. Kaygılı bağlanma gösteren bireyler romantik ilişkide olduğu kişiler tarafından yeterince sevilmediğini düşünmektedirler. Sürekli olarak romantik ilişkide oldukları kişiye karşı kaybetme korkusu yaşamaktadırlar. Küçük yaşlardan başlayan bağlanma özellik değişirse de yetişkinlik döneminde de var olan bir durumdur (Karakuş, Ö. 2012: 33-46). Yaşın ilerlemesi ile birlikte karşıt cinsler sonu evlilikle veya ayrılıkla bitse de romantik ilişki yaşamaktadırlar. Yaşanan bu ilişkide ilişki doyumu süreç üzerinde oldukça etkili bir durumdur (Atak ve Taştan, 2012).

Çiftler yaşamış oldukları romantik ilişkide yeterli doyumu alamadıklarında veya türlü sebeplerden dolayı ayrıldıklarında yoğun üzüntü yaşamakta bu da kişi üzerinde ayrılık anksiyetesi oluşturmaktadır (Küçükarslan ve Gizir, 2014).

Literatür üzerinde bağlanma stillerini inceleyen birçok çalışma mevcuttur. Ancak bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılık anksiyetesini birarada ele alan çalışmalar yok denecek kadar az ve genellikle yalnızlık duygusu ve kıskançlık üzerine yoğunlaşmışlardır (Guerrero ve Eloy, 1992; Hansen, 1983; Hazan ve Shaver, 1987; Stackert ve Bursik, 2003 vb.).

Bu bilgilerden hareketle romantik ilişki yaşayan kişilerde bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılık anksiyetesinin birlikte ele alınması bir problem olarak görülmüş ve bu alanda çalışma yapmaya karar verilmiştir (Marchand, 2004 akt. Egeci ve Genco, 2011).

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesidir.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda katılımcıların sosyo-demografik özelliklerinin bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı ile birlikte bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Ayrıca, çalışmada Katılımcıların Yakın İlişkilerde

Yaşantılar Evanteri- II ve İlişki Doyumu Ölçeğinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeğini yordama durumunu ortaya koymakta bir diğer amaçtır.

Alt Amaçlar

1. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi puanları cinsiyetlerine göre farklılaşmakta mıdır?
2. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi puanları yaşlarına göre farklılaşmakta mıdır?
3. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi puanları eğitim düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?
4. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi puanları gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
5. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi puanları ilişki durumlarına göre farklılaşmakta mıdır?
6. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi puanları ilişki sürelerine göre farklılaşmakta mıdır?
7. Katılımcıların bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi arasında ilişki var mıdır?
8. Katılımcıların bağlanma stilleri ve ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesini yordamakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Bağlanma, erken çocukluk dönemlerinde şekillenen ve yetişkinlik döneminde de sürekliliği devam eden bir faktördür. Temelde ebeveynlerimizle kurduğumuz bağlanma ilişkileri yetişkinlik döneminde karşı cins bireylerle kurduğumuz duygusal bağlara dönüşmektedir (Açık, 2008). Bu süreç romantik ilişki süreci olarak tanımlanmaktadır. Bireyler sonu ayrılıkla bitse bile romantik ilişki sürecini mutlaka yaşamaktadır. Romantik ilişki sürecinin devamlılığının sağlanması ve sağlıklı bir şekilde ilerlemesi partnerlerin ilişkiden aldıkları doyuma bağlıdır. İlişkiden yeterli düzeyde doyum alan bireyler mutlu ve sağlıklı ilişkiler yaşamakta ve ilişkilerinin memnuniyet içerisinde sürdürmektedirler (Yüceol, 2016). Ancak bu durum her zaman böyle sonuçlanmamaktadır. İlişkide yeterli düzeyde doyum alamayan bireyler ilişkilerinde belli başlı problemler yaşamakta hatta bu durum ayrılıkla sonuçlanmaktadır. Bireyler ayrılık sonrası yaşayacağı yoğun üzüntü

sonucunda ayrılma anksiyetesi yaşamaktadırlar.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda yapılmış olan literatür incelemesi sonucunda romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisi üzerine yeterli düzeyde yayın bulunmadığı dikkat çekmiştir. Bu sebeple bu çalışma ile literatürdeki bu eksikliğin giderilmesine katkıda bulunacağı ve kendisinden sonra yapılacak akademik çalışmalarda yararlanılacak bir kaynak olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma, Muğla ilinin Bodrum ilçesinde ikamet eden 18 yaş üstü ve romantik ilişkisi bulunan bireylerle sınırlı tutulmuştur.
2. Bu araştırma Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeğinin ölçtüğü nitelikler ile sınırlandırılmıştır.
3. Bu çalışma romantik ilişki yaşayan ve ilişki durumu flört/sevgili, sözlü/nişanlı ve evli olan bireylerle ve yapılan istatistiksel çözümlenmelerle sınırlandırılmıştır.

Araştırmanın Varsayımları

- Araştırma dahilinde kullanılan ölçeklerin katılımcılar tarafından doldurulup elde edilen bilgilerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
- Ayrıca bu çalışmada yer alan örneklemin evreni temsil ettiği de düşünülmektedir.

Tanımlar

Aşağıda, araştırmaya ilişkin temel kavramların literatürde karşılığı olan tanımlara yer verilmiştir.

Romantik İlişki: “Aralarında fiziki ve duygusal olarak çekim olan ve birbirlerine aidiyet duygusuyla bağlanan bireylerin yaşamış olduğu mutlu ve sağlıklı ilişki süreci olarak tanımlanmaktadır” (Kalkan ve Yalçın, 2012).

Bağlanma: Bowlby (1969) önce bağlanmayı “çocuğa ilk yakınlık kuran kişi olan annenin dokunması, sesi, görüntüsü gibi davranışsal aktivitelerin tümü olarak tanımlarken, sonradan ise yakın olma durumu dışında ek olarak ta duygusal bağ

kurduğu bireylerle etkileşim içinde olması şeklinde tanımlamıştır.”

Bağlanma Stili: “Bebeklik döneminde bireye bakım veren kişiyle kurduğu bağ sonrasında diğer bireylerle olan ilişkilerinden beklentileri olarak tanımlanmaktadır” (Budak, 2009).

İlişki Doyumu: Hendrick (1988) ilişki doyumunu “bireyin yaşadığı ilişkideki his, davranış ve sahip olduğu düşünceler olarak” tanımlamıştır.

Ayrılma Anksiyetesi: Bireyin temel bağlanma figürü olan ebeveyn, eş ya da çocuklarından herhangi bir nedensel faktörlerden dolayı (ölüm, boşanma, hastalık vb) ayrılma sonucunda yaşadığı aşırı düzeyde kaygı olarak tanımlanmaktadır (Bowlby 1973, Ainsworth 1982, Taşdemir ve ark. 2016).

BÖLÜM II

Kavramsal Çerçeve

Bağlanma

Kişilerin bağlanma tarzları, eş seçimi ve evlilik sürecini biçimlendiren çok önemli değişkenlerden biridir. Zira kişinin bağlanma tarzı hem kendisine hem de partnerine yönelik beklenti ve inançlarını içerdiği için evlilik ve evlilik öncesi döneme anlamlı bir şekilde etki edebilmektedir (Solmuş, 2010). Çalışmanın bu kısmında kuramının genel çerçevesi çizilerek özellikle yetişkin bağlanma üzerinde durulacaktır. Romantik ilişkiler ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki ise literatür üzerinde daha önceden yapılan çalışmalar vasıtasıyla ele alınacaktır (Solmuş ve Solmuş, 2010).

Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma

Genel olarak ortalama 3 aya gelmiş bir bebek annesini görünce gülümsemeye başlayıp, daha kolay bir şekilde ses çıkarıp ve diğer insanlara baktığından çok daha fazla bir müddet annesini gözleri ile izler. Bir bebeğinin annesini bu biçimde fark ediyor olması bebeğin bağlanma davranışını doğrulamak adına yeterli değildir (Bowlby, 1969). Zira “bebeklerin 0-3 aylık olduğu dönemlerde göstermiş olduğu belli başlı davranışları anneye yakınlık veya ulaşılabilme amacı taşır” (Bowlby, 1976).

Bebeğin annesi olmadığı zamanlarda onu bilişsel belleğinde tutabilecek kapasitesinin gelişmiş olması gerekir. Bu durum da bebeğin 2. altıncı ayından itibaren gerçekleşebilir (Bowlby, 1998).

Genel olarak bebeklerde anne figürüne bağlanma durumu yukarıda da ifade edildiği üzere altıncı ayını doldurmasının ardından başlayan bir durumdur (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015). Bu nedenle bebeklerin annelerinden ayrılmaya 6-7 ay öncesinde tepki göstermemeleri beklenmedik bir durum değildir (Bowlby, 1976). Diğer taraftan bağlanma davranışı edinmeye başladıktan sonraki ilk ayda yoğunluk seviyesi artmaktadır (Schaffer ve Emerson, 1964). Ebeveynlerin bebeklerinin doğumunun ilk haftalarında bebekleri ile kuracakları etkileşimler bağlanmanın daha hızlı gerçekleşmesinde katkıda bulunmaktadır (Gander ve Gandiner, 2004).

Bebeklerde bağlanma bebeğin 6. ayından itibaren görülmeye başladığı için, 9 aylıktan büyük bebeklerin çoğunluğu tanımadığı bireylerle bırakıldıklarında; ağlama, uzun veya kısa sürebilen huzursuzluk hali ve yabancı kişiyi reddetme gibi tepkiler sergilerler (Bowlby, 1998). Söz gelimi ayrılık kaygısı ve yabancı korkusu bebeğin 6. ve 9. ayları arasında görülmeye başlamaktadır (Bee ve Boyd, 2009). Bebeğin 12. ve 16. ayları arasında yer alan dönemde bahse konu bu kaygı ve korku sıklığında artış yaşanırken bebeğin 2 yaşına gelmesi ile birlikte hem korku hem de kaygı sıklığında düşüş başlar (Bee ve Boyd, 2009).

Literatür üzerinde yapılmış olan akademik çalışmalar incelendiğinde hastanede kısa müddetli kalmış olan bebeklerde anne yoksunluğu konusunda yapılmış olan bir çalışmadan elde edilen bulgulara göre “Yedi aylık olan bebeklerin öncesi ve sonrasındaki aylık dönemlerinde davranışsal farklılıklar gözlemlenmiştir. Yedi aylık dönem bittikten sonra bebekler huzursuz ve üzgün dönemlerinde bariz bir şekilde annelerinin olmasına ihtiyaç duymuşlardır. Altı ay ve altı ayın altındaki bebeklerin ilk bağlanma figürü olan anneden uzak kaldığı zamanlarda herhangi bir olumsuz davranışlarının olmadığı aksine daha önce görmediği insanlara ve farklı ortamlara daha kolay şekilde adapte oldukları gözlemlenmiştir” (Schaffer ve Callender, 1959).

Hareketlenme döneminin başlamasıyla birlikte iki yaşına gelen çocuklarda “sürekli tipik bağlanma” görülmeye başlar. Bağlanma davranışları 0-2 yaş aralığında çoğu bebekte kolay şekilde harekete geçmektedir. Örneğin, korku duygusunun tetikleneceği bir durum yaşanması veya annenin çocuğundan uzak bir ortamda bulunması gibi. Annenin dokunuşu, sesi veya görüntüsü bu davranışsal hareketleri etkili bir biçimde sonlandırmaktadır. Bu davranışsal hareketlerin devamlılığı çocuklar üç yaşına girene dek basit bir şekilde devam etmektedir (Bowlby, 1969).

Çocukların üç yaş sonrası dönemlerinde içinde bulunduğu hayatı anlaması ile algılamadaki yoğunluk bağlanma örüntülerini meydana getiren şartlarda değişkenlik göstermektedir. Hareketlilik arttıkça anneyle yakın olma durumu azalmaktadır. Özetle üç yaş sonrasında çocukta bağlanma davranışı daha düşük yoğunlukta gözlenirken bebeklik döneminin ilk süreçlerinde olduğundan da daha azdır (Bowlby, 1979).

Ne var ki bu durum aniden değil yavaş yavaş ortaya çıkmaktadır (Bowlby, 1976). Üç yaşını tamamlamış olan çocuklar bağlanma davranışını planlı ve baskın bir şekilde gösterir. Annesinin kısa zamanda yanında olmamasını rahatlıkla kabullenebilir. Arkadaşlarıyla beraber farklı aktiviteler yaparak zamanı geçirebilir. Diğer taraftan üç yaşın üzerindeki çocukların birçoğunun öğretmen ya da akrabası olan kimselerin yanında rahatlıkla bulunabildikleri de bilinen bir gerçektir (Bowlby, 1969).

Daha önceki dönemlere nazaran 4 yaşında da seyrek bağlanma davranışı veya daha az ısrar göstermek suretiyle bağlanma davranışının devam ettiği bilinmektedir. Anaokuluna giden çocuklardaki bağlanma davranışları yavaş yavaş azalmış olarak görülse de 4 yaş grubunda da aynı durum görülmektedir. Diğer taraftan 5-6 yaşındaki çocuklar akranları ile oynarlarken olumsuz bir durum yaşamaları halinde ilk olarak anne veya babalarına yönelmektedir. Normalin üzerinde bir korku hissetmeleri durumunda ise anne veya babaları ile hemen temasa geçmeye çalışırlar (Bowlby, 1969).

Anne ile olan ilişkisi güven içerisinde olan ve onlardan ayrılmamış çocuklar, anneden ayrılmaları halinde çoğunlukla önceden tahmin edilebilir davranışlar sergilemektedir (Bowlby, 1980). Annelerinden ayrılan çocukların göstermiş oldukları davranışın baskınlık seviyesine göre refleksi huzursuzluk, umutsuzluk ve kopma şeklinde adlandırılan üç aşamaya ayrılabilir (Bowlby, 1980). İlk aşama olan huzursuzluk aşaması o anda başlayabileceği gibi daha sonra da meydana gelebilmektedir. Bu süre bir iki saatten bir iki haftaya kadar çıkabildiği de görülmektedir. Anne kaybına çocuk mutlaka üzüntü gösterir. Elinde bulunan bütün imkânlardan yararlanarak annesini tekrardan bulmak için ısrarla ve inatla çabalar. Genellikle yattığı yatağı sarsmaya çalışma, çok yüksek sesle ağlama, annesini varlığını belirtebilecek herhangi bir nesne arama veya sesini duymaya çalışma şeklinde gerçekleşir (Bowlby, 1980). Bu zaman zarfında çocuk annesinin geri geleceği ümidi ve isteği ile kendini motive eder (Bowlby, 1980).

Sergilemiş olduğu davranışlarında bir umutsuzluk algısı yaratsa da umutsuzluk aşamasında çocuğun aklında hala kaybetmiş olduğu annesine yönelik düşünceler bulunmaktadır (Bowlby, 1969; Bowlby, 1979). Annesinin geri gelmesini yoğun bir şekilde ister ancak geri geleceğine yönelik umudunda azalma meydana

gelir (Bowlby, 1980). Huzursuzluğu, gürültü yaratan istekleri ortadan kalkar (Bowlby, 1980). Diğer bir tabirle bedensel hareketleri azaldığı gibi bittiği de görülebilir. “Daima ya da seyrek olarak ağlamaları sürebilir. Çocuk kendini her şeyden soyutlar. İçine kapanma, durgunluk, etrafındakilerden isteklerinin azalması gibi derin bir yas durumuna girer. Bu durum duygusal olarak pasif bir dönemdir. Bu süreçte üzüntüsünün azaldığı şeklinde yanlış düşünceler ortaya çıkabilir” (Bowlby, 1980).

Ayrılma aşamasında çocuk bakıcılarına daha sıcak davranır. Göstermiş oldukları ilgi ve alakayı, onların kendisine verdikleri giyecek, yiyecek ve içecekleri kabul eder ve onlara tebessüm eder. Çocuk anneye karşılaştığında tanımakta zorlanma, yakınlık kurma yerine uzak davranıp ilgisiz olma vardır. Çocuk anneye tüm ilgisini yitirmiş gibi gözükmektedir” (Bowlby, 1979).

Çocuk annesi ile yeniden yan yana geldiğinde göstermiş olduğu davranışları ondan ayrı bulunduğu anda kaçınıcı aşamaya geldiğine göre farklılık gösterir. Çocuğun sakin ve istekli olmadığı durumların devam edip etmemesi anneden ayrı kaldığı ve kendisini ziyaret ettiği süreye bağlı olarak değişiklik gösterebilir. Bir iki hafta veya birkaç ay ziyaret edilmemiş bir çocukta ve kopma aşamasına gelinmesi durumu ile birlikte tepkisizlik durumu birkaç saat, bir gün veya daha da uzun sürebilmektedir. Annesine hislerini göstermeye başladığı anda da çocuk annesine yapışacak ve öyle ki annesinden bir iki dakika ayrı kalması halinde bile akut anksiyete ve öfke yaşayabilmektedir. Eğer altı aydan daha fazla süren ve tekrarlanan ayrılıkların olması durumunda çocuk kopma aşamasının ileri evresine girebilmekte, bunun sonucunda annesinden tümüyle kopabilir ya da duygusal açıdan yakınlık kuramama riski taşımaktadır (Bowlby, 1979).

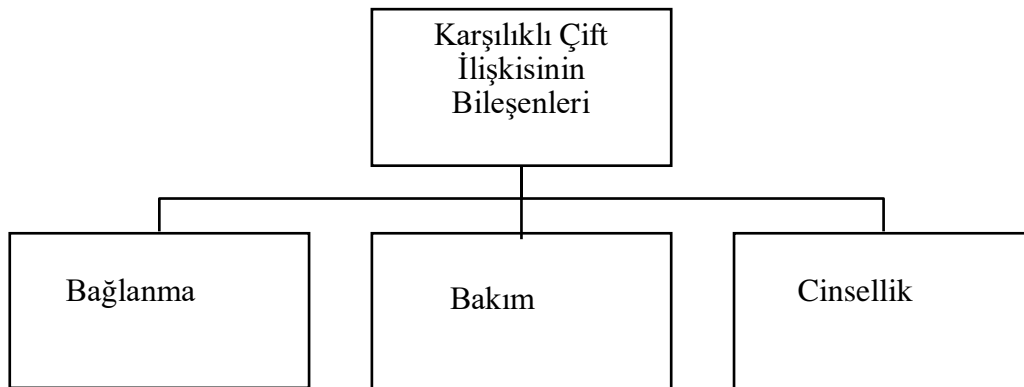
Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

Bağlanma, Bowlby’ye (1979) göre bebeklikten başlayıp ölünceye kadar devam eden yani “beşikten mezara” olarak adlandırdığı bir olgudur. Bağlanma teorisine göre bazı temel gereksinimler bulunmaktadır. Bunlar; cinsel ve duygusal doyum, kendisini güven içinde hissettiği sosyal ilişkiler kurması gibidir. (Hazan ve Shaver, 1994).

Çocukluk ve ergenlik dönemi bağlanma davranışlarının devamı niteliğinde olan yetişkinlik dönemindeki bağlanma ile bebeklik dönemindeki bağlanma arasında temel benzerliklerin olduğu bilinse de bazı önemli farklılıkların da olduğu kaçınılmaz bir gerçektir. Yetişkinlik dönemi bağlanma davranışlarının ayırt edici temel özelliklerinden biri ilişkilerin karşılıklı olmasıdır. Yetişkin birey ve eşi burada hem bakım alıcı hem de bakım verici pozisyonundadır. Hâlbuki bebeklik ve çocukluk döneminde birey yalnızca bakım alan kişiydi ve bakım sağlayan bağlanma figürü bakım veren kişi olup bakım almıyordu. Önemli olan diğer ayırt edici faktör ise bebek ya da çocukların asıl bağlanma figürleri anne-baba ya da primer bakıcısı iken, yetişkin bir bireyin bağlanma figürü akranı ya da cinsel ortağı olmaktadır. Tüm verilerin ışığında yetişkinlik dönemindeki bağlanma ilişkileri “bağlanma, bakım ve cinsel birleşme” olmak üzere birbirinden farklı üç davranışsal sistemin bütünleşmesini gerektirmektedir. Çalışmalar incelendiğinde yetişkin bağlanma biçimlerinin belirlenmesinde Bartholomew ve Horowitz (1991)'in dörtlü ve Hazan ve Shaver'ın Üçlü Bağlanma Modeli kullanılmaktadır (Karahasanoğlu, 2016). Bu çalışmada dörtlü bağlanma modeli bağlanma stilleri başlığı altında incelenecektir.

Şekil 1.

Karşılıklı Çift İlişkinin Temel Bileşenleri

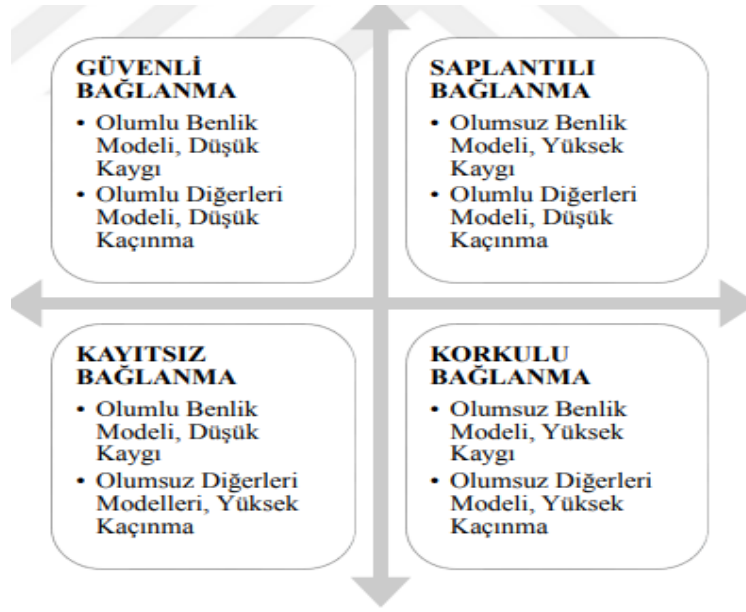


Bağlanma Stilleri

Bartholomew ve Horowitz (1991)'in geliştirmiş olduğu dörtlü bağlanma modeli en çok kullanılan model türüdür (Akt., Rugancı, 2008). Bu modele göre şekillenen bağlanma stillerine Şekil 2'de ayrıntılı bir şekilde yer verilmiştir.

Şekil 2.

Dörtlü Bağlanma Modeli



Güvenli Bağlanma

Anne ile olan ilişkiyi güven içerisinde kuran bebekler onlardan ayrılmadan önce onu keşfetmek isterler ve kendilerini güvende hissedebileceği sığınak gibi görmektedirler (Kalat, 2008). Diğer taraftan anneleri ile birlikte odadayken enerjik bir şekilde davranışlar sergileyen ve onlarla göz teması kuran çocuklar olduğu gibi bağlanma figürü olan anneden ayrıldıklarında stres yaşayıp üzülen çocuklar da olabilmektedir (Kalat, 2008). “ Anne ile yeniden bir araya gelen çocuklar tekrardan göz teması ve bağ kurmaya çalışır” (Ainsworth, 1979).

Sağlıklı gelişimin denge içerisinde olduğu bağlanma, güvenli bağlanmadır (Bowlby, 1998). Bağlanmanın güvenli sağlanabilmesi, yetişkin kişinin bebeğin gereksinimlerine karşı hassas davranmasına bağlıdır. “Çocuklarının ihtiyaçlarına

karşı hassas olan, isteklerine açık ve hemen yerine getiren, karşılık veren ebeveynler çocuklarının davranışlarından yola çıkarak kendilerine hangi mesajı vermeye çalıştığını analiz ederler. Bu tür aile iletişimi olan çocuklar mutlu, güler yüzlü, oyun oynayan ve ebeveynleriyle sözel etkileşimi güçlü olan çocuklardır” (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015). Diğer taraftan negatif ya da tehlikeli durumlarla karşılaştıklarında ebeveynlerine ya da bakım aldığı kişilere kolay bir şekilde ulaşım sağlayabileceklerini bildikleri için kendilerine güven duymaktadırlar. Bu güven duygusunun oluşması dünyayı keşfetme sürecinde kendilerini cesaretli ve yeterli hissetmelerinde önemli rol oynamaktadır.

Bu özelliklere sahip çocukların annelerinin davranışları gözlemlendiğinde onlarla kolay iletişim kurdukları, çocuklarının davranışlarına karşı hassasiyet gösterdikleri, yardım isteme ve korunması gerektiği durumlarda yaklaşımlarının sevgi dolu olduğu görülmektedir (Bowlby, 1998).

Korkulu Bağlanma

Bu bağlanma stilini yaşayan bireyler içe dönük, çekingen, sosyal etkileşimde pasif bireylerdir. Cezalandırıcı tutum sergileyen, art niyetli, çocuğun özgür olmasını istemeyen ebeveynlerin çocukları bu tanımlamanın içindedir (Landy, 2009). “Bu bağlanma stili, güvenli bağlanma stiline zıttıdır. Temas kurmak isterler fakat reddedilme korkusu yaşadıkları için karşısındakilere güvenemezler. Bu nedenle sürekli onaylanma isteği ve yolunda gitmeyen ilişkiler yaşarlar. Reddedilme korkusunu yaşamamak için genellikle ilişkiye başlamamayı tercih ederler ve bu durum da mutlu olabileceği ilişkileri, daha başlamadan bitirmek anlamını taşımaktadır (Landy, 2009).

Saplantılı Bağlanma

Bu bağlanma stiline sahip bireyler “samimi, daha baskın yapıda olan, aynı zamanda nevrotik özellikler taşıyan ve kendini açma konusunda aşırılığı olan bireyler olarak tanımlanmaktadır” (Landy, 2009).

Bu bağlanma stiline en dikkat çeken özelliği kişilerin kendine güven duymamasıdır. Bu kişiler terk edilme ve reddedilme korkusunu aşırı şekilde yaşamaktadırlar. Partnerlerine karşı yoğun kıskançlık ve öfke beslemektedirler. Bu bireylerin aileleriyle geçmiş ilişkileri henüz yerine oturmamıştır. Saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireyler, bağlanma ihtiyaçlarının karşılanmadığında ebeveyn

sevgisini ve onayını yeteri düzeyde kazanmamış olduklarına inanmaktadırlar.

Bu bireylerin ebeveynleri izlendiğinde verecekleri tepkilerin öngörülmesi çok kolay bir durum değildir. Bu kimselere kimi zaman sıcak ve sevgi dolu iken kimi zaman da reddedici olabilmektedirler.

Kayıtsız Bağlanma

Sosyal etkileşimde saldırgan tavır sergileyen, kendini ifade etmekte zorlanan, düşük anksiyete ve yüksek kaçınma davranışı gösteren bireyler bu bağlanma türüne sahiptirler. Bu bireyler kendilerine değer vermektedirler ancak diğer insanlara karşı tutumları negatiftir. Bu kişiler özgürlüklerine aşırı önem verirler. Ve yakın ilişkilerin gerekliliğini reddetme eğilimindedirler. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerin aileleri genellikle otoriter ve cezalandırıcı olabilmektedir (Landy, 2009). Bu bireyler olumlu bir benlik imgesi geliştirmeye çalışırken aynı zamanda kendilerini bağlanma figüründen uzak tutmaya çalışan “kaçınmacı” bir tutum sergileyerek savunma mekanizması geliştirmektedirler (Mercer, 2006).

Romantik İlişkiler

Romantik İlişkiler ve Aşk

İnsanoğlu tek başına yaşaması neredeyse imkansız başka insanlarla beraber var olan ve sosyal ilişkiler arayan bir canlıdır. Aşk, çoğu bireylerin hayatlarına mana katması ve akademik açıdan aşkın insan hayatındaki fonksiyonları için de mühim olduğu sebeplerden ötürü önem arz etmektedir (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Aşk içerisinde yakınlığı, içsel yatırımı ve temelinde güven, saygı, sevgi duygularını barındıran bir olgudur. Her toplumda, kültürde ve her zaman diliminde var olan aşk neredeyse bütün insanların hayatının bir döneminde en az bir defa yaşamış olduğu veya yaşamayı ümit ettiği duygusal durumdur.

Geçen otuz yıldan bugüne psikolojinin ilgi alanı içerisinde var olan aşk kavramı, daha uzun yıllara dayanan ve güzel sanatın bütün alanlarında en çok araştırılan konular arasındadır (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Romantik İlişkilerde Bağlanma

Yetişkinlik dönemi yakın ilişkilerinden biri olan romantik ilişki, yaşamın gerekliliğini sürdürmek için gelişimsel bir görevdir.

Bebeklerin kendisine birincil bakımı veren kişi ile kurduğu ve sürdürdüğü güven ilişkisi, bağlanma ilişkisidir. Çocukluğun ilk zamanlarında geliştirilen bağlanma ilişkisi, hayat boyu süren davranış rejimidir. Bebeklik döneminde temel ve birincil bağlanma figürü anne iken; yetişkinlik döneminde bireyin ilişki içerisinde olduğu partner olduğu görülmektedir. Yetişkinlikte kurulan her romantik ilişkilerin sonucu ne yazık ki güzel sonuçlanmaz. Yaşanılan olayın bireyde bıraktığı etkinin derecesine göre kriz veya travma yaratan durumlar söz konusu olabilir. Bu duruma bağlanma yaralanmaları denilmektedir (Terzi ve Özbay 2016).

İlişki Doyumu

İnsanlar sosyal bir varlık olmasından dolayı sürekli etrafı ile ilişki kurmaktadır. Neredeyse bütün insanlar gerek aile gerekse arkadaş çevreleri ile sosyal ilişkiler kurmaktadır. Özellikle gelişim çağında kurulan bu sosyal ilişkiler üst düzeydedir (Furman ve Buhrmester, 1992). Konu üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde ilişki doyumuna yönelik farklı tanımların yapılmış olduğu dikkat çekmektedir. Hendrick (1988) ilişki doyumunu “bireyin yaşadığı ilişkideki his, davranış ve sahip olduğu düşünceler olarak” tanımlamıştır. Sabatelli (1988), “bireylerin romantik ilişki sürecinde birbirlerine karşı gösterdikleri davranış ve verilen sözlerle ilişki doyumunun birbiriyle bağlantılı olduğu” nu vurgulamıştır. Lin ve Rusbult (1995) da “olumlu tutum ve yakınlık ihtiyaçlarının karşılanması durumunda ilişki doyumunun da yüksek olacağını” ileri sürmüştür.

Çocukluğun erken dönemlerinde yaşanılmış olan kötü deneyimler nedeniyle, erişkinlik çağında bazı sorunlara yol açabilmekte ve ilişkinin kurulmasında ya da devam ettirilmesinde problemler ortaya çıkabilmektedir. Bu durumdan ötürü ilişki doyumunda azalma meydana gelebilmektedir (Rafaeli ve ark., 2012). “Bilişsel Davranışçı Terapi” uygulamaları, günümüzden yaklaşık 50-60 yıl önce Albert Ellis tarafınca incelenen ilişkide yaşanılan problemlerden dolayı başlamıştır. Partnerlerin birbirlerine karşı pozitif tutum sergilemeleri ve birbirlerine karşı destekleyici olmaları ilişki doyumuna etki ettiği çalışmalarda dikkat çekilen diğer bir kavramdır. Cutrona (1996), ifade edilen desteğin ilişki doyumuna pozitif doğrultuda etki edebilmesinde katkısı bulunabilecek dört kavramdan söz etmiştir.

- Bireyin strese girdiği dönemlerde kendisini etrafına karşı soyutlamasının oluşturacağı zarara önlem almasında,

- Ruhsal çöküntü yani depresyonu önlemede
- İlişkideki problemlerin çoğalmasını önlemede
- Duygusal yakınlığı arttırmada, etkileyici rol üstlenmektedir (Cutrona, 1996:173-194).

Çiftlerin bu süreçlerde danışmanlık hizmeti almaları ilişki doyumunun sağlanması amacıyla oldukça yaygınlaşmıştır. Bu yöntemlerle birlikte evlenme planı yapan kimseler veya romantik ilişki yaşamakta olan kimseler de danışmanlığa başvurabilmektedir. Yapılmış olan çalışmalar doğrultusunda uygulanmakta olan bu yöntemler sayesinde yalnızca ilişki doyumu artmakla kalmayıp bununla birlikte yaşadıkları ilişkiye de pozitif açıdan bakabilmelerini sağlamaktadır (Carrol ve Doherty, 2003).

Bağlanma Stilleri ve İlişki Doyumu

Bağlanma stilleri ile ilişki doyumu arasındaki ilişkisini incelemeyi amaçlayan alanyazıda birçok çalışma bulunmaktadır. Araştırmacılar nezdinde kişilerin kurduğu ilişki ve kurulan ilişkiyi sürdürebilme şekilleri bağlanma stilleri üzerindeki tesiri merak edilen bir durum olarak görülmüştür (Brennan ve Shaver, 1995; Feeney, 2002). Ve bahse konu bu çalışmalarda bağlanmanın güvenli bağlanma boyutuyla ilişki doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu dile getirilmiştir (Collins ve Read, 1990; Kirkpatrick ve Davis, 1994; Tucker ve Anders, 1999).

Flört ilişkisi yaşamakta olan insanlarda bağlanma stillerinin incelendiği bir araştırmada flört ilişkisi yaşamakta olan kişilerin ilişki doyumları üstünde hem kişinin kendisinin hem de flört ilişkisi yaşadığı kimsenin bağlanma stiline etkili olduğunu belirtilmiştir (Collins ve Read, 1990). Yakınlık kurabilmede güçlük yaşamayan ve güvenli bağlanma stili olan partnerlere sahip bayanların, ilişki yaşadıkları kişilere karşı daha fazla güvendikleri, iletişimlerinin daha iyi olduğu ve ilişki doyumlarının da fazla olduğu görülmüştür. Kaygılı bağlanma yaşayan bayanlarda ilişki doyumu da daha düşük seyrederken güvenli bağlanma yaşayan bayanlarda bu oran daha yüksektir. Erkeklerde ise partnerlerinde kaygılı bağlanma olanların ilişkilerini daha kötü olarak değerlendirdikleri, mevcut ilişkilerinde çok fazla çatışma durumları yaşandığı, aralarındaki yakınlık seviyesinde sorunlar yaşandığı ve haliyle ilişki doyumlarının da daha düşük olduğu dikkat çekmiştir (Kirkpatrick ve Davis, 1994). İlişkinin devamlılığı üzerine kadınların ilişkiyi devam ettirmek adına etkin bir şekilde uğraşmaları, partnerlerinin kaçınan bağlanma stiline

sahip olmaları etkilidir. Kaçınan bağlanma eğilimi sergileyen erkekler partnerlerine karşı daha az beklenti içerisinde olmakta ve genellikle çatışmadan uzak durmaktadırlar.

Ayrılık (Ayrılma) Anksiyetesi Bozukluğu

Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğunun Tanımlanması

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu (AAB); kişinin temel bağlanma figüründen veya minimum 4 hafta süresince bireyin evden veya evde bağlandığı kişiden ayrı kalmaya karşı gösterdiği aşırı korkuya bağlı olarak gelişim seviyesine göre normalden fazla ve tekrarlayıcı kaygı duyması biçiminde ifade edilebilir. Hayatın ilk yılında ortaya çıkan Çocuğun bağlandığı belli başlı kişileri kaybedeceğine veya onların sürekli başına kötü bir şey geleceğine yönelik aşırı bir kaygı yaşadığı, ayrılma korkusu sebebiyle, okula veya başka bir yere gitmek istemediği görülmektedir. Ayrılma anksiyetesi yaşamakta olan çocuklar okulunda, arkadaş ortamında akranları ile ilişkilerinde ve diğer sosyal çevreleri ile olan münasebetlerinde birçok zorlukla karşılaşmaktadırlar (Masi ve ark. 2001).

Ayrılma anksiyetesi bozukluğunun meydana gelmesinde bazı risk etkenleri bulunmaktadır. Bunlardan bazıları; okulda yaşanan birtakım olumsuz durumlar, çok sevdiği bir yakının yaşamını yitirmesi, ebeveynlerinden uzun bir müddet ayrı olması vb. gibi durumlardır (Silove ve ark. 1996). Okula yeni başlamış olan bir çocuk okulda yaşayabileceği olumsuz veya başarısız durumlardan etkilenerek bir müddet okula gitmek istemeyebilir, ne var ki yaşamış olduğu kaygılardan hem anne ve babasının desteğiyle hem de okulun kendisine olacağı destekle bu durumu atlatabilir (Bernstein ve ark. 1990). Anksiyete bozukluğu bulunan çocuklar ile ilgili araştırmalarda, çocuktaki uyum meselesinin nöropsikolojik sorunlar, bazı kalıtsal unsurlar ve çevreleri kaynaklı etkileşimler ve aile bireylerinin özellikleri ile de bağlantılı olduğu belirtilmiştir (Büküşoğlu 2004).

Ayrılık (Ayrılma) Anksiyetesi Bozukluğu Tanı Ölçütleri

Ayrılık (Ayrılma) Anksiyetesi Bozukluğunda tanı ölçütleri olarak;

- Her ayrılık anında tekrardan kendini gösteren aşırı panik ve endişe hali
- Ayrılmış olduğu bireylerin başına kötü bir şey geleceğine yönelik olağan dışı endişe duyma

- Okula veya başka bir yere gitmekten imtina etme ya da bu hususta gönülsüz davranma
- Ayrılık temalı ürkütücü rüyalar görülmesi
- Evinden uzakta farklı bir mekânda uyumak istememe ve bu durumda dirençgösterme
- Tekrar eden baş ağrısı, iştahta azalma, çarpıntı, mide bulantısı gibi fiziksel yakınmalar

Ayrılık Anksiyetesinin Tarihçesi

Ünlü araştırmacı Broadwin 1932 yılın yapmış olduğu tanımda okula gitmeyi reddeden bireylerden ilham alarak okula gitmeyi reddetme ve okuldan kaytarmanın bir farklı türü dediği kavramı, ayrılık anksiyetesi olarak nitelendirmiştir. Bu tür kişilerde kuralları reddetme okula gitmeme ve birtakım suçlara karşı meyilli olma belli başlı emarelerinden birkaçıdır. Broadwin yapmış olduğu bu tanımdaki ayrılık anksiyetesi yaşayan kimselerin özellikle annelerine bir şey olacağı endişesi taşıdıklarını bu yüzden okulda olmaktansa evde annelerinin yanında olmaları gerektiğini düşündüklerini ifade etmiştir. Broadwin'in yapmış olduğu bu gözlem ise daha sonraki zamanlarda okula gitmek istememe halinin, düşünüldüğü gibi okul korkusundan ziyade kişinin evinden ayrılma korkusu olarak biçimlenmiştir (Bayraktar, 2007:304-317).

Kişi kendisine bakım verilen evden ya da bakımını yapan kişiden ayrı kalması halinde meydana gelen aşırı endişe haline ayrılık anksiyetesi denilmektedir. Diğer bir deyişle kişinin annesinden ya da bağıllık duyduğu bir başka kimseden ayrılması sonucunda ya da ayrılma ihtimalinin ortaya çıkması durumunda kaygılanmaya başlaması durumuna ayrılık anksiyetesi, denilmektedir (Sungur, 1997:5-11). Bu anksiyetik durumun uzun müddet sürmesi, kişinin işlevselliğinde azalma meydana gelmesi ve aşırı yoğunluk ayrılma anksiyetesi bozukluğu tanısının konulmasını gerektirmektedir (Bob, 2013:114-115.).

Ayrılık anksiyetesinde ilerleyen zamanla birlikte birtakım değişim ve farklılaşmalar meydana gelmektedir. Bu durum çoğunlukla çocuklarda oyun oynama aşamasında görülmektedir. Genellikle çocuk karanlıktan korkar ya da gerçek hayatta olması muhtemel olmayan canavar vb. gibi varlıklardan korkmaya başlar, gerçek olmayan değerlendirmeler, bağlanmanın olduğu kişi yeniden dönmesi durumunda etkisini kaybeder (Altınbaş, 2009: 21; Büküşoğlu, 2004:125-134).

Etiyoloji ve Patogenezi

Ayrılık anksiyetesi ve bağlanma kuramı arasında hayati bir bağ bulunmaktadır. Bu yaklaşıma göre, kişinin bağlanmış olduğu kişiden sonra meydana gelen stresin üstesinden gelebilme yöntemi, çocuğun hislerini ve güven duygusunu düzene sokmasına katkıda bulunmaktadır. Bu yaklaşım, en başta kurulan bağlanma stiline kabullenilmesi ve sonraki aşamalarda kurulan bağlanma stilleri için ortam yaratmaktadır. Bunun için anne ve çocuk arasında kurulan bağlanma stili önemli olmaktadır. Sıkıntılı ve tam olmayan bağlanma stilleri gelecek zamanlarda ortaya çıkabilecek psikolojik hastalıklardan sorumludur (Nancy S. Weinfield vd., 1997:241-265). Yetişkin ayrılık anksiyetesi bozukluğu bulunan kimselerin annelerinin tutumlarının aşırı koruyan bir yapı olduğu tespit edilmiştir. Bu durum da kaygılı bir bağlanma stilini oluşturmaktadır (Vijaya Manicavasagar vd.,1999,: 422-428). Ayrılık anksiyetesi belirtilerinin yoğun görüldüğü çocukların kardeşlerinin okula gitmeyi istemedikleri ve bu oranın oldukça yüksek bir düzeyde olduğu saptanmıştır (Derrick Silove, 1993:385-390).

İlgili Çalışmalar

Karakuş, Ö. (2012), tarafından gerçekleştirilen “Ergenlerde bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki” isimli çalışmada; ergen bireylerdeki bağlanma düzeyleriyle kişilerin yaşamış oldukları yalnızlıkları ilişkisel açıdan değerlendirmeyi amaçlamıştır. Araştırma Konya ilinde öğretim gören 581 öğrencinin katılımıyla yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanma stiliyle yalnızlık arasında negatif doğrultuda anlamlı bir ilişki, korkulu bağlanma stili ile yalnızlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Güçray, S. (2015), tarafından gerçekleştirilen çalışmalarında; bazı sosyo-demografik değişkenlerle ilgili romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar ve ilişki algısının ilişki doyumunu yordamadaki katkılarını incelemeyi amaçlamışlardır. Çalışmayı Hatay’da 299 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirmişlerdir. Çalışma sonucunda; bireylerin ilişki durumu, RAİNÖ ve EÖİDÖ ölçeklerinin alt boyutlarının ilişkiden algılanan doyumunu anlamlıolarak yordadığı tespit edilmiştir.

Sümer, S. (2017) tarafından yapılan “romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin romantik kıskançlık ve ilişki doyumunu” arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan yüksek lisans tez çalışmasında, araştırmayı Şanlıurfa ilinde romantik ilişki yaşayan 237 erkek ve 223 kadın toplam 460 kişinin katılımıyla gerçekleştirmiştir. Çalışma

sonucunda; “bağlanma stillerinin romantik kıskançlık düzeyinin önemli bir öncüsü olduğunu tespit etmiştir.

Türk ve Yıldız, (2017), tarafından gerçekleştirilen çalışmalarında; üniversite öğrencilerinin aşk biçimlerinin yalnızlığı doğrudan ve ilişki doyumları aracılığı ile yordayıp yordamadığını değerlendirmek amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda, tutkulu aşkın; yalnızlıkta azalma, ilişki doyumunda artma sağladığını ilişki doyumunun da yalnızlığı azaltmış olduğu değerlendirilmiştir.

BÖLÜM III

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin aralarındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla ilişkisel tarama yönteminin kullanıldığı betimsel bir araştırma türünün olması hedeflenmiştir. Bu tarama modeli, iki ya da ikiden fazla değişkenin aralarındaki değişimi ve ilişkiyi inceleyen araştırma modelidir (Karasar, 2007). Betimsel-ilişkisel tarama yöntemi araştırmalarda ele alınan var olan durumun betimlenerek, bu duruma sebep olan değişkenlerin birbiriyle etkisinin, değişiminin olup olmadığını, değişkenlerin derecelerini ve aralarındaki ilişkiyi belirleyen bir araştırma modelidir (Kaya, Balay, ve Göçen,2012). Bu nedenle romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile arasındaki ilişkiyi belirlemek için bu araştırma modeli kullanılmıştır.

Evren Ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni Muğla ili Bodrum ilçesinde yaşayan ve romantik ilişkisi olan 18 yaş ve üstü bireylerden oluşmaktadır. Bu nedenle araştırmanın örneklemini romantik ilişki durumu flört/sevgili, sözlü/nişanlı ve evli olan 18 yaş üstü bireylerden oluşmaktadır. Araştırmada kullanılacak örneklem yöntemi seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden olan amaçsal örnekleme yöntemidir. Amaçsal örnekleme, araştırma için amaçlı bir şekilde seçilmiş örneklemden oluşan ve bilgi açısından zengin durumların derinlemesine araştırma yapılmasına olanak sağlayan örneklem yöntemidir (Patton, 2014).

Araştırma evrenindeki kişi sayısının belirsizliğinden dolayı, evreni temsil edecek kişi sayısını belirlemek için Karasar'ın evreni bilinmeyen örnekleme formülü kullanılmıştır. Evrene bilinmeyen örnekleme formülüne göre %95 güven düzeyi ve %5 örneklem hatası ile ulaşılması gereken kişi sayısı 384 olarak belirlenmiştir. Çalışma için toplamda 384 kişiye ulaşılmış ancak verileri büyük oranda hatalı olan 4 kişi değerlendirmeden çıkarılmış ve çalışmaya toplam 380 kişi katılım sağlamıştır.

Çalışmaya katılım sağlayan bu kişilere yönelik demografik verileri ve dağılımları Tablo 1’de görülmektedir.

Tablo 1.

Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımları

	n	%
Cinsiyeti		
Kadın	242	63,68
Erkek	138	36,32
Yaşı		
18-24	175	46,05
25-31	128	33,68
32 ve üstü	77	20,26
Eğitim seviyesi		
Lise	63	16,58
Üniversite	231	60,79
Yüksek lisans/Doktora	86	22,63
Gelir seviyesi		
Alt gelir	49	12,89
Orta gelir	279	73,42
Yüksek gelir	52	13,68
İlişkinin durumu		
Flört/Sevgili	279	73,42
Sözlü/nişanlı	26	6,84
Evli	75	19,74
İlişkinin süresi		
1 yıl veya altı	176	46,32
2-5 yıl	121	31,84
6-9 yıl	36	9,47
10 yıl ve üstü	47	12,37

Tablo 1.’de araştırmaya katılmış olanların %63,68’inin kadın, %46,05’inin 18-24 yaş, %33,68’inin 25-31 yaş, %20,6’sının 32 yaş ve üstünde, %60,79’unun üniversite mezunu, %73,42’sinin orta gelir seviyesinde olduğu gözlenmiştir. Katılım

gösterenlerin %73,42'sinin ilişkisinin flört/sevgili, %19,74'ünün evli olduğu, %46,32'sinin ilişkisinin 1 yıl ve altı, %31,84'ünün 2-5 yıl arası, %12,37'sinin 10 yıl ve üstü süredir devam ettiği belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Bağlanma stillerinin, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesi amaçlandığı bu araştırmada araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formunda katılımcılara ait cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, ilişkinin türü ve süresini içeren sorulara yer verilmiştir. (Ek-3)

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YIYE-II)

Yakın ilişkilerde bağlanma örüntülerini ölçmek amacıyla Brennan ve arkadaşları (2000) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek kaygı ve kaçınma olmak üzere toplam iki boyuttan oluşmaktadır (Sümer, 2006). YIYE-2 18 kaygı, 18 kaçınma olmak üzere toplamda 36 maddeden oluşan 7 dereceli likert tipli bir ölçektir. Ölçeğin 4. 8. 16. 17. 18. 20. 21. 22. 24. 26. 30. 32. 34. 36. maddeleri ters puanlanmaktadır. Tek sayılı maddelerin ortalamaları alınarak kaygı boyutunu, çift sayılı maddelerin ortalaması içe kaçınma boyutunu belirlemektedir. Kaygılı ve kaçınma boyutları için Cronbach alpha kat sayısı .86 ve .90 olarak belirlenmiştir. Boyutlardan alınan puanların artış göstermesi kaygı ve kaçınma boyutlarının artmasıyla doğru orantılıdır. YIYE-II'nin Türkçe güvenirlik ve geçerlilik çalışmaları Sümer, Selçuk, Günaydın ve Uysal (2005) tarafından romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencileri ile yapılmıştır (Selçuk vd., 2005, s.5). (Ek-4).

İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)

İlişki Doyumu Ölçeği, Hendrick (1988) tarafından geliştirilen ilişkiden alınan doyumu belirlemek amacıyla geliştirilen 7'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlilik çalışmaları Curun (2001) tarafından yapılmıştır.

Ölçekte 4. Ve 7. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça ilişki doyumunun arttığı sonucuna ulaşılmaktadır. İlişki Doyumu Ölçeğinin Alpha iç tutarlık katsayısı 0,86 olarak saptanmıştır. (Ek-5)

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ)

Manicavasagar ve ark. (2003) tarafından 18 yaş üzerindeki bireylerde ayrılma anksiyetesi belirtilerini tespit etmek amacıyla geliştirilmiştir Ölçek hiç, nadiren, sıklıkla, çok sıklıkla şeklinde 4'lü likert biçiminde cevaplanan toplam 27 maddeden oluşmaktadır. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği'nin Türkçe güvenirlik ve geçerlilik çalışması, Diriöz ve ark. (2010) tarafından yapılmıştır. Toplam 410 denek üzerinde YAAÖ'nü iç tutarlılığını belirlemeye yönelik olarak yapılan çalışmada, Cronbach Alfa değeri 0.93 olarak tespit edilmiştir. (Ek-6).

Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmaya katılanların verilerinin istatistik bakımından analizleri Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (SPSS) 26 ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılmış olanların Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envateri II (YİYE II), İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAAA) yanıtlarına dair hesaplanan Cronbach Alfa değerleri sırası ile 0,891, 0,900 ve 0,909'dur.

Katılımcı bireylerin sosyodemografik bulguları frekans analizleri ile saptanmış, YİYE II, İDÖ ve YAAA puanları için betimleyici istatistiklere yer verilmiştir.

Tablo 2.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Normallik Sınaması

	Kolmogorov ve Smirnov			Çarpıklık	Basıklık
	Değer	s.d.	p		
YİYE II-Kaygılı	0,081	380	0,000	0,420	-0,455
YİYE II-Kaçıncı	0,056	380	0,007	0,297	-0,425
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	0,122	380	0,000	-0,510	-0,773
YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	0,118	380	0,000	0,757	0,277

Tablo 2.'de katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAA puanlarının normallik sınamasının yapılmış olduğu Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları, basıklık/çarpıklık katsayıları verilmiştir. Kolmogorov-Smirnov testine göre veriler normal dağılıma uyumlu bulunmamış olmasına rağmen çarpıklığın ve basıklığın -1,5 ile +1,5 aralığında olduğu belirlenmiştir. Değişkenlere ilişkin çarpıklığın ve basıklığın -1,5 ile +1,5 arasında bulunuyor olması verilerin normal dağılıma uyumlu olduğunu ifade etmektedir (Tabachnick ve Fidel, 2007). Bu bulgulara göre araştırmadaki testlerde parametrik yöntemler uygulanmış olup, 2'li karşılaştırmalar için t testi, 2'den daha fazla gruplu karşılaştırmalar için ANOVA uygulanmış ve post hoc Tukey yapılmıştır. Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAA puanlarının arasındaki korelasyonların testinde Pearson testi uygulanmış, YİYE II ve İDÖ puanlarının YAAA puanları yordamasında regresyon analizi uygulanmıştır.

Araştırma Planı ve Süreci

Araştırmanın çalışma grubu Muğla ilinin Bodrum ilçesinde ikamet eden 18 yaş üstü ve romantik ilişkisi olan 384 katılımcıdan oluşmaktadır. Veri toplama süreci Mayıs 2022 ve Eylül 2022 ayları içerisinde sağlanacaktır. Veriler katılımcılara dijital ortamdan online olarak Google Form aracılığıyla ulaştırılmıştır.

BÖLÜM IV

Bulgular ve Yorumlar

Araştırmanın bu bölümünde temel ve alt problemleri doğrultusunda yapılan istatistiksel analizlere yer verilmiştir.

Tablo 3.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanları

	n	\bar{x}	S.S.	Alt	Üst
YİYE II-Kaygılı	380	3,50	1,10	1,39	6,28
YİYE II-Kaçınmacı	380	2,83	1,03	1,00	6,50
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	380	35,53	9,91	11,00	49,00
YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	380	30,18	13,23	3,00	76,00

Tablo 3.'e göre katılımcılar YİYE II-Kaygılı faktöründen $3,50 \pm 1,10$ puan, YİYE II-Kaçınmacı faktöründen $2,83 \pm 1,03$ puan almıştır. Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeğinden $35,53 \pm 9,91$ puan, YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinden $30,18 \pm 13,23$ puan aldığı gözlemlenmiştir.

Tablo 4.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Cinsiyetlerine Göre

Karşılaştırılma Sonuçları

	Cinsiyeti	n	\bar{x}	S.S.	t	p
YİYE II-Kaygılı	Kadın	242	3,57	1,13	1,631	0,104
	Erkek	138	3,38	1,05		
YİYE II-Kaçınmacı	Kadın	242	2,91	1,02	1,954	0,051
	Erkek	138	2,70	1,05		
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	Kadın	242	35,68	9,50	0,373	0,709
	Erkek	138	35,28	10,61		
YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	Kadın	242	32,04	14,52	3,700	0,000*
	Erkek	138	26,91	9,80		

* $p < 0,05$

Tablo 4 incelendiğinde araştırma örneklemindeki katılımcıların YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanlarının cinsiyetlerine göre

aralarında istatistiksel olarak anlamlı farkların olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Araştırmaya dahil edilmiş katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Kadınların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları erkeklerden fazladır.

Tablo 5.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Yaşlarına Göre Karşılaştırılma Sonuçları

	Yaşı	n	\bar{x}	S.S.	Alt	Üst	F	p	Fark
YİYE II- Kaygılı	18-24	175	3,52	1,19	1,50	6,28	0,792	0,454	
	25-31	128	3,41	1,05	1,39	6,28			
	32 ve üstü	77	3,60	0,97	1,61	6,00			
YİYE II- Kaçınmacı	18-24	175	2,84	1,04	1,00	6,50	0,066	0,936	
	25-31	128	2,81	0,97	1,00	5,00			
	32 ve üstü	77	2,86	1,12	1,00	4,67			
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	18-24	175	37,12	8,60	11,00	49,00	4,471	0,012*	1-2
	25-31	128	33,81	11,02	11,00	49,00			1-3
	32 ve üstü	77	34,79	10,28	15,00	49,00			
YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	18-24	175	31,97	13,41	6,00	66,00	3,079	0,047*	1-2
	25-31	128	28,37	13,70	3,00	76,00			
	32 ve üstü	77	29,12	11,55	8,00	64,00			

* $p<0,05$

Tablo 5'te katılımcıların YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanlarının yaş gruplarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı farkların olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının yaş gruplarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). 18-24 yaşındakilerin İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları 25-31 yaş ve 32 yaş ve üstündekilerden fazla bulunmuştur.

Katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının yaş

gruplarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). 18-24 yaşındakilerin YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları 25-31 yaşındakilerden fazladır.

Tablo 6.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Eğitim Seviyelerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları

	Eğitim sev.	n	\bar{x}	S.S.	Alt	Üst	F	p
YİYE II- Kaygılı	Lise	63	3,52	1,23	1,67	6,17	0,329	0,720
	Üniversite	231	3,53	1,08	1,50	6,28		
	Y.L./Doktora	86	3,42	1,09	1,39	6,28		
YİYE II- Kaçınmacı	Lise	63	3,10	1,18	1,00	5,50	2,565	0,078
	Üniversite	231	2,78	0,98	1,00	6,50		
	Y.L./Doktora	86	2,77	1,02	1,00	4,72		
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	Lise	63	34,37	10,63	11,00	47,00	0,527	0,591
	Üniversite	231	35,74	9,64	11,00	49,00		
	Y.L./Doktora	86	35,83	10,12	13,00	48,00		
YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	Lise	63	32,90	14,72	11,00	66,00	2,438	0,089
	Üniversite	231	30,21	12,19	3,00	64,00		
	Y.L./Doktora	86	28,08	14,49	5,00	76,00		

* $p > 0,05$

Tablo 6'da katılımcıların YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanlarının eğitim durumlarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı farkların olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının eğitim durumlarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). Katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının eğitim durumlarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Tablo 7.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Gelirlerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları

	Geliri	n	\bar{x}	S.S.	Alt	Üst	F	p	Fark
YİYE II- Kaygılı	Alt gelir	49	3,69	1,00	1,56	6,28	3,711	0,025*	1-3
	Orta gelir	279	3,54	1,14	1,44	6,28			
	Yüksek gelir	52	3,14	0,94	1,39	5,17			
YİYE II- Kaçınmacı	Alt gelir	49	3,15	0,89	1,28	4,61	3,944	0,020*	1-3
	Orta gelir	279	2,82	1,08	1,00	6,50			
	Yüksek gelir	52	2,59	0,81	1,00	4,06			
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	Alt gelir	49	32,10	10,17	11,00	48,00	3,972	0,020*	1-3
	Orta gelir	279	35,80	9,86	11,00	49,00			2-3
	Yüksek gelir	52	37,35	9,34	13,00	49,00			
YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	Alt gelir	49	31,33	12,47	11,00	63,00	4,408	0,013*	1-3
	Orta gelir	279	30,91	13,65	3,00	76,00			2-3
	Yüksek gelir	52	25,17	10,40	5,00	59,00			

* $p > 0,05$

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanlarının gelirlerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı farkların olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Alt gelir grubundakilerin YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanları yüksek gelir grubundakilerden fazladır.

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının gelirlerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Yüksek gelir grubundakilerin İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları alt ve orta gelir grubundakilerden daha fazladır.

Katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının gelirlerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Yüksek gelir grubundakilerin YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları alt ve orta gelir grubundakilerden daha azdır.

Tablo 8.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının İlişki Durumlarına Göre Karşılaştırılma Sonuçları

	İlişkinin durumu	n	\bar{x}	s	Alt	Üst	F	p
YİYE II-Kaygılı	Flört/Sevgili	279	3,45	1,07	1,39	6,28	2,196	0,113
	Sözlü/nişanlı	26	3,92	1,56	1,72	6,17		
	Evli	75	3,54	1,01	1,83	5,94		
YİYE II-Kaçınmacı	Flört/Sevgili	279	2,82	1,01	1,00	6,50	0,137	0,872
	Sözlü/nişanlı	26	2,92	0,83	1,67	4,33		
	Evli	75	2,86	1,16	1,00	4,67		
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	Flört/Sevgili	279	35,63	10,08	11,00	49,00	0,054	0,947
	Sözlü/nişanlı	26	35,42	8,34	21,00	48,00		
	Evli	75	35,21	9,85	18,00	49,00		
YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	Flört/Sevgili	279	29,80	12,95	3,00	76,00	0,433	0,649
	Sözlü/nişanlı	26	31,19	17,02	7,00	58,00		
	Evli	75	31,24	12,89	13,00	64,00		

* $p>0,05$

Tablo 8’de katılımcıların YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanlarının ilişki durumlarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı farkların olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının ilişki durumlarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının ilişki durumlarına göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 9.

Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının İlişki Sürelerine Göre Karşılaştırılma Sonuçları

	İlişkinin süresi	n	x	s	Alt	Üst	F	p
YİYE II- Kaygılı	1 yıl veya altı	176	3,55	1,20	1,39	6,28	0,779	0,506
	2-5 yıl	121	3,38	0,98	1,56	5,89		
	6-9 yıl	36	3,54	1,17	1,94	5,50		
	10 yıl ve üstü	47	3,59	0,97	2,11	5,39		
YİYE II- Kaçınmacı	1 yıl veya altı	176	2,91	1,02	1,00	6,50	1,107	0,346
	2-5 yıl	121	2,82	1,05	1,00	5,00		
	6-9 yıl	36	2,58	0,88	1,00	4,33		
İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği	10 yıl ve üstü	47	2,76	1,14	1,00	4,67		
	1 yıl veya altı	176	35,11	9,78	11,00	49,00	0,357	0,784
	2-5 yıl	121	35,50	10,27	11,00	49,00		
	6-9 yıl	36	36,64	9,04	13,00	47,00		
YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	10 yıl ve üstü	47	36,34	10,26	18,00	49,00		
	1 yıl veya altı	176	30,06	14,53	3,00	76,00	0,433	0,729
	2-5 yıl	121	29,60	12,68	7,00	64,00		
	6-9 yıl	36	32,44	11,53	8,00	61,00		
	10 yıl ve üstü	47	30,34	10,62	13,00	64,00		

* $p>0,05$

Tablo 9’da katılımcıların YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanlarının ilişki sürelerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı farkların olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının ilişki sürelerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının ilişki sürelerine göre aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 10.*Katılımcıların YİYE II, İDÖ ve YAAÖ Puanlarının Arasındaki Korelasyonlar*

		YİYE II- Kaygılı	YİYE II- Kaçınmacı	İDÖ	YAAA
	r	1			
YİYE II-Kaygılı	p				
	N	380			
	r	0,326	1		
YİYE II-Kaçınmacı	p	0,000*			
	N	380	380		
İDÖ-İlişki	r	-0,392	-0,501	1	
Doyumu Ölçeği	p	0,000*	0,000*		
	N	380	380	380	
YAAÖ-Yetişkin	r	0,521	0,226	-0,226	1
Ayrılma	p	0,000*	0,000*	0,000*	
Anksiyetesi Ölçeği	N	380	380	380	380

* $p < 0,05$

Tablo 10 incelendiğinde araştırmadaki katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile İDÖ-İlişki Duyumu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile İDÖ-İlişki Duyumu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$).

Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$).

Katılımcıların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ile İDÖ-İlişki Duyumu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde korelasyon olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$).

Tablo 11.*Katılımcıların YİYE II ve İDÖ Puanlarının YAAÖ Puanlarını Yordama Durumu*

	Std. Olm.		Standardize	t	p	F	R ²
	B	S.H.	Beta				
(Sabit)	6,68	4,46		1,499	0,135		
YİYE II-Kaygılı	6,01	0,58	0,50	10,357	0,000*	47,556	0,275
YİYE II-Kaçınmacı	0,83	0,66	0,06	1,252	0,212	0,000	0,268
İlişki Doyumu Ölçeği	0,00	0,07	0,00	0,053	0,958		

* $p < 0,05$

Tablo 11’de katılımcıların YİYE II ve İDÖ puanlarının YAAÖ puanlarının yordama durumunun incelenmiş olduğu regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmış ve YİYE II ve İDÖ puanlarının YAAÖ puanlarındaki varyansın %26,8’lik bölümünü açıkladığı belirlenmiştir.

Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktöründen aldıkları puanların YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı biçimde ve pozitif yordadığı saptanmıştır ($\beta=0,50;p<0,05$).

Katılımcıların YİYE II-Kaçınmacı faktöründen aldıkları puanların ise YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını anlamlı biçimde yordamadığı saptanmıştır ($\beta=0,06;p>0,05$).

Katılımcıların İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını anlamlı biçimde yordamamaktadır ($\beta=0,06;p>0,05$).

BÖLÜM V

Tartışma

Bu araştırma romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin, ilişki doyumu ve ayrılmaanksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla yürütülmüştür. Çalışmanın bu bölümünde çalışma sonucunda elde edilen bulgular alanyazıdaki benzer bulgular ile tartışılmıştır.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri puanları karşılaştırıldığında araştırma kapsamına alınan bireylerin YIYE II-Kaygılı ve YIYE II-Kaçınma puanları ile cinsiyet, yaş, , eğitim durumu, gelir düzeyi, ilişkinin türü ve süresi arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamaktadır. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre İlişki Doyumu Ölçeği puanları karşılaştırıldığında katılımcılara ait yaş seviyesi arasında anlamlı düzeyde fark bulunurken, cinsiyet, eğitim durumu, gelir düzeyi, ilişkinin türü ve süresi arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamaktadır. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi puanları karşılaştırıldığında katılımcılara ait cinsiyet ,yaş ve gelir düzeyi arasında anlamlı düzeyde fark bulunurken, eğitim durumu, ilişkinin türü ve süresi arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamaktadır.

Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların YIYE II-Kaygılı ve YIYE II-Kaçınmacı alt boyutları puanlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği görülmektedir. Literatür incelendiğinde, bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Baltacıoğlu, 2016). Hazan ve Shaver (1987) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada da cinsiyetin bağlanmanın alt boyutlarına göre farklılık göstermediği, cinsiyet rollerinin belirlenmesinde temel faktörün toplumsal baskı olduğu ve bağlanma stillerinin cinsiyet rollerinden sonra oluşum gösterdiği ifade edilmektedir. Literatür kapsamında bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Erkeklerin kadınlara oranla düşük kaygı yüksek kaçınma alt boyutlarından meydana gelen kayıtsız bağlanma stiline sahip olduğu görülmektedir (Beştav, 2007). Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği görülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmada elde edilen bulgular sonucunda cinsiyetin ilişki doyumu üzerinde etkili faktör olmadığı sonucunu doğrulayan çalışmalar bulunmaktadır. Satıcı ve Deniz (2018)'in

çalışmasında cinsiyet ve ilişki doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı belirtilmektedir. Literatürde bu durumun tersi olarak cinsiyetin ilişki doyumu üzerinde önemli bir faktör olduğu bulgusuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır (Özel, 2021; Reid vd., 2019; Saraç vd., 2015; Sarı ve Owen, 2016). Sarı ve Owen (2016) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada cinsiyet faktörünün ilişki doyumunu anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (Sarı ve Owen, 2016). Araştırma bulgularına bakıldığında cinsiyet kapsamında kadın katılımcı YAAA puanlarının erkek katılımcı YAAA puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Sinanoğlu ve Ulutaş (2017)'in kadınlarda anksiyete düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaştığı çalışmasında literatür kapsamında çalışmada elde edilen bulguyu desteklediği görülmektedir. Çalışmayı destekleyen bir başka bulgu ise Mertol (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışma sonucunda erkeklerde YAA düzeyinin düşük olduğu görülmektedir. Bunun aksine literatürde YAA ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Akman (1988), tarafından gerçekleştirilen çalışma sonucunda cinsiyet ayrılık anksiyetesi üzerinde etkili bir faktör değildir.

Katılımcıların YIYE II- Kaygılı ve YIYE II-Kaçınmacı alt boyutları puanları yaş grubuna göre farklılık göstermediği görülmektedir. Alanyazıda yaş grupları ve bağlanma boyutları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaların sınırlı sayıda olduğu belirtilmektedir. 18-64 yaş grubuyla gerçekleştirilen bir çalışmada yaş süresinin arttıkça kaygılı bağlanma düzeyinin de azaldığı görülmektedir (Chopik ve Edelstein, 2014). Katılımcıların İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının 18-24 yaş grubunda, diğer yaş grubuna oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde ilişki doyumu üzerinde yaştan daha çok kişilerin birbiriyle iletişim kurma düzeyleri, inanç, karşılıklı saygı ve sadakat kavramlarının etkili olduğu bulgusuna ulaşılmaktadır (Mackey ve O'Brien, 1995). Araştırmanın bulguları doğrultusunda 18-24 yaş grubundaki katılımcıların YAA puanları 25-31 yaş grubundaki katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde yaş süresi arttıkça anksiyete düzeyinin azaldığı yönünde çalışmalar bulunmaktadır. Özellikle 60 ve üzeri yaş grubu bireylerinde düşük anksiyete düzeyi gözlemlenmektedir (Manicavasagar, 2003).

Katılımcıların YIYE II- Kaygılı ve YIYE II-Kaçınmacı alt boyutları puanları eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği görülmektedir. Alanyazıda bağlanma boyutlarının ve eğitim düzeyi arasındaki korelasyonu inceleyen çalışmalar oldukça sınırlıdır. Alanyazında kaçınmacı bağlanma stiline göre eğitim düzeyine göre farklılık

gösterdiği bulgusuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Sağdıç (2018) tarafından evli erkeklerle gerçekleştirilen çalışma sonucunda lise mezunu erkeklerin kaygı puanlarının eğitim seviyesi üniversite olan erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların eğitim düzeyi ile ilişki doyumu ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamaktadır. Literatür incelendiğinde eğitim durumu ile ilişki doyumu arasındaki korelasyonlarda farklılık bulunmadığı görülmektedir. Katılımcıların YAA puanları ile eğitim düzeyi seviyesi arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde bu bulguyu desteklemeyen çalışmalar bulunmaktadır. Literatürde eğitim düzeyi seviyesinin ayrılma anksiyetesi düzeyi ile doğru orantılı olduğu yani eğitim seviyesi ne kadar yüksek ise yaşanacak anksiyete durumunun da o kadar fazla olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Alkan (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışma sonucunda bu bulgunun tam tersi olarak eğitim düzeyi seviyesi arttıkça anksiyete seviyesinin azaldığı görülmektedir. Eğitim düzeyi seviyesi yüksek olan bireyler, yaşanan anksiyeteye baş edebilecek gerekli becerilere sahip bireylerdir. Shear ve ark. (2006) tarafından gerçekleştirilen bir diğer çalışmada ise anksiyete seviyesinin, düşük eğitim düzeyine sahip olan bireylerde daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların YIYE II-Kaygılı ve YIYE II-Kaçınmacı puanları ile gelir düzeyi seviyesi arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Literatür incelendiğinde kaygılı ve kaçınmacı alt boyutlarının gelir düzeyi ile arasındaki ilişkinin negatif ve anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda gelir düzeyi düşük seviyedeki bireylerin sahip olduğu bağlanma stiline güvensiz bağlanma olduğu görülmektedir (Olhaberry ve ark., 2014). Bireyin sahip olduğu ekonomik hayat şartları, ilişkideki duygu ve düşüncelerinin belirleyicisi olmasında rol oynamaktadır. Katılımcıların gelir düzeyi ile ilişki doyumu ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamaktadır. Literatür incelendiğinde gelir düzeyi ile ilişki doyumu arasındaki korelasyonlarda farklılık bulunmadığı görülmektedir. Katılımcıların YAA puanları ile gelir düzeyi seviyesi arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Yüksek gelir grubundaki katılımcıların anksiyete düzeyleri diğer gelir grubundaki katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde YAA düzeyinin gelir düzeyiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Çakmak ve Hedevalı (2005) tarafından gerçekleştirilen çalışma sonucunda bireylerin ekonomik durumu anksiyeteyi tetikleyecek bir etmen olarak görülmektedir. Bayram ve Bilgel (2008)'in üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada ise ekonomik şartları yüksek

düzeyde olan bireylerin anksiyete düzeylerinin de düşük olduğu görülmektedir. Gelir düzeyi yüksek olan bireylerin öz saygıları da yüksek olacağından bu bireylerin yaşayacağı anksiyete durumu minimum düzeydedir. Bu bağlamda literatürdeki bu bulguların, çalışmamızda elde edilen bulguları desteklediği görülmektedir.

Literatür incelendiğinde ilişki durumu flört olan partnerlerin kaygılı bağlanma düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Baltacıoğlu (2016) ise çalışmasında bu bulguyu desteklemeyerek ilişki türünün kaygılı bağlanma stilinde etkili bir faktör olmadığını belirtmektedir. Buunk, (1981) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise evli çiftlerin flört çiftlere göre birbirlerini daha iyi tanıdığını ve flört ilişkisi yaşayan çiftlerin terk edilme korkusundan dolayı evli çiftlerde kaygılı bağlanma düzeyinin daha düşük olduğunu ifade etmektedir. Katılımcıların ilişki durumu düzeyleri ile ilişki doyumu ölçeği puanları arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Alanyazın incelendiğinde ilişki durumunun ilişki doyumu üzerinde etkili bir faktör olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Büyükşahin, 2006; Saraç vd., 2015). Saraç ve ark. (2015) 'ları tarafından yapılan çalışma sonucunda ilişki doyum seviyesinin evli çiftlerde daha fazla olduğu belirtilmektedir. Büyükşahin (2016) tarafından yürütülen bir çalışmada ise ilişki doyumunun ilişki durumu flört/sevgili olan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çiftler romantik ilişki sürecine flört aşamasında başlamakta ve çiftlerin birbirlerini tanımaya başlamasıyla ilişkideki duygusal ve fiziksel gereksinimlerin karşılandığı görülmektedir. Bu yüzden de partnerlerin ilişki doyumunun yüksek olduğu belirtilmektedir (Büyükşahin vd., 2005).

Katılımcıların ilişki süresi ile ilişki doyumu ölçeği puanları arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Alanyazın incelendiğinde ilişki süresinin ilişki doyumu üzerinde etkili bir faktör olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Cramer, 2000; Özel, 2021; Montesi, 2011; Stolarski, 2016). Özel (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışma sonucunda ilişki doyumunun en yüksek olduğu ilişki süresinin 5 yıl ve üzeri olduğu görülmektedir. Bu durumun tam tersi olarak Çürükvelioğlu (2012) tarafından yürütülen çalışmasında ilişki doyumunun ilişki süresini yordamadığı belirtilmektedir.

Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak negatif yönde ve anlamlı korelasyon bulunmaktadır ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle, katılımcıların YİYE II-2 kaygılı alt faktörleri puanlarının artması, İlişki Doyumu Ölçeği puanlarında azalmaya neden

olmaktadır. Mevcut çalışmadaki bulgular kapsamında Feeney ve Noller'in (1991) tarafından gerçekleştirilen çalışmada kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerin ilişki doyumlarının düşük olması beklenmektedir. Beştav (2007) tarafından üniversitelerin farklı fakülte ve bölümlerinde öğrenim gören 586 öğrenciyle yürüttüğü çalışma sonucunda korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile ilişki doyumunu arasında negatif bir ilişki bulunduğu ifade edilmektedir. Kaygılı bağlanma stillerine sahip olan kişiler partnerlerine karşı güven duymakta zorlanmakta ve bu yüzden de bu kişilerin ilişki doyumlarının da düşük olması beklenmektedir (Büyükşahin, 2006). Sarı (2008) tarafından gerçekleştirilen bir başka çalışmada ise ilişkide bağlanmadan kaçınan kişilerin bağlanma düzeyleri düştükçe ilişkisel doyumun da azaldığı görülmektedir.

Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon bulunmaktadır ($p < 0,05$). Bir başka deyişle, katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörleri puanlarının artması YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarının da artmasına neden olmaktadır. Literatür incelendiğinde bağlanma stillerinin, ayrılma anksiyetesi üzerinde etkili bir faktör olduğu görülmektedir. Bifulco (2006) tarafından gerçekleştirilen çalışma sonucunda genetik faktörlerin de ayrılma anksiyetesi üzerinde etkili bir faktör olduğu belirtilmektedir. Ebeveynlerin çocuğa davranış ve yaklaşım faktörleri ayrılma anksiyetesinde etkin bir rol oynamaktadır. Çocukluktaki bağlanma düzeyinin etkisi ne kadar büyükse yaşanılacak kaydı düzeyide artış gösterebilir. Bu ayrılık kaygısı karşı cinsle yakın ilişki kurulan süreçte de etkin bir rol oynamaktadır. Diğer bir çalışmada ise, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin kaygılı bağlanma stiline göre daha düşük düzeyde ayrılma anksiyetesi yaşadığı görülmektedir. Kaygılı bağlanma stiline sahip kişiler ilişkilerinde sürekli terk edilme korkusu yaşadığından dolayı bu durumda yaşayacağı ayrılık anksiyete düzeyisi de o kadar yüksek olacağı öngörülmektedir (Özer, 2018).

Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktöründen aldıkları puanların YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını yordama durumuna bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı biçimde ve pozitif yordadığı görülürken, YİYE II-Kaçınmacı faktöründen aldıkları puanların ise YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanlarını anlamlı biçimde yordamadığı görülmektedir.

BÖLÜM VI

Sonuç ve Öneriler

Sonuç

Romantik ilişki, evliler veya flörtleşen partnerler arasında oluşan, kendi hür tercihleriyle, bağ kurma ve eşlerin duygusal ihtiyaçlarının öncelikli olduğu birliktelik süreci olarak tanımlanmaktadır. Romantik ilişki sürecinin sağlıklı şekilde ilerlemesi, sürekliliği ve partnerlerin mutluluğu birliktelik sürecinde karşılıklı aldıkları haz durumuna bağlıdır. İlişkilerin devamlılık süresi ve mutluluk oranı çiftlerin ilişki doyumlarının artmasıyla doğru orantılıdır. Yani ilişki doyumu arttıkça ilişkinin süresi ve çiftlerin mutluluk oranı artmaktadır. Ancak ilişki doyumu yeterli düzeyde değilse ilişkide belli başlı problemler yaşanabileceği ve bu durumun ilişkinin bitmesine kadar gidilebildiği ve bunun sonucunda kişilerin yoğun üzüntü sonucu ayrılık anksiyetesi yaşayacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak bu araştırmada amacı, romantik ilişki yaşayan bireylerin bağlanma stillerinin, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile arasındaki ilişki incelenmiş olup bu amaç doğrultusunda bireylerin bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesinin bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Ayrıca bağlanma stilleri ve ilişki doyumu puanlarının ayrılma anksiyetesi puanlarını yordama durumuna bakılmıştır.

Bu amaçlar doğrultusunda yapılan incelemeler sonucunda katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları karşılaştırıldığında ve sosyo-demografik özelliklere göre dağılımına bakıldığında katılımcıların cinsiyet ile YİYE II- Kaygılı ve YİYE II- Kaçınmacı alt faktörleri ile İlişki Doyumu Ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmemişken, cinsiyet ile YAAÖ puanları arasında anlamlı fark tespit edilmiştir. Bu anlamlı farkın kadın katılımcılardan kaynaklandığı, kadınların erkeklere oranla anksiyete düzeyinin fazla olduğu görülmektedir. Bunun nedeninin kadınların erkeklere oranla ilişkilerde daha bağımlı olduğundan ve duygusal gereksinimlerinin karşılanmasında kadınların erkeklere oranla daha fazla bakım arayışı içinde olduğu düşünülebilmektedir.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları karşılaştırıldığında ve sosyo-demografik özelliklere göre dağılımına

bakıldığında katılımcıların yaş ile YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-kaçınmacı alt faktörü arasında anlam düzeyde fark tespit edilmemişken, yaş ile İlişki Doyumu Ölçeği ve YAAÖ puanları arasında anlamlı düzeyde fark tespi edilmiştir. Bulunan anlamlı fark 18-24 yaş gruplarından kaynaklanmaktadır. 18-24 yaş grubunun İlişki Doyumu Ölçeği ve YAAÖ puanları 25-31 yaş ve 32 yaş ve üzeri grubunkinden daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları karşılaştırıldığında ve sosyo-demografik özelliklere göre dağılımına bakıldığında katılımcıların eğitim düzeyi ile YİYE II- Kaygılı ve YİYE II- Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları arasında istatikselsel olarak anlamlı fark tespit edilmediği görülmektedir.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları karşılaştırıldığında ve sosyo-demografik özelliklere göre dağılımına bakıldığında katılımcıların gelir düzeyi ile YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Alt gelir grubundakilerin YİYE II-Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı alt faktörleri puanları yüksek gelir grubundakilerden fazla olduğu görülürken Yüksek gelir grubundakilerin İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları alt ve orta gelir grubundakilerden daha fazla olduğu görülmektedir. Aynı zamanda Yüksek gelir grubundakilerin YAAA-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi puanları alt ve orta gelir grubundakilerden daha az olduğu tespit edilmektedir.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları karşılaştırıldığında ve sosyo-demografik özelliklere göre dağılımına bakıldığında katılımcıların ilişki durumlarına göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II- Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları arasında istatikselsel olarak anlamlı fark tespit edilmediği görülmektedir.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II-Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları karşılaştırıldığında ve sosyo-demografik özelliklere göre dağılımına bakıldığında katılımcıların ilişki sürelerine göre YİYE II- Kaygılı ve YİYE II- Kaçınmacı, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları

arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmediği görülmektedir.

Katılımcıların YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları arasında negatif ve anlamlı düzeyde, YİYE II-Kaygılı alt faktörü puanları ile YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği puanları arasında anlamlı ve pozitif düzeyde, YAAÖ-Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ile İDÖ-İlişki Doyumu Ölçeği puanları arasında da anlamlı ve negatif yönde korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler

Araştırmacılara Öneriler

Araştırmanın ana değişkenleri olan bağlanma stilleri, ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi kapsamındaki ilişki türü, ilişki süresi gibi değişkenlerin etkisinin araştırıldığı sınırlı sayıda çalışma olduğundan, gelecekteki araştırmacılar için yeni yapılacak çalışmalar bu bağlamda literatüre önemli katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Romantik ilişki kapsamında yapılan araştırmalarda gelir düzeyinin etkisinin araştırıldığı sınırlı sayıda çalışma olmasından dolayı bu değişkenin etkisinin araştırmacılar tarafından daha fazla ele alınması literatüre ve kendisinden sonraki çalışmalara önemli katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Yapılan araştırma 385 kişiyle sınırlı olduğundan, çalışma grubunun artarak ve kadın erkek sayısında eşitliliğin sağlanarak araştırmanın değişkenlerine yönelik tutumlar tekrardan ele alınabilir.

Klinisyenlere Öneriler

YAA yaşayan bireylerde aileyi ve partnerlerini ele alan destekleyici ve emosyonlarını anlayabilen duygu odaklı terapilerin uygulanması terapi sürecine ve bireylerin ilişki sürecine pozitif olarak katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Erkeklerin ilişkideki duygu ve düşünce örüntüleri ve empati becereleri klinik psikologlar tarafından ele alınması ve gerektiğinde çift terapilerinin düzenlenmesi kadınlarda anksiyete düzeyinin azalış göstermesine ve kadınların kendi ilişkilerinde daha mutlu ve pozitif hissetmesine katkı sağlayabilir.

Çift terapilerinde bireylerin hangi bağlanma stiline sahip olduğunu bilmesi bireylerin birliktelik süreçlerinin sağlıklı olması açısından yarar sağlayacağından klinik psikologlar bu bağlamda bireylein hangi bağlanma stillerine sahip olduğu ve bunun ilişki sürecini nasıl etkilediği konusunda ele alınarak bireylere gerekli

bilinçlendirmeyi sağlamalıdır.

Devlete Öneriler

Araştırma kapsamında kadınların erkeklere oranla daha yüksek anksiyete düzeyine sahip oldukları tespit edildiği görülmektedir. Bu bireyler anksiyete durumlarından kaynaklı romantik ilişkilerinde ve sosyal hayatlarında sorunlar yaşayabilmektedir. Bireyler maddi kaynaklarının yeterli olmamasından dolayı bu anlamda psikolojik danışmanlık hizmeti almakta problem yaşayabilirler. Bu sebeple devletin, ilçelerin aile sağlığı merkezlerindedeki bireylere uygun psikolojik danışmanlık hizmetinin verilmesi düşünülebilir.

Halk eğitim merkezlerinde bağlanma örüntülerinin romantik ilişkilerdeki önemi ile ilgili seminerlerin verilmesi düşünülebilir.

Kaynakça

- Bahadır, Ş. (2007). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki*. (Tez No. 187814) [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Baltacıoğlu, S. (2016). *Genç yetişkinlerin bağlanma stillerinin, yakın ilişkilerindeki psikolojik eğilimlerinin ve ilişki inançlarının incelenmesi*. (Tez No. 437526) [Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Başaran, Z. P. (2022). *İlişki doyumunu yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve öz duyarlılık*. (Tez No 796041) [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Bayraktar, E. (2007). Panik Bozukluğu ve Agorafobi, Psikiyatri Temel Kitabı, HekimlerYayın Birliği Yayınevi, Ankara, 2. Baskı, s.304-317
- Beştav, F. G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Tez No. 257559) [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi] YÖK Tez Merkezi https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=Fnsn5C3JtbXHZzII5xBkZQ&no=dXiknC_7GKmzLmcRHdcOyw
- Brumbaugh, C. C., Fraley, R. C. (2006). The evolution of attachment in romantic relationships. *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex, ed*,71-101.
- Buunk, B. (1981). Jealousy In Sexually Open Marriages. *Journal of Family and Economic Issues*, 4(3), 357-372.

- Büküşoğlu, N. (2004). Çocuklarda okul fobisi gelişimine etki eden faktörlerin incelenmesi, *Ege Pediatri Bülteni*, 11(2), 125-134.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi* (Tez No. 1886996) [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.j>
- Cam, Ü., S. (2021). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, duygu dışavurumu ve ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Tez No. 692141) [Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Campbell, L., Stanton, S. C. (2019). Adult attachment and trust in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 25, 148-151.
- Cankur, M. (2021). *Yetişkinlerde ayrılma anksiyetesi ile duygusal yeme arasındaki ilişki*. (Tez No. 693745). [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Çakmak, B. (2016). *Çocukluk çağı travmaları ile yetişkin ayrılma anksiyetesi arasındaki ilişki*. (Tez No 441617) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi] YÖK Tez Merkezi
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Çeker, B. (2021). *Romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin psikolojik zihinlilik ile ilişkisi*. (Tez No. 693831) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Grabill, C. M. ve Kerns, K. A. (2000). Attachment style and inti macy in friendship. *Personal Relationships*, 7(4), 363-378.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00022.x>

- Hazan, C., Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Holmes, B. M., & Johnson, K. R. (2009). Adult attachment and romantic partner preference: A review. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(6-7), 833-852.
- Hepper, E., Carnelley, K. B. (2012). Attachment and romantic relationships: The role of models of self and other. *In The psychology of love*, 1, 133-154.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Lahey, B. B. (2009). Public health significance of neuroticism, *American psychology*, 64(4),241-256.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Wagner R., Hadzi-Pavlovic, D. (1999). Parental representations associated with adult separation anxiety and panic disorder-agoraphobia, *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 33(3), 422-428. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.1999.00566.x>
- Marchand, J. F. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors. *Attachment & Human Development*, 6(1), 99-112. <https://doi.org/10.1080/14616730310001659575>
- Morsünbül, Ü., Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Namlı, Z., Özbay, A., Tamam, Lut. (2022). Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu: Bir Gözden Geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1):46-56. <https://doi.org/10.18863/pgy.940071>
- Neumann, E., Sattel, H., Gündel, H., Henningsen, P., Kruse, J. (2015). Attachment in

romantic relationships and somatization. *The Journal of nervous and mental disease*, 203(2), 101-106.

Roehr, B. (2013). *American Psychiatric Association explains. Dsm-5.*

<https://doi.org/10.1136/bmj.f3591>

Rugancı, R. N. (2008). *The relationship among attachment style, affect regulation psychological distress and mental construct of the relational world.*

[Doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi].

<https://open.metu.edu.tr/handle/11511/17562>

Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *American Journal of Family Therapy*, 31(3), 143-157.

Simpson, J. A., Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic relationships. *In Advances in experimental social psychology*, 45, 279-328. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-394286-9.00006-8>

Soğancı, D. (2017). *Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumuna etkisi.* (Tez No 466100) [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Sungur, M. (2012). Fobik bozukluklar, *Psikiyatri Dünyası*, 1(1), 5-11.

Sümer, N., Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71-106.

Sümer, S. (2017). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Tez No. 486229) [Yüksek Lisans Tezi, Hasan kalyoncu Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

- Thomas, A., Chess, S. (1978). Temperament and Development. *Eastern Group Psychotherapy Society*, 2(1), 60-62.
- Toytok, E. H., Gezen, M.O. (2018). Örgütlerde pozitif psikolojik sermaye ve bilgi uğurma: bir ilişkişel tarama araştırması. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 5(25), 1974-1982.
- Tutarel-Kışlak, Ş., Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlan ma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Ündüger, A. (2017). *Bireylerin romantik ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri ile ilişkilerine yönelik inançları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No 501517) [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi].
YÖK Tez Merkezi
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Yıldız, S. (2017). Sosyal bilimlerde örnekleme sorunu: nicel ve nitel paradigmalardan örnekleme kuramına bütüncül bir bakış. *Kesit Akademi Dergisi*, 3(11), 421-442.

Ekler

EK-1 Aydınlatılmış Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ danışmanlığında Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Ayşegül Birol tarafından romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisini araştırmak amacıyla yürütülen bir tez çalışmasıdır.

Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Aşağıdaki onay kutucuğunu “evet” şeklinde işaretlerseniz araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etmiş sayılırsınız. Araştırma kapsamında kimlik bilgileri gibi özel bilgiler istenmemektedir. Bu çalışma ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Araştırmada herhangi bir sebeple ayrılmak isterseniz, araştırma ekibi ile aşağıda yer alan bilgileri kullanarak iletişime geçebilirsiniz. Uygulama yaklaşık 10-15 dakika sürmektedir. Çalışmaya katılmayı kabul edip, ölçek maddelerini doldurmaya başladıktan sonra herhangi bir nedenle bataryayı tamamlamak istemezseniz, ölçeği yarıda bırakıp süreci sonlandırabilirsiniz. Bu konu ile ilgili herhangi bir sorunuz ya da endişeniz olursa aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz.

İlginiz ve katılımınız için şimdiden teşekkür eder, saygılar sunarız.

Araştırma Ekibi:

Ayşegül BİROL

Yakın Doğu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü Lefkoşa

İletişim telefon: 0552 724 48 98 e-posta: aysegulbrl@gmail.com

Gönüllü katılımınızı belirtmek için, lütfen aşağıda bulunan bilgilendirilmiş onam formunu imzalayınız.

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAY FORMU

Ayşegül BİROL aysegulbrl@gmail.com

Yakın Doğu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti

1. Bilgileri okuyup anladığımı onaylıyorum.
2. Katılımımın gönüllü olduğunu ve istediğim bir anda araştırmadan çekilebileceğimi onaylıyorum.
3. Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

EK- 2 Bilgilendirme Formu

Değerli Katılımcılar,

Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programında yürüteceğim tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Bu araştırmada romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin ilişki doyumu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisi incelenecektir.

Bu çalışmada size demografik bilgi formu ve ölçekler verilecektir ve araştırmaya katılmanız tamamen gönüllülük esasına bağlıdır. Demografik bilgi formunda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, partnerinizle ilişki durumunuz, romantik ilişkinizin süresi ile ilgili veri toplamaya yönelik kişisel sorulardan oluşmaktadır. Verilen ölçekler Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-2), İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği dir. Ölçeklerde ve bilgi formunda isminiz yazılmayacaktır ve verdiğiniz cevaplar gizli kalacaktır. Araştırma sonuçları bireysel bilgi olarak değil, grup ortalaması olarak bilimsel raporlarda kullanılacaktır. Eğer çalışmayla ilgili bir şikayetiniz, görüşünüz veya sorunuz varsa bunun çalışmanın araştırmacısı Ayşegü Birol'a iletebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Ayşegül BİROL
Yakın Doğu Üniversitesi,
Psikoloji Bölümü
Lefkoşa

Tel: 0552 724 48 98
aysegulbrl@gmail.com

Ek-3**Demografik Bilgi Formu****1. Cinsiyetiniz:**

Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız:

18-24 ()

25-31 ()

32 veya üzeri ()

3. Eğitim durumunuz:

Lise () Üniversite ()

Yüksek lisans/Doktora ()

4. Gelir Düzeyiniz:

Alt Gelir () Orta Gelir () Yüksek Gelir ()

5. İlişki Durumunuz:

Flört/Sevgili () Sözlü/nişanlı () Evli ()

Ek-4**Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II)**

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilintilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile eşiniz kastedilmektedir. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 Hiç katılmıyorum Kararsızım/Fikrim yok Tamamen katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-5**İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)**

Aşağıda romantik ilişkilerden sağlanan doyuma ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak belirtiniz.

1. Sevgiliniz ihtiyaçlarınızın ne kadar iyi karşılıyor ?

1	2	3	4	5	6	7
Hiç karşılamıyor						Çok iyi
karşılıyor						

2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?

1	2	3	4	5	6	7
Hiç memnun değilim						Çok
memnunum						

3. Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?

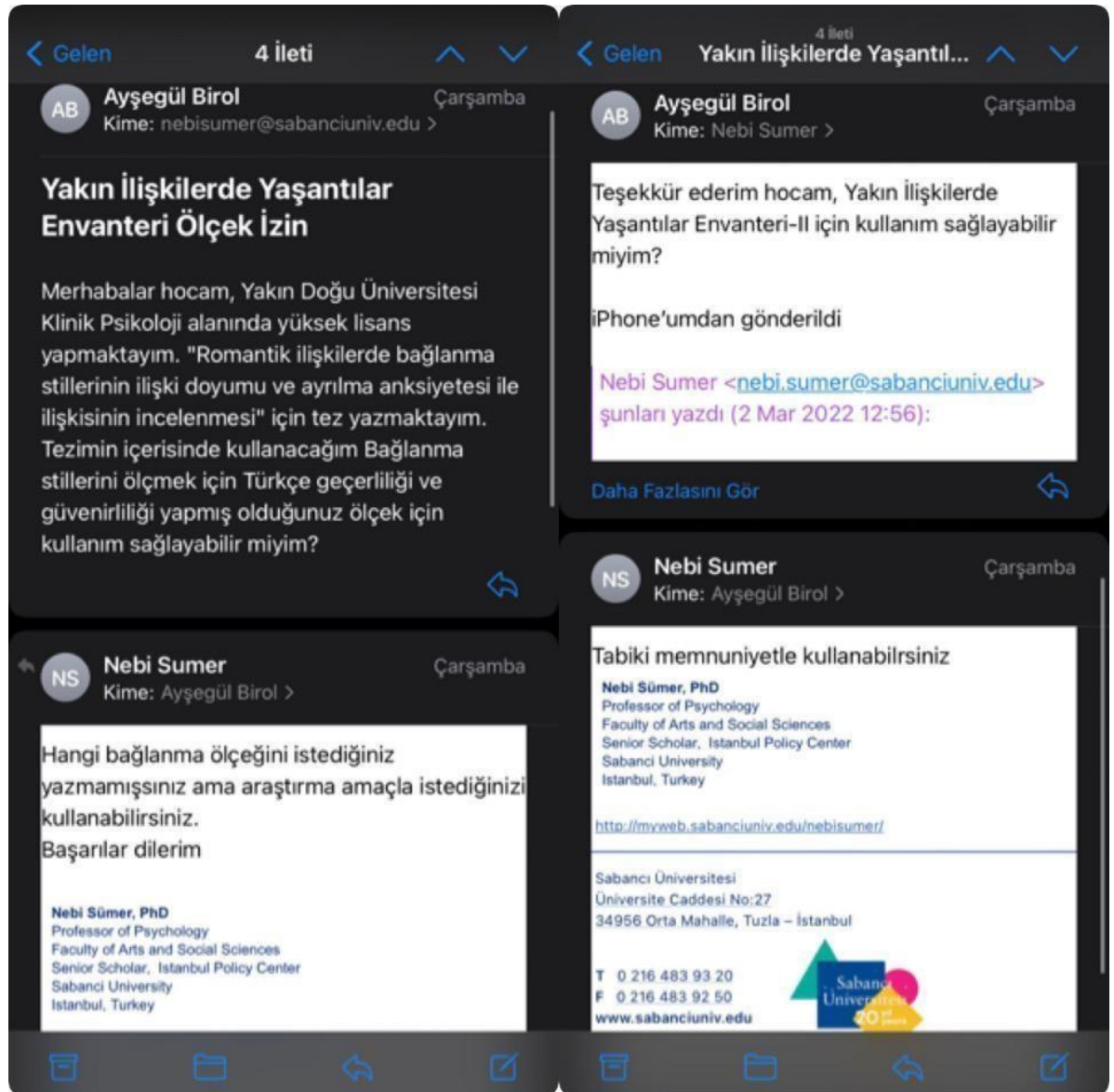
1	2	3	4	5	6	7
Çok daha kötü						Çok daha iyi

Ek-6**Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAAÖ)**

Aşağıdaki sorular bir yetişkin (18 yaş üzeri) olarak yaşamış olabileceğiniz bazı belirtilere yöneliktir. Lütfen bu belirtileri yaşayıp yaşamadığınıza göre sorunun karşısındaki uygun yeri işaretleyiniz. Lütfentüm soruları yanıtlayınız.

	Çok Sık	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
1- Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2- Evinizden saatlerce uzak kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3- Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşır mısınız?				

Ek-7 Ölçek Kullanım İzinleri



22:31 📶 🔋

< Gelen 2 İleti ^ v

AB **Ayşegül Birol** Çarşamba
Kime: ferzancurun@maltepe.edu.tr >

İlişki Doyumunu Ölçeği İzin

Merhabalar hocam, Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji alanında yüksek lisans yapmaktayım. "Romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin ilişki doyumunu ve ayrılma anksiyetesi ile ilişkisinin incelenmesi" için tez yazmaktayım. Tezimin içerisinde kullanacağım ilişki doyumunu ölçmek için Türkçe geçerliliği ve güvenilirliği yapmış olduğunuz ölçek için kullanım sağlayabilir miyim?

↩

FC **Ferzan Curun** Çarşamba
Kime: Ayşegül Birol >

Merhabalar,
Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçek ve ilgili bilgiler ekteki master tezimde mevcut.
İyi dileklerle

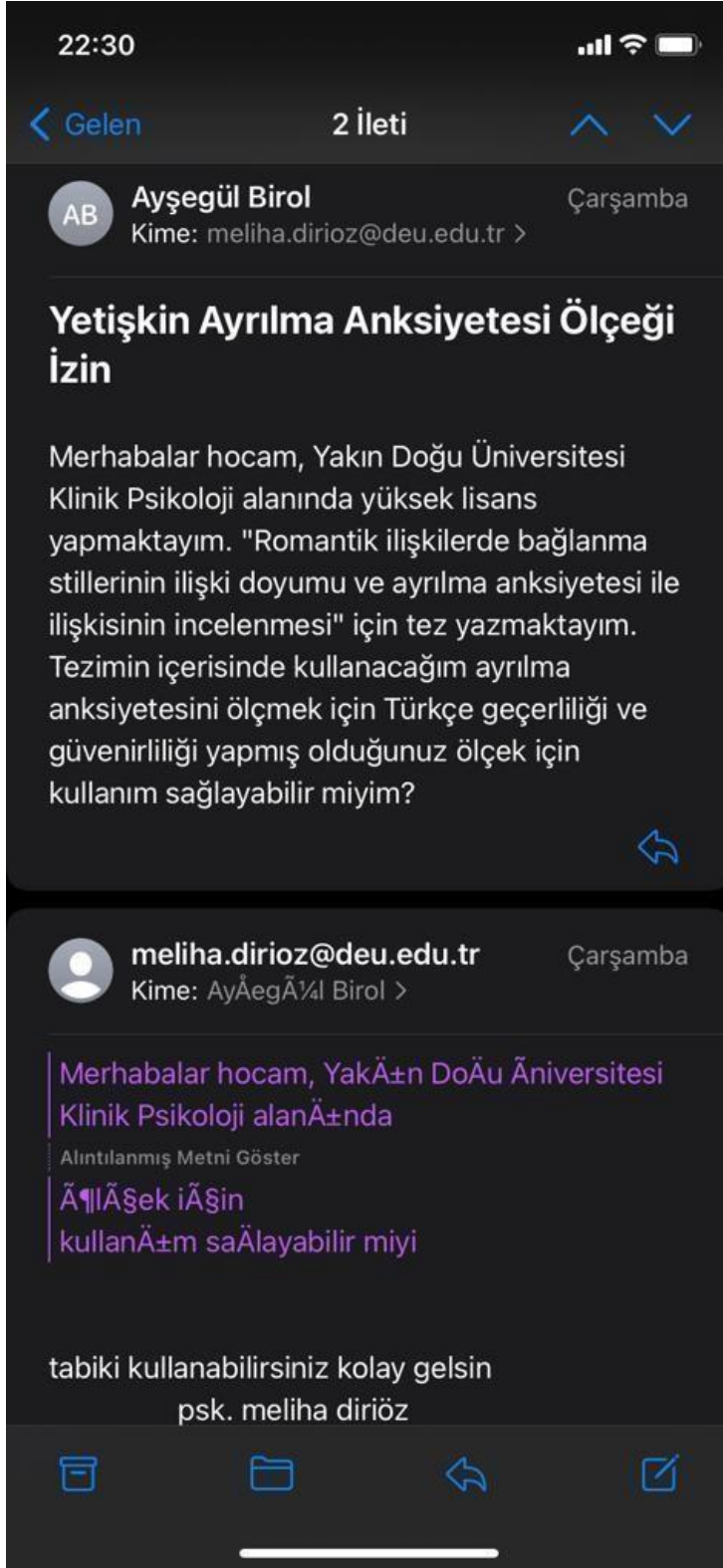
Ayşegül Birol <aysegulbrl@gmail.com>, 2 Mar 2022 Çar, 12:46 tarihinde şunu yazdı:

Merhabalar hocam, Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji alanında yüksek lisans

Alıntılanmış Metni Göster

güvenirliliği yapmış olduğunuz ölçek için

🗑️ 📁 ↩️ ✍️



Etik Kurul Onayı**BİLİMSEL ARAŞTIRMA ETİK KURULU**

13.04.2022

Sayın Ayşegül Birol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2021/1130 proje numaralı ve **“Romantik İlişkilerde Bağlanma Stillerinin, İlişki Doyumu ve Ayrılma Anksiyetesi İle İlişkinin İncelenmesi”** 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

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.

İntihal Raporu

ayşegül

ORJİNALLİK RAPORU

% **15**

BENZERLİK ENDEKSİ

% **13**

İNTERNET KAYNAKLARI

% **3**

YAYINLAR

% **8**

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%3
2	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	%2
3	Submitted to Istanbul Gelisim University Öğrenci Ödevi	%2
4	Submitted to Hasan Kalyoncu Üniversitesi Öğrenci Ödevi	%1
5	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	%1
6	acikerisim.medipol.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
7	www.researchgate.net İnternet Kaynağı	%1
8	acikerisim.gelisim.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
9	Submitted to Istanbul Aydın University Öğrenci Ödevi	%1

Öz Geçmiş

Ayşegül Birol, 3 Mart 1998 yılında Bodrum'da doğmuştur. İlkokulu ve ortaokulu Amiral İlköğretim Okulu'nda liseyi ise Hayırlı Sabancı Anadolu Lisesi'nde okumuştur. Liseyi bitirdikten sonra, 2016 yılında Girne Üniversitesi'nde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik (Türkçe) bölümünü burslu olarak kazanmıştır. 2020 yılında Girne Üniversitesi'nden 3.22 diploma notu ile onur öğrencisi olarak mezun olmuştur. 2020 yılında Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisansı'na başlamıştır. Yüksek lisans öğrenimine devam ederken Bilişsel Davranışçı Psikoterapi, Cinsel Terapi, Aile Danışmanlığı, Kısa Süreli Çözüm Odaklı Psikoterapi, MMPI (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri) eğitimlerini başarı ile tamamlamıştır. Yüksek lisans döneminin ikinci yılında Manisa Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesi'nde stajını tamamlamıştır. 2022 yılının ikinci döneminde yüksek lisans sürecinin tez dönemini tamamlamaktadır.