



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

**ROMANTİK İLİŞKİLERDE İSTİSMAR DAVRANIŞI İLE BAĞLANMA**  
**STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN ARACI**  
**ROLÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Fatma Öykü Gonca**

**Lefkoşa**

**Haziran, 2023**

**Fatma Öykü**  
**GONCA**

**ROMANTİK İLİŞKİLERDE İSTİSMAR**  
**DAVRANIŞI İLE BAĞLANMA STİLLERİ**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK**  
**ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**2023**

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ROMANTİK İLİŞKİLERDE İSTİSMAR DAVRANIŞI İLE BAĞLANMA  
STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN  
ARACI ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Fatma Öykü GONCA

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Lefkoşa

Haziran, 2023

## Onay

Fatma Öykü Gonca tarafından hazırlanan “**Romantik İlişkilerde İstismar Davranışı İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü**” başlıklı tez, kapsam ve nitelik açısından kalite standartlarına uygunluğu ile ilgili Klinik Psikoloji Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak 13/06/2023 tarihinde kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri Adı – Soyadı İmza

Jüri Başkanı: Dr. Fahriye Balkır

Jüri Üyesi: Doç. Dr. Ece Müezziz

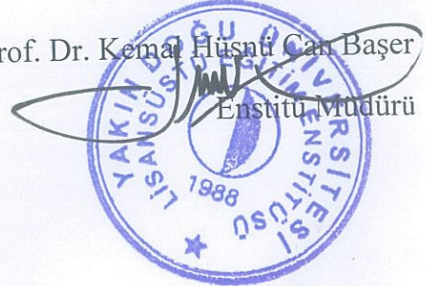
Danışman: Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Anabilim Dalı Başkanı Onayı

20/6/2023  
Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ  
Anabilim Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

...../...../2023  
Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can Başer  
Enstitü Müdürü



## **Etik İkelere 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 kuralları gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Fatma Öykü GONCA

25/05/2023

## Teşekkür

Yüksek lisans eğitimimin başından itibaren yaşadığım zorluklarda bana mesleki bilgisi ve tecrübesiyle yardımcı olan tez danışmanım Doç. Dr. Meryem Karaaziz 'e saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Lisans dönemimde bana katkısı olmuş yolumu aydınlatan başta Doç. Dr. Burak Erdeniz, Prof. Dr. Seda Can, Dr. Seray Akça ve bütün değerli hocalarıma teşekkür ederim.

Eğitim hayatım boyunca yanımda olan maddi manevi desteklerini benden hiçbir zaman esirgemeyen, bana inanmaktan ve güvenmekten vazgeçmeyen, başarımın asıl temeli olan çok değerli ve kıymetli ailem; canım babam ve annem; Veli Gonca ve Mehtap Gonca'ya çok teşekkür ederim.

Son olarak hayatım boyunca öğrendiğim, yaşadığım bütün deneyimler için hayatımda olan yakınlarıma ve sevdiklerime teşekkür ederim.

Fatma Öykü Gonca

## Özet

### **Romantik İlişkilerde İstismar Davranışı İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü**

**Gonca, Fatma Öykü**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Meryem Karaaziz**

**Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Bilim Dalı**

**Haziran 2023, 69 sayfa**

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde maruz kaldıkları istismar davranışları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide, psikolojik esnekliğin aracı rolünü ortaya koymak olarak belirlenmiştir. Nicel araştırma yöntemleri kullanılan araştırmanın modeli ilişkisel tarama modeli olarak belirlenmiştir. Bu araştırmanın örnekleme ise, Türkiye ve KKTC üniversitelerinde eğitimini sürdürmekte olan 501 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma için belirlenen örneklem grubu için uygun ve elverişlilik örnekleme yöntemi seçilmiştir. Araştırmada belirlenmiş amaca yönelik kullanılmak üzere, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ), Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ) ve Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ) kullanılmıştır. Araştırmadaki verilerin analizleri Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS) 26.0 ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların güvenli bağlanma stillerinden aldıkları puanlar arttıkça Romantik İlişki Değerlendirme Ölçeği puanlarının azaldığı, Kaçınan Bağlanma ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stillерinden aldıkları puanlar arttıkça Romantik İlişkiyi Değerlendirme ölçeği puanlarının arttığı görülmüştür. Ayrıca güvenli bağlanmanın Romantik İlişkiyi Değerlendirme ölçeği puanlarının negatif, Kaygılı ve kararsız bağlanma puanlarının ise anlamlı ve pozitif yordadığı saptanmıştır. Katılımcıların Bağlanma Stilleri ve Romantik İlişkiyi Değerlendirme puanları arasındaki ilişkide Psikolojik esnekliğin aracı rolü olmadığı tespit edilmiştir. Klinisyenlerin güvenli bağlanmanın faydaları hakkında herkesin ulaşabileceği güvenilir sosyal platformlarda ücretsiz seminerler vermesi önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Romantik İlişki, Bağlanma Stilleri, İstismar, Psikolojik Esneklik

## **Abstract**

### **The Intermediary Role of Psychological Flexibility in the Relationship Between the Abusive Behaviours and Attachment Styles in Romantic Relationships**

**Gonca, Öykü Fatma**

**MSC, Department of Clinical Psychology**

**Thesis Advisor: Doç. Dr. Meryem Karaaziz**

**June 2023, 69 pages**

The aim of this study is determined to reveal the intermediary role of psychological flexibility in the relationship between the attachment styles and abusive behaviours of the university students that they are exposed to in their romantic relationships. Conducted through the quantitative research methods, correlational survey model is determined as the model for this study. The sample of this study is formed of 501 university students currently carrying on their educations in Turkish and TRNC universities. Convenience sampling method is selected for the sample group of this study. Determined according to be used as per the necessities of this study, Personal Information Form, Romantic Relationship Rating Scale (RİDÖ), Three-Dimensional Attachment Styles Scale (ÜBBSÖ) and Psychological Flexibility Scale (PEÖ) created by the researcher are applied. The data analysis of the study is made via SPSS 26.0 Statistical Package for Social Sciences. Given the results of this study, it is observed that the higher scores the participants get from secure attachment styles, the lesser scores the participants get from Romantic Relationship Rating Scale; the higher scores the participants get from avoidant attachment and anxious attachment, the higher scores the participants get from Romantic Relationship Rating Scale. Additionally, it is observed that secure attachment affects the scores of Romantic Relationship Rating Scale insignificantly as anxious and avoidant attachment affect the scores of Romantic Relationship Rating Scale significantly and predict positively. In the relationship between the scores of the participants for their Attachment Styles and Romantic Relationship rating Scale it is found out that psychological flexibility has no intermediary role. It is recommended for clinicians to provide free-of-charge and accessible seminars regarding the benefits of the secure attachment via credible social platforms.

**Key words:** Romantic relationship, attachment styles, abuse, psychological flexibility.

## İçindekiler

Onay.....	i
Etik İlkelerle Uygunluk Beyanı.....	ii
Teşekkür.....	iii
Özet.....	iv
Abstract.....	v
İçindekiler.....	vi
Tablolar Listesi.....	ix
Şekiller Listesi.....	x
Kısaltmalar.....	xi

### BÖLÜM 1

Giriş.....	1
Problem Durumu.....	2
Araştırmanın Amacı.....	3
<i>Alt Amaçlar</i> .....	4
Araştırmanın Önemi.....	4
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
Tanımlar.....	5

### BÖLÜM II

Kavramsal Temeler ve İlgili Araştırmalar.....	7
Romantik İlişki.....	7
İstismar.....	10
Siber Flört İstismarı.....	13
Bağlanma.....	14
Yetişkinlerde Bağlanma.....	16
Bağlanmayı Açıklayan Kuramsal Görüşler.....	19
Psikanalitik yaklaşıma göre bağlanma.....	19
Davranışçı yaklaşıma göre bağlanma.....	20
Bebekliğin Ötesinde Bağlanma.....	20
Bağlanma İle İlgili Yapılmış Bazı Araştırmalar.....	21
Psikolojik Esneklik/Sağlamlık.....	23



Risk Faktörleri.....	24
Bireysel Koruyucu Faktörler.....	25
Çevresel/Toplumsal Koruyucu Faktörler.....	25

### BÖLÜM III

Yöntem.....	28
Araştırmanın Modeli.....	28
Evren ve Örneklem.....	28
Veri Toplama Araçları.....	30
Kişisel Bilgi Formu.....	30
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ).....	30
Üç Boyutlu Bağlanma Ölçeği (ÜBBÖ).....	30
Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ).....	31
Verilerin Toplanması.....	31
Verilerin Analizi ve Yorumlanması.....	31
Çalışmanın Planı.....	33

### BÖLÜM IV

Bulgular ve Yorumlar.....	34
---------------------------	----

### BÖLÜM V

Tartışma.....	44
---------------	----

### BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	48
Sonuç.....	48
Öneriler.....	49
Kaynakça.....	50
Ekler.....	60
Ek- 1. Aydınlatılmış Onam Formu.....	60
Ek- 2. Katılımcı Bilgi Formu.....	61
Ek- 3. Kişisel Bilgi Formu.....	62
Ek- 4. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği.....	63

Ek- 5. Üç Boyutlu Bağlana Stilleri Ölçeği.....	63
Ek- 6. Psikolojik Esneklik Ölçeği.....	64
Ek- 7. Ölçek İzinleri.....	65
Özgeçmiş.....	67
İntihal Rapor Oranı.....	68
Etik Kurul Onayı.....	69

<b>Tablo 1.</b> Öğrencilerin Sosyo-demografik Özelliklerine Göre Dağılımı.....	29
<b>Tablo 2.</b> Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Normallik Testi .....	32
<b>Tablo 3.</b> Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanları.....	34
<b>Tablo 4.</b> Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının cinsiyete Karşılaştırılmasına Dair Bulgular.....	34
<b>Tablo 5.</b> Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Yaşa Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulgular.....	35
<b>Tablo 6.</b> Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulgular.....	35
<b>Tablo 7.</b> Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Medeni Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulgular.....	36
<b>Tablo 8.</b> Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanları.....	36
<b>Tablo 9.</b> Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanları ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Arasındaki Korelasyonlar.....	37
<b>Tablo 10.</b> Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanları.....	38
<b>Tablo 11.</b> Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanları ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Arasındaki Korelasyonlar.....	39
<b>Tablo 12.</b> Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu.....	40
<b>Tablo 13.</b> Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu.....	41

## Şekiller Listesi

<b>Şekil 1.</b> Bağlanma Modeli.....	17
<b>Şekil 2.</b> Bağlanma Sistemi Modeli.....	19
<b>Şekil 3.</b> Bağlanma Aktarım Süreci Modeli.....	21
<b>Şekil 4.</b> Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu.....	42
<b>Şekil 5.</b> Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu.....	42
<b>Şekil 6.</b> Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü.....	43

## Kısaltmalar

**PEÖ:** Psikolojik Esneklik Ölçeği

**RİDÖ:** Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği

**SPSS:** Statistical Package For Social Sciences

**UBBSÖ:** Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

## BÖLÜM 1

### Giriş

Sosyal ilişkiler bireylerin yaşamları boyunca vazgeçemeyeceği önemli bir unsur olarak görülmektedir (Kılınçer, 2012). Bireyler özellikle yetişkinlik çağında birbirleriyle yakın ilişkiler kurmaya başlamakta ve bu dönemde yaşanan romantik ilişkiler ise bireylerin gelişim süreçlerinde önemli bir rol oynamaktadır (Reis vd., 2000; Kemaloğlu, 2021). Romantik ilişkiler, yetişkin bireylerin aşk yaşamlarında kendilerini keşfettikleri, duygu ve davranışlarını biçimlendirdikleri ilişkiler olarak tanımlanmaktadır (Eryılmaz ve Ercan, 2010; Aydoğdu, 2010). Romantik ilişkiler çoğu zaman bireylerin zihninde güzel bir duygu, an veya yaşantı olarak belirse de, bazı durumlarda yaşanan romantik ilişki içerisinde istismar durumlarının da gerçekleştiği görülebilmektedir (Noam ve Fishcer, 1996). Romantik ilişkilerde görülen istismar davranışları duygusal, fiziksel, ekonomik veya cinsel gibi türler de olabilmektedir (Cofone, 2011; Offenhauer ve Bachalter, 2011). Romantik ilişkilerde yaşanan bu istismar durumlarının ise yapılan birçok araştırmada bireylerin özellikle psikolojik sağlıklarını olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Creasey ve Ladd, 2004). Özellikle gerçekleştirilen istismarın türüne göre bireyler de kaygı, depresyon ve intihar gibi birçok durumun baş gösterdiği görülmektedir (Felitti vd., 1998; Cole ve Gervais, 2014).

Bireylerde görülen bağlanma stilleri genellikle çocukluk dönemler de ortaya çıkmaktadır. Bu dönemde bireyin sergilediği bağlanma stili ve zihninde oluşan durumlar onun yetişkinlikte ki yakın ilişkilerinde nasıl bir etkileşim göstereceğini ortaya koymaktadır (Subaşı ve Kazan, 2020). Bu bağlamda bağlanma stillerinin bireylerin romantik ilişkilerinde de önemli bir belirleyici olacağı da söylenebilir. Literatür incelendiğinde bireyler de görülen bağlanma stillerinin güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma olduğu görülmektedir (Karabacak ve Demir, 2017). Güvenli bağlanma stiline sahip bir bireyin romantik bir ilişkilerin de ve yaşamlarında olumlu düşüncelere sahip olacağını belirtmiştir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerinde genellikle kısıkanç, olaylar karşısında takıntılı ve duygusal iniş çıkışlarının yoğun olduğu görülmektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Kaygılı ve kararsız bağlanma stiline sahip bireyler ise romantik

ilişkilerinde güvensiz ve romantik sevgi veya aşk hakkındaki düşüncelerinin olumsuz olduğu görülmektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Ayrıca romantik ilişkilerde gerçekleştirilen istismar ve bağlanma stilleri arasında güçlü bir ilişki olduğu savunulmaktadır. Güvensiz bağlanan bireylerin romantik ilişkilerinde istismar davranışlarına daha yakın oldukları görülmektedir (Kılınçer, 2012). Yapılan birçok araştırma ise bağlanma stilleri ve yaşanan romantik ilişkilerin birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Brennan ve Shaver, 1995; Collins, 1996; Solmuş, 2003; Büyükşahin, 2006).

Psikolojik esneklik, bireyin sosyal ve yakın ilişkilerini yöneten önemli bir kavram olarak görülmektedir (Yavuz, 2015). Psikolojik esneklik kavramı, bireylerin yaşadıkları travmatik bir olay karşısında psikolojik işleyişlerini ve fiziksel işlevselliklerini sağlık bir şekilde gerçekleştirmeleri olarak tanımlanmaktadır (Bonanno, 2004). Psikolojik esneklik düzeyi yüksek olan bireylerin karşılaştıkları olumsuz durumlar karşısında sergiledikleri psikolojik veya fiziksel davranışlarının düzenleyici ve normal düzeyde olduğu görülmektedir (Bonanno, Wortman ve Nesse, 2004). Psikolojik esneklikle ilgili yapılan bazı çalışmalar da, psikolojik esneklik kavramının istismar ve affetme gibi kavramların önemli bir yordayıcısı olduğu görülmüştür (Kuşçu, 2019). Bu bağlamda bu çalışmada, görülen bağlanma stilleri ve romantik ilişkiler de yaşanan istismar gibi olumsuz olarak algılanan bir durum karşısında psikolojik esnekliğin aracılık rolü irdelenmek istenmiştir.

### **Problem Durumu**

Birey aile, akrabalık, arkadaşlık veya romantik ilişki gibi ağlar içerisinde büyüyen ve gelişen bir varlıktır. Bu ağlardan en önemli olanı ise romantik ilişki olarak görülmektedir. Romantik ilişki flört etme, birlikte yaşama veya evlenme gibi süreçleri içerisinde barındıran, birçok psikolojik yönü ve sınırları olan bir sistem olarak tanımlanmaktadır (Aydoğdu, 2010). Bireylerin yetişkinlik dönemini kapsayan romantik ilişkiler, onların toplum içerisindeki görünümüne ve gelişim süreçlerine önemli düzeyde etki eden bir durum olmaktadır (Bakır, 2019). Bireylerin genellikle 11-13 yaş aralığında romantik ilişkilere karşı ilgi duymaya başladığı, fakat ciddi romantik ilişkilerin 17-19 yaş aralığında belirmeye başladığı savunulmaktadır. Bu yaşlarda gerçekleştirilen romantik ilişkilerin daha pozitif, kararlı ve güçlü olduğu görülmektedir (Santrock, 2017).

Romantik ilişkiler de öngörülen olumlu ortam bazı durumlarda partnerlerden herhangi birinin romantik ilişkiyi psikolojik, fiziksel veya cinsel olarak istismar etmesiyle olumsuz bir ortama dönebilmektedir (Merrell, 2001). Üniversite döneminde yaşanan romantik ilişkilerde ki istismar önemli bir sorun olarak görülmektedir. Yapılan bir araştırma üniversite döneminde romantik ilişki yaşayan erkeklerin %90'ının duygusal istismar yaşadığını ve bu durum sonucunda depresyon ve stres gibi psikolojik sorunlara sürüklendikleri saptanmıştır (Simonelli ve Ingram, 1998). Amerika'da kadınlar üzerinde yapılan bir çalışma da ise, kadın bireylerin yaşadıkları duygusal istismarın benliklerine olumsuz etki gösterdiği saptanmıştır (Katz, Arias ve Beach, 2000).

Romantik ilişkilerde yaşanan istismar durumlarında partnerlerin sahip oldukları bağlanma stilleri önemli bir yer tutmaktadır. Güveniz bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerin de istismar davranışı sergilemeye daha yatkın olabilecekleri belirtilmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalar olumsuz olarak algılanan bir bağlanma stiline sahip ve istismar uygulayan bireylerin yeni bir bağlanma stili geliştirmede süreci istismar davranışını uygulamaya devam edeceğini belirtmiştir (Kirkpatrick ve Davis, 1994; Brennan ve Shaver, 1995; Büyükşahin, 2006). Psikolojik esneklik bireylerin yaşamış herhangi bir duruma takıntı yapmadan psikolojik işleyişlerini devam ettirmesidir (Aslan ve Fulya, 2022). Bu bağlamda psikolojik esneklik düzeyi yüksek olan bireyler ise istismar gibi travma yaratacak durumlar karşısında sosyal, psikolojik ve fiziksel işlevselliklerinin daha güçlü olacağı öngörülmektedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Sosyal ilişkiler insan gelişimi açısından önemli bir yere sahiptir. Üniversite çağında olan gençler için sosyal ilişkilerin önemli bir alt boyutu olan romantik ilişkiler, partnerler için birçok önemli etkiye sahiptir. Fakat gençlerin kurdukları romantik ilişkilerde bazı istismar davranışlarına maruz kalabilir ve bu istismar davranışlarını algılama, yordama, değerlendirme veya bu davranışlara engel olma konusunda zorlanabilirler. Ayrıca bu istismar davranışları çoğu zaman partnerlerin bağlanma stilleri ile ilişkili olabilmektedir (Solmuş, 2003). Bu durumda bireylerin psikolojik esnekliklerinin istismar davranışlarının algılanması, değerlendirilmesi veya engel olunması konusunda önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir (Bonanno, Wortman ve Nesse, 2004). Bu bağlamda bu araştırmanın amacı,



üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde maruz kaldıkları istismar davranışları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide, psikolojik esnekliğin aracı rolünü ortaya koymak olarak belirlenmiştir.

### **Alt Amaçlar**

1. Üniversite öğrencilerinin RİDO ölçeğine göre Romantik İlişkide İstismarı Algılama düzeyleri nedir?
2. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğine göre istismarı algılama düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri (yaş, eğitim durumu ve medeni durum) ve Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğine göre istismarı algılama düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerin Üç boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğine göre Güvenli Bağlanma, Kaçınan Bağlanma ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma puanları ne düzeydedir?
7. Üniversite öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğine göre istismarı algılama düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin Psikolojik Esneklik düzeyleri nedir?
9. Üniversite öğrencilerinin Psikolojik Esneklik ve Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğine göre istismarı algılama düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Üniversite öğrencilerinin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinden ve Psikolojik Esneklik Ölçeğinden aldıkları puanlar, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını ne düzeyde yordamaktadır?

### **Araştırmanın Önemi**

Bireyler yaşamlarının her döneminde diğer bireylerle yakın ilişkiler kurmaya ihtiyaç duyarlar. Yetişkinlik döneminde ise bu yakın ilişkiler bireyler arasında genellikle romantik ilişkilere dönüşmektedir. Yetişkin dönemlerde yaşanan romantik ilişkiler diğer dönemlere göre daha ciddi ve gerçekçi olmakta, bireyler bu dönemler de birbirilerinin sosyal veya fiziksel olarak birçok ihtiyacını karşılamaktadır (Dolgin, 2014; Bakır, 2019). Genellikle olumlu olarak algılanan romantik ilişkilerin bazı durumlarda istismar gibi durumlara maruz kaldığı görülmektedir. İstismara maruz kalan romantik ilişkilerde partnerler arasında birçok sorun yaşanmakta, bu durum partnerlerin psikolojik sağlıklarını olumsuz etkilemektedir. Psikolojik esneklik ise

bireylerin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmesi için önemli bir kavramdır. Psikolojik esneklik düzeyi güçlü olan bireylerin hayatta ki birçok zorlukla daha rahat mücadele edebileceği ve psikolojik sorunlarla psikolojik esnekliği düşük bireylere göre daha az karşılaşacağı belirtilmektedir (Salande, Hawkins ve Raymond, 2017).

Bu bağlamda yapılan bu araştırma ile üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerinde uğradıkları istismar arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. İstismar ve bağlanma stilleri arasında ki ilişkiyi irdelen çalışmaların Türk literatüründe oldukça yetersiz olduğu ve istismar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünü inceleyen bir çalışmanın olmadığı görülmektedir. Bu bağlamda bu çalışmanın literatüre önemli bir katkı sağlayacağı ve daha sonra bu konuda bilimsel araştırma yapacak akademisyenlere ışık tutacağı düşünülmektedir.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Bu araştırma, araştırma sırasın kullanılan Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ), Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ) ve Psikolojik Esneklik Ölçekleri (PEÖ) ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma, Türkiye ve KKTC üniversitelerinde eğitimini sürdürmekte olan 501 üniversite öğrencisiyle sınırlıdır.
3. Araştırmadan elde edilen veriler ve bu bağlamda ulaşılan sonuçlar katılımcıların gönüllülük esasıyla verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

### **Tanımlar**

**Romantik İlişki:** Romantik ilişki, partnerleri birbirlerine duygusal bir şekilde bağlanması, karşılıklı bir sıcaklık, aşk ve sevgi gibi ihtiyaçların karşılanması olarak tanımlanmaktadır (Rubenstein ve Shaver, 1982; Brehm, 1992). Bir başka tanımda ise, romantik ilişki partnerlerden birinin çıkarlarının diğerleriyle örtüşmesi olarak tanımlanmıştır (İmamoğlu-Erden, 2009).

**Bağlanma Stilleri:** Bu çalışmada bağlanma stilleri güvenli bağlanma, kaçınan bağlanma ve kaygılı-kararsız bağlanma olarak belirlenmiştir

**Güvenli Bağlanma:** Kişilerarası ilişkileri oldukça olumlu ve ilişkilerinde sağlıklı kararlar alıp verebilen ve karşılaştıkları zorluklar karşısında güçlü tutumlar sergileyebilen bir bağlanma stili olarak görülmektedir (Erözkan, 2011; Kesebir vd., 2011).

**Kaçınan Bağlanma:** Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerinde takıntılı, kıskanç ve huzursuz bir yapıda oldukları görülmektedir. Bu stile sahip bireylerin sık sık duygusal iniş çıkışlarının olduğu belirtilmektedir (Hazan ve Shaver, 1994).

**Kaygılı-Kararsız Bağlanma:** Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerinde sık sık öfke, kaygı ve stresli oldukları görülmektedir (Terzi, 2014).

**Psikolojik Esneklik:** Psikolojik esneklik bireylerin yaşamış herhangi bir duruma takıntı yapmadan psikolojik işleyişlerini sürdürmesidir (Aslan ve Fulya, 2022).

## BÖLÜM II

### Kavramsal Temeler ve İlgili Araştırmalar

#### Romantik İlişki

Romantik ilişkinin temeli insanlığın var olduğu ilk günden beri diğer bireylerle ilişki kurmaya ihtiyaç duyduklarında ortaya çıkmıştır. Romantik ilişkiler denilince akla gelen arkadaşlık ilişkileri, ebeveyn ve çocuk ilişkisi, yakınları ile ilişkiler ele alınmaktadır. Ancak, bu ilişkiler ilişkinin yakınlık derecesine göre farklılık gösterebilmektedir (Yılmaz, 2022). Alanyazın incelendiğinde romantik ilişkinin farklı şekillerde tanımlarına rastlamak mümkündür. Geçmişten bugüne dek romantik ilişki üzerine yapılmış olan tanımlara bakıldığında Hatfield (1988), “bireylerin ilk yakınlaşmaları süresinde nasıl hissettiklerini, davrandıklarını ve düşündüklerini anlamaları, benzerlikleri ve farklılıkları öğrenmeye çalıştıkları bir süreç” olarak açıklamıştır. Moss ve Schwebell (1993) bireylerin her anlamda; duygusal, bilişsel, fiziksel olarak yaşadıkları yakınlaşma olduğunu öne sürmüştür. Sullivan (1953) bireyin kimlik gelişimi için kaçınılmaz bir süreç olduğunu ve bunu ilk olarak ergenlik dönemlerinde yaşadıklarını savunmuştur. Shaver, Hazan ve Bradshaw (1988) bebeklik döneminde güvenli bir şekilde başlayan bağlanma tipinin ileriki dönemlerde daha kolay ilişki kurabilen, daha mutlu olan, daha az sorun yaşayan ve sorun yaşarken daha başarılı çözümler bulabilen bireyler olduklarını ileri sürmüştür. Bunun aksine durumlar yaşayan ve kaygılı bağlanma geliştirmiş olan bireylerin romantik ilişki yaşadıkları süre içerisinde terk edilme ve kıskançlık krizleri yaşadıkları görülmektedir. Bunun yanı sıra, kaçınmacı bağlanma geliştirmiş bireylerin romantik ilişki yaşarken daha mesafeli ve daha soğuk oldukları belirlenmiştir.

Kılıç (2021)’ın ifadesiyle, “insanoğlu tek başına yaşamını sürdüremeyen ve öteki bireylerle yakın ilişkiye girme çabasında olan bir canlıdır.” Durmaz ve Ercan (2019)’ın bildirdiğine göre, “romantik ilişki veya bir diğer adıyla aşk, çoğu zaman bir kişinin diğerine karşı hissettiği duygudur.” Aşk duygusunun güven, saygı, yakınlık, bağlanma, sevgi gibi bileşimleri olması ve pozitif psikolojiye etkisi nedeniyle hem dünya da hem de Türkiye’de son yıllarda yapılan araştırmalarda daha fazla yer almaya başlamıştır (Güneri Yöyen ve Üney, 2020).

Romantik ilişki veya aşk insanların hayatlarına olumlu anlam katmalarından ve bunun bilimsel olarak ispatlanmasından dolayı son derece önemlidir (Atak ve Taştan, 2012). Diğer tüm yakın ilişkiler gibi romantik ilişkinin de psikolojik ihtiyaçların karşılanması, sevgi, aşk, bağlanma duygularının gelişmesi ve karşılıklı bağlanma gibi üç temel özelliğe sahiptir ve ne yazık ki, bazı romantik ilişkiler bu üç özelliğin tümüne sahip olamamaktadır (Kılıç, 2021). Kocaman (2019)'ın bildirdiğine göre, bireylerin diğer bireylerle ilişki kurarken, geçmişte yaşadıkları, kendini diğer bireylere kabul ettirme isteği, başkasından onay ihtiyaç duymadan kendini sergileyebileceği ortamda çevre koşullarına uyum sağlayabilecek tutumlar geliştirmek psikolojik iyi oluş ile ilişkilendirilmektedir. Bu yüzden, romantik ilişkinin sağlıklı olabilmesi açısından yaşanan ilişkiden zevk alma düzeyi oldukça önemlidir.

Aşk, kültürden kültüre, bireyden bireye farklı algılandıkça çok uzun yıllardan beri tüm kültürlerde ve tüm dünya da var olan ve hemen hemen her bireyin hayatı boyunca en az bir kere yaşadığı veya yaşamayı umut ettiği duygusal (romantik) ilişki durumudur. Romantik ilişki üzerine yapılan tanımlarda bu durumun geçici olduğu, kültüre göre şekillendiği, aşkın bileşenlerinin yer aldığı, 'seni her zaman seveceğim', 'senin her zaman yanında olacağım' gibi sözlerin yer aldığı söylenebilmektedir. Ancak, aşkta en önemli özellik aşkın bir süre sonra bitmesi veya nefret, öfke gibi zaman içerisinde farkı durumlara dönüşmesidir (Lee, 1988). Üngüder (2017)'in bildirdiğine göre, insanlar yetişkinlik dönemlerinde yakın ilişki kurmak için ihtiyaçları olan becerileri kazanarak başka bir bireye bağlanma eğilimi gösterir ve doyum alacakları romantik ilişkiye girer bu sayede, hayatları boyunca psikolojik olarak sağlıklı bireyler olma yolundaki en önemli gelişmenin temelini atmış olurlar. Bir başka deyişle, bireylerin kendi istekleri doğrultusunda, gönüllü olarak tercih ettikleri, bir başka bireye bağlanma, tutku, yakınlık gibi kavramları içinde barındıran bir birlikteliktir. Günümüzün en büyük sorunu derin ve kalıcı ilişkiler kuramamaktır. Bu bağlamda, yetişkin olmanın en önemli gelişimsel görevlerinden biri romantik ilişki başlatmak ve sürdürmektir. Atak ve Eryılmaz (2007), romantik ilişki başlatmanın beş önemli unsuru olduğunu ileri sürmüştür.

- Davranışsal yakınlık
- Benlik algısı
- Duygusal ve bilişsel yakınlık
- Kendini tanıma

- Romantik sözleşme

Literatürde yer alan romantik ilişki kuramlarından biri ise Sternberg (1988)'in üçgen aşk kuramıdır. Bu kuramda; bağlılık, tutku ve yakınlık olması gerektiği savunulmaktadır. Bağlılık; ilişkinin sürmesi için gösterilmesi gereken çaba ve adanmışlık, tutku; çiftlerin birbirini fiziksel ve cinsel olarak beğenip arzulamaları, yakınlık; bir ilişkide sıcak, samimi, fiziksel yakınlık ve romantizm gibi bileşenlerdir. Bu bağlamda romantik ilişkide bahsi geçen üç boyuttan hangisinin ağırlıklı olarak bulunduğunu gösteren yedi aşk türü olduğu öne sürülmüştür.1) sadece bağlılık (boş aşk), 2) sadece yakınlık (hoşlanma), 3) tutku (kara sevda), 4) bağlılığın henüz oluşmadığı, yalnızca tutku ve yakınlığın olduğu (romantik aşk), 5) tutku içermeyen fakat bağlılık ve yakınlık içeren (arkadaşça aşk), 6) tutku ve bağlılığın olmasına rağmen yakınlık içermeyen ahmakça aşk, 7) yakınlık, tutku, bağlılık gibi kavramların tümünü içeren ideal aşk olarak kabul edilen mükemmel aşktır (Santrock, 2011).

Ercan ve Yılmaz (2011)'ın bildirdiğine göre, romantik yakınlığın başlaması için cinsiyet önemli bir faktördür ve erkekler romantik yakınlığın başlamasına daha fazla çaba harcamaktadır. Türkiye'nin toplumsal yapısı incelendiğinde kadınların anne rolü oynadıklarını daha çok zamanlarını evde geçiren annelik iç güdüsü taşıyan bireyler olduğunu, fakat erkeklerin daha özgür ve bağımsız olarak yetiştirildikleri için aşkı veya romantik ilişkiyi başlatmada kadınlara göre daha yükümlü olduklarını görmekteyiz. Dolayısıyla romantik ilişkiye dair görüşlerin sosyal yapıdan etkilendiği anlaşılmaktadır.

Öngün ve Ünsal (2018), bireyleri yalnız yaşayamayan, romantik ilişkilere veya yakınlıklara ihtiyaç duyan canlılar olarak açıklamıştır. Yıldız, Okamay ve Artar (2017) yakın ilişkilerin kişisel gelişim üzerinde yararlı bir etkiye sahip olduğunu, yaşanan olumlu ve olumsuz durumların kişiyi gelişim aşamasından sonraki evrelere hazırladığını, gelecekte yaşayacağı ilişkilerde onlara yardımcı olacak beceri ve öğrenmelerine destek vereceğini ileri sürmüştür. Saçaklı (2019)'nın bildirdiğine göre, insanların romantik ilişki yaşamak istemesinin nedeninin mutlu hissetmek olduğunu savunmuştur çünkü partner bu aşamada oldukça duyarlıdır. Romantik ilişkinin ne olduğu, birey için ne anlama geldiğini anlamamanın dışında bireyin hayatındaki öneminin anlaşılması ve sağlıklı bir şekilde devam etmesi için çiftlerin yaşadıkları ilişkiden haz almaları gerekmektedir. Bunun nedeni, ilişkinin nasıl devam etmesi gerektiği, sürdürülebilir olup olmadığını göstermesidir (Özel, 2021).

Romantik ilişkilerin cinselliğin ve kimlik gelişiminin ilerlemesine yardımcı olmasının yanı sıra, aile içindeki değişimlere, kişilerin akranları ile yakınlaşmasına, akademik başarısının artmasına ve gelecek ile ilgili daha iyi kariyer planlaması yapmasına katkısı olacağı düşünülmektedir (Küçükarslan, 2011). Dolayısıyla, romantik ilişki içerisinde olan bireyler ergenlik döneminde kimlik arayışı olmadığından dolayı yakınlık, dostluk ve arkadaşlık kurabilir ve istismara yönelmek yerine ilişkisini sonlandırabilir (Taş, 2017). Aksi halde, baskıcı ve şiddet içeren, haz ve doyum vermeyen ilişkiler istismarcı eğilime sahiptirler. İlişki istismarının yanı sıra eş ve aile şiddeti veya istismarı, flört, sözlü, nişanlı, evli gibi her tür ilişkide yaşanan istismar romantik ilişki istismarı olarak ele alınabilmektedir (Atakay, 2014).

### **İstismar**

İstismar kelimesi Türk Dil Kurumu Sözlüğüne göre ‘bir kimsenin iyi niyetini kötüye kullanmak veya o kişiyi sömürme’ olarak geçmektedir (TDK, 2019). Bebeklik döneminden başlararak çocukluk, ergenlik, yetişkin dönemine kadar etnik köken, din, dil, ırk, kültür bakılmaksızın bir birey arkadaşları, aile üyeleri, öğretmenleri ve diğer tüm toplum üyeleri tarafından flört, romantik ilişki veya evliliğinde diğer partneri tarafından istismara uğrayabilir (Ersanlı vd. 2013). Dünya Sağlık Örgütü (2013)’nün istismarla ilgili yapmış olduğu tanıma göre, tarafların bilinçli bir şekilde veya isteyerek birbirine ya da taraflardan birinin diğerine karşı fiziksel bir güç kullanarak tehdit içeren veya zarar veren bir eylemde bulunmaları, öldürme, yaralama veya psikolojik olarak zarar verme gibi eylemlerde bulunmalarıdır. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF, 2000) tarafından yapılmış olan araştırmaya göre, dünya genelinde en yaygın görülen kadınların istismara uğradığı ve bu istismarın da türünün romantik ilişki istismarı olduğunu ileri sürmüştür ve bu çalışmada istismar kavramı, romantik ilişkide yetişkin bireylerden birisinin diğer partnerinin iyi niyetini kötüye kullanması olarak ele alınmıştır.

İstismar, bireyler üzerinde derin psikolojik izler ve etkiler bırakan travmatik bir olaydır. Alanyazın incelendiğinde istismarın farklı biçimlerde ortaya çıktığını ve yaşandığını görmekteyiz.

- **Fiziksel istismar:** Bu tür en kolay fark edilebilen istismar şeklidir. Bu yüzden, araştırmaların çoğu fiziksel istismar üzerine yoğunlaşmaktadır. Fiziksel istismar yaralama, acı verme veya tehdit içerir. Başbakanlık Genel Müdürlüğünün Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet (2009) araştırmasında elde edilen verilere göre tokat atma, birşey fırlatma, saç çekme, tokatlama, sürüklenme, tekmeleme, dövme, boğaz sıkma, yaralama, bıçaklama, tehdit etme ve öldürme gibi eylemlerin fiziksel istismar örnekleri olduğunu açıklamıştır. Tüm bunlara ek olarak, fiziksel güç kullanarak yaralamak, hasta etmek, hamile kadına yardım etmemek, işkence yapmak ve evden çıkması ile geri dönmesine izin vermemek gibi davranışlarda bulunmanın da fiziksel istismar örneği olduğunu açıklamıştır (Öztürk, 2007).
- **Cinsel istismar:** Bu istismar şekli Abraham (1999) tarafından partnerin izni olmadan cinsel ilişkiye girme, taciz veya tecavüz etme olarak tanımlanmıştır. Başbakanlık Genel Müdürlüğünün Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet (2009) araştırmasında zorla ilişkiye girmenin, kadının ret etmesine rağmen cinsel ilişkiye zorlanması, cinsel olarak küçük düşürücü veya aşağılayıcı davranışlarda bulunulması olarak örneklendirmiştir. Topçu (2009)'nun bildirdiğine göre, el ile taciz etme, cinsellik içeren konuşmalar veya mesajlar yazma, sıkıştırma, sözel veya yazılı olarak uygunsuz tekliflerde bulunma, dokunma, kucaklama, teşhircilik yapma gibi eylemlerdir.
- **Duygusal istismar (Psikolojik istismar):** Elle tutulur somut göstergesi olmayan istismar örneğidir. Bu istismar şeklinde fiziksel güç kullanılmamaktadır. Bu yüzden, duygusal ihmal diğer istismar türlerine göre ispat etmesi daha zor olmaktadır. Yüksek sesle bağırma, sevgi göstermeme, alay etme, küçümseyici veya aşağılayıcı şekilde konuşma, ilişkiyi sonlandırma ile tehdit etme gibi davranışlar örnek verilebilir. Bunların yanı sıra, başkaları ile aktiviteleri, telefon kullanımını sınırlandırma, özel eşyalara zarar verme, kısılandırma gibi eylemlerde bulunma dolaylı yoldan duygusal istismar örnekleridir. Aynı zamanda, fiziksel ve cinsel istismarla birlikte de görülebilir veya yalnız da olabilir. Çoğu zaman fiziksel veya cinsel istismar sona erse de duygusal istismar sürebilmektedir (Şimşek & Önder, 2011).
- **Finansal istismar:** Bu istismar başkasına ait fon veya kaynakların kullanılmasıdır. Ayrıca, parasal açıdan bireyin şiddete maruz kalması, maddi desteği onur kırıcı bir şekilde kullanması veya çalıştığı parayı özgürce harcamasına izin verilmemesidir (Gülen vd. 2013).



- **İhmalkâr istismar:** Bir bireyin diğer bireyi görmezden gelmesi, ilgilenmemesi, yok sayması olarak ifade edilmektedir (Yılmaz, 2022).

Romantik ilişkilerde cinsel, duygusal ve fiziksel olmak üzere üç tür istismar yaşanmaktadır. Duygusal istismar, fiziksel olmayan fakat hem sözlü hem de sözlü olmayan acı veren davranışları içermektedir. Fiziksel istismar, sakatlık, yaralanma, hasar, ölüm gibi sonuçlar ile neticelenen kasıtlı güç kullanılan eylemleri içerir. Buna örnek olarak; tokat vurma, itme, saç çekme, eşya fırlatma, tekmeleme verilebilir. Cinsel istismar, cinsel tacize veya saldırıya uğramak, partneri istemediği cinsel davranışlara zorlamaktır. Bu tür istismarlar sadece yüz yüze olmayıp, bilgisayar ağları üzerinden de son zamanlarda yaşanmaktadır (Bakır ve Kalkan, 2019). Romantik ilişki yaşama umuduyla bir yakınlığa giren taraflardan biri bazen şiddet ile karşılaşabilmektedir ve ne yazık ki, bu durum bireyin psikososyal gelişimine olumsuz etki yaratabilmektedir. National Institute of Justice (2000)'in yapmış olduğu tanıma göre, romantik ilişkide yaşanan şiddet istismar olarak tanımlanabilmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü (2019)'nün yayınlamış olduğu rapora göre, dünya geneline bakıldığında kadınlarda her 5, erkeklerde her 13 yetişkin bireyin birinde çocuk yaşta istismara uğradığı bildirilmiştir. Her dört yetişkinin birinin çocukluğunda fiziksel şiddete uğradığı, kadınlarda her 5, erkeklerde ise 13 yetişkinden birinin çocukken cinsel istismara uğradığı ortaya çıkmıştır. Bir önceki yılın verileri ile kıyaslandığında, dünya genelinde çocukların yüzde 23'ünün fiziksel, yüzde 36'sının duygusal-psikolojik şiddete, yüzde 26'sının cinsel istismara ve yüzde 16'sının ihmale maruz kaldığı belirlenmiştir. Bu yüzden, çocukken bu tür istismara maruz kalan yetişkinlerin sigara, uyuşturucu, alkol bağımlılığı, cinsel hastalık, depresyon gibi bir takım vakaların ortaya çıktığı görülmektedir. Tugay vd. (2018)'nin yapmış oldukları araştırmaya göre, yakın ilişkilerde çoğunlukla kadınların cinsel ve fiziksel istismara maruz kaldıkları fakat bunun kayıtlara çoğu zaman yansımadağı ortaya çıkmıştır. Erkeklerin ise çoğunlukla psikolojik (duygusal) istismara maruz kaldıkları belirlenmiştir.

Bu bağlamda, romantik ilişkilerde istismara uğrayan bireyler için yıkıcı sonuçların olduğu ancak, bu kişilerin kendinde var olan toparlama gücünü kullanarak üstesinden gelebileceği, olumsuz etkilerinden kurtulabileceği düşünülmektedir. Tunç (2015)'un bildirdiğine göre, günümüzde artan teknolojik gelişmelere bağlı olarak küçük sorunları büyütme, çiftlerin birbirine tahammül düzeylerinin giderek azalması, problem çözmekten kaçınmaları ve sosyal medyayı yaygın ve aktif bir şekilde

kullanmaları aşırı kıskançlık yaşamalarına, büyük tartışmaların yaşanmasına neden olabileceği gibi kişileri daha da zor, içinden çıkılamayacak durumlara sokabilmektedir. Bu durumda, istismara uğrayan ve istismar eden kişi romantik ilişkilerini kurtarmak ve sağlıklı bir hale getirmek için kendini ve ilişkisini toparlama gücüne sahip olması gereklidir. Özdaş (2017) bireyin kendisini toparlama gücünü zor süreçlerin üstesinden gelecek olumlu düşünceler ile yer değiştirmesi olarak açıklamıştır.

Romantik ilişkide yaşanan şiddetin bir başka örneği ise cinsel şiddettir. Yapılan araştırmalarda cinsel şiddet çoğu zaman fiziksel şiddetle birlikte bahsedilmiştir (Taşdemir-Afşar, 2015). Atakay (2014) cinsel şiddeti partnerin birinin cinsel ilişkiye girmek istememesine rağmen partneriyle zorla birlikte olmak olarak açıklamıştır. Bireyler evli bile olsa kişi ya da kişiler istemediği bir zaman ve yerde ilişkiye girmek için zorlanırsa bu da cinsel istismar sayılmaktadır (KAMER, 2015). Tolman (1989) romantik ilişkilerde taraflardan birinin diğerini yok saymasını, izole etmesini duygusal şiddet olarak açıklamıştır. Bu durum ile karşılaşan bireylerin kafa karışıklığı, duygusal yoksunluk, öz güven eksikliği, umutsuzluk, motivasyon eksikliği, depresyon, kendini suçlama gibi davranışların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Engel, 2006). Merrell (2001) romantik ilişkilerde yaşanan istismarı, ilişki içerisinde olan çiftlerin birinin diğerine veya karşılıklı olarak birbirilerine uyguladıkları fiziksel, psikolojik ve cinsel yol ile kontrol sağlama güç gösterme davranışı olarak ifade etmiştir. Ne yazık ki, istismar denildiği zaman akla ilk olarak fiziksel güç kullanma gelse de yaşamın her alanında karşımıza çıkabilen ve farklı şekillerde karşılaşabileceğimiz istismar davranışları ve modelleri vardır. Özellikle, son yıllarda bireylerin partnerlerini sosyal medya aracılığı ile takip veya taciz etmeleri siber flört istismar kavramını ortaya çıkarmıştır (Zweig vd. 2014).

### **Siber Flört İstismarı**

Teknoloji çağında olmamız nedeniyle, insanların iletişim kurma biçimlerindeki farklılık siber- flört istismar kavramını öne çıkarmıştır. Teknoloji kullanımının yetişkinlerin üzerinde olumlu ve olumsuzlukları göz ardı edilemez. Kişilerarası etkileşimi güçlendirdiği gibi partneri sürekli takip etmek, rahatsız etmek veya sürekli onlarla tartışmak için kullanılabilir. Sosyal medya kullanımı mesafeleri ortadan kaldırdığı gibi, sürekli iletişim halinde bulunmak istismar davranışlara imkan verebilmektedir. Teknoloji partnerlerin birbirini küçük

düşürmesine, aşağılamasına, gizlice izlemesine, korkutmasına, her yerde ve her zaman kolay ulaşılmasına olanak sağlaması nedeniyle istismar davranışları ve psikolojik rahatsızlıklar daha sık görülebilmektedir (Bakır ve Kalkan, 2019). Draucker ve Martsolf (2010) yapmış oldukları araştırmada flört için kullanılan internet iletişiminin çoğunlukla taciz, saldırganlık, kontrol davranışları ile bağlantılı olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, partnerlerden birinin eşlerinin mesajlarını okumak, Facebook hesaplarına girmek gibi istismar örnekleri yaşandığını ortaya çıkarmıştır.

Özellikle son yıllarda romantik ilişki yaşayan gençlerin %26'sının siber flört istismarına maruz kaldığı görülmektedir. Siber flört istismarı mağduriyetinin en önemli risk faktörleri kadın olmak, üzgün olmak, yüksek düzeyde öfke duymak, suçlu davranış sergilemektir. Gün boyunca telefon veya bilgisayarda zaman geçiren, alkol veya uyuşturucu kullanan, az sosyal olan, karşı cins arayışında olan, üzgün ve mutsuz olan bireylerin bu tür istismara maruz kalmaları daha yüksektir (Zweig vd. 2014). Dolayısıyla, bahsi geçen istismar türleri ile bağlanma kavramı arasındaki ilişkinin incelenmesi son derece önemlidir. Kişinin diğer kişiler ile ilişki kurarken ilişkisini şekillendirme biçimi, yaşamının erken döneminden itibaren yaşadığı duygular ile örüntülüdür. Bu yüzden, alanyazında yapılan çalışmalar saplantılı bağlanma ile istismarın arasında olumlu ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

### **Bağlanma**

Bu kuram ilk kez 1969 yılında John Bowlby (İngiliz psikiyatrist ve psikanalist) tarafından ortaya konmuştur. Bu kurama göre bebeğin güvenlik duygusunun psikolojik ve bedensel olarak gelişmesi bakıcısı ile arasında kurduğu bağla olan ilişkiyle alakalıdır (Çakmak, 2018). Pehlivan Türk (2004)'ün bağlanma ile ilgili yaptığı tanıma göre bakıcı ve çocuk arasında gelişen bu duygu, çocuğun bakım aldığı kişiden yakınlık arayışına girmesiyle stres halinde beliren dayanıklılık ve güçlü duygusal bağlıdır. Deniz (2006), bağlanmanın temelini bebeklik döneminde atılmasına rağmen yetişkinlik döneminde de davranışını etkileyebildiğini öne sürmüştür.

Psikolojide bağlanma, bireyin başka bir insana karşı olan duygusal bağı olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma kuramı insanların birbirlerine yakın davranışları ve bağlanmalarının psikolojik bir ihtiyaç olduğunu ve her insanın başka

bireyler ile güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminde olduğunu öne sürmektedir (Bowly, 1980). Bağlanma kavramını incelemek için bireyin bebekliğini göz önünde tutmakta yarar vardır. Örneğin; bebek doğduğu andan itibaren kendisine bakım veren ve ihtiyaçların karşılayan annesiyle yakınlık kurma motivasyonuna sahiptir. Dolayısıyla, bu durumda annenin bebeğin isteklerini karşılamada verdiği tepkiler, bağlanma ilişkisinin kalitesini belirlemede önemli bir yere sahiptir. Eğer anne bebeğin ihtiyaçlarına duyarlı ve doğru şekilde cevap verirse, bebeğin ihtiyaçları ile anında ilgilenirse bebek güvenli bağlanma deneyimi yaşar, fakat olumsuz tepkiler verdiğinde ihtiyaçları karşılanmayan bebeklerle güvensiz bağlanma deneyimi ortaya çıkar. Bu deneyimler neticesinde bebekte 'benlik' ve 'diğeri' kavramları gelişmeye başlar. Aynı zamanda, bebek bu süreçte 'İçsel Çalışan Modeller ve 'Bağlanma Temsilleri' gibi zihinsel tasarımları içeren modelleri kavrar. İçsel çalışan modelleri gelişen kişi, kendisinin sevilebilir olduğunu, inanç ve beklentilerinin karşılandığını, ihtiyacı olduğunda beklenti ve ihtiyaçlarının karşılandığını düşünür. İçsel çalışan modeller ile kişinin benlik duygusu gelişir. Başkalarına yönelik içsel çalışan modeller, başkalarıyla devamlı olarak olumlu ve sağlıklı ilişkilerin kurulmasını sağlar. Bunun yanı sıra, bireyin hayatı boyunca etrafında olup biten olayları nasıl değerlendireceğini, dikkatini ne gibi şeylere yönelteceğini ve nelerin unutulup nelerin hatırlanacağını belirler (Çeçen, 2017).

Bowlby annelerinden ayrılan çocukların sergiledikleri davranışları gözlemlediğinde bebeklerin karşı koyma (protest), çaresizlik (despair), kopma (detachment) gibi bir takım tepkiler verdiğini tespit etmiştir (Çakmak, 2018).

- **Karşı koyma (protest):** bebek kendisine bakan kişinin kendisinden uzaklaşmasıyla onu arar ve ağlar ve bu yüzden, kendisini sakinleştirmek isteyen bir başka kişiye ağlayarak tepki koyar.
- **Çaresizlik (despair):** bebek ağlayarak bir sonuç alamadığını hissettiğinde bağlandığı kişi geri gelmezse ümitsizliğe kapılır ve kendisini bastırılmış hisseder.
- **Kopma (detachment):** bebeğin bağlandığı kişi geri dönmediğinde bebek arayışından vazgeçer ve bağlandığı figürden kopar. Bağlandığı figür geri geldiğinde ise bebek tekrar bağlanmak konusunda kaygı duyar (Çakmak, 2018).

Literatürde yapılan araştırmalar içsel çalışan modellerin bireyin gelecekte yaşayacağı deneyimlerini, bulunacağı sosyal çevreyi ve bireyin üzerinde etkisi olabilecek olan önemli kişi ve olayları etkilediğini söyleyebiliriz. Bu yüzden,

bebeğin doğduğu andan itibaren annesi ile geliştirdiği ilişki ve bağ modeli bebeğin gelecekteki beklenti ve davranışlarını etkileyecektir. Dolayısıyla, içsel çalışan modeller bir bireyin hayatı boyunca yaşayacaklarına etki ettiği için son derece önemlidir (Çeçen, 2017).

### **Yetişkinlerde Bağlanma**

Bebeklik dönemini geride bırakan ve hayatındaki olumsuzlukları geride bırakan birey olumsuz olaylar karşısında nasıl bir tavır sergileyeceğini ve nasıl mücadele edeceğini öğrenir ve ergen döneminde birincil bağlanma figürüne karşı bağlanma duygusu azalır. Ergen olan bir bireyin bilişsel, davranışsal ve duygusal gelişiminin yanı sıra, kendisini ve bağlanma figürlerini tanımaya, onlara anlam yüklemeye odaklanır. Bu dönemde gelişen ve değişen sosyal çevresi nedeniyle ailesine karşı geliştirdiği bağlanma davranışı yeni oluşan çevresi ile değişmeye başlar (Ateş ve Erdem, 2020). Bebeklik döneminde temeli oluşturulan bağlanma, ergenlik ve yetişkinlik döneminde bireyin sosyal ilişkilerinde varlığını hissettirmeye başlar ve ilişkilerine yansır (Şendil, 2012). Çocukluk döneminden yetişkinlikte yaşanan bağlanma durumunu birbirinden ayıran üç özellik vardır. 1) Çocukluk döneminde anne ile olan bağlanmanın sonrasında eşler arasındaki bağlanmaya dönüşmesi, 2) Yetişkinlik dönemindeki bağlanma çocukluk dönemindeki bağlanma gibi davranışsal sistemler üzerine kurulmaması, 3) çocukluk dönemindeki bakım, ihtiyaç ve güvenliğe dair ilişkinin yetişkinlik döneminde yerini cinsel içeren bağlanmaya bırakmasıdır (Ateş ve Erdem, 2020).

Berman ve Sperling (1994)'in bildirdiğine göre, yetişkinin bağlanması bireyin psikolojik ve fiziksel güvenlik arayışında sosyal ilişkisinde yakınlık arama, temas kurma ve kurduğu ilişkiyi sürdürme çabası olarak ele alınmalıdır. Yetişkinlerde yaşanan bağlanma stili, anne ve bebek arasında oluşan ikili ilişkiden beslenerek etkileri yetişkinlik dönemine kadar uzanan bir olgu olarak kabul edilmektedir ve aynı zamanda bu durum bireyin partneri ile yaşayacağı ilişki kalitesini etkilemekte ve duygusal ve sosyal ilişkisine yön vermektedir (Erben ve Çalışkan, 2015). Bağlanma stillerini temellendiren dört farklı bağlanma stili Bartholomew ve Horowitz tarafından 1991 yılında ortaya konulmuştur. Bunlar; kaçınan, korkulu, saplantılı ve güvenli olarak tanımlanmıştır. Şekil 1'de bağlanma stilleri görülebilmektedir.

		BENLİK MODELİ ( BAĞIMLILIK)	
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (yüksek)
Pozitif (Düşük)	BAŞKALARI	<b>GÜVENLİ</b> Diğerleriyle yakın olmada rahat, kendine güvenen.	<b>SAPLANTILI</b> İlişkilerinde saplantılı.
		<b>KAYITSIZ</b> Samimiyete karşı kayıtsız ve karşıt bağımlı.	<b>KORKULU</b> Yakın olmaktan ve sosyal olmaktan korkup kaçınan.
Negatif (Yüksek)	(Kaçınma)		

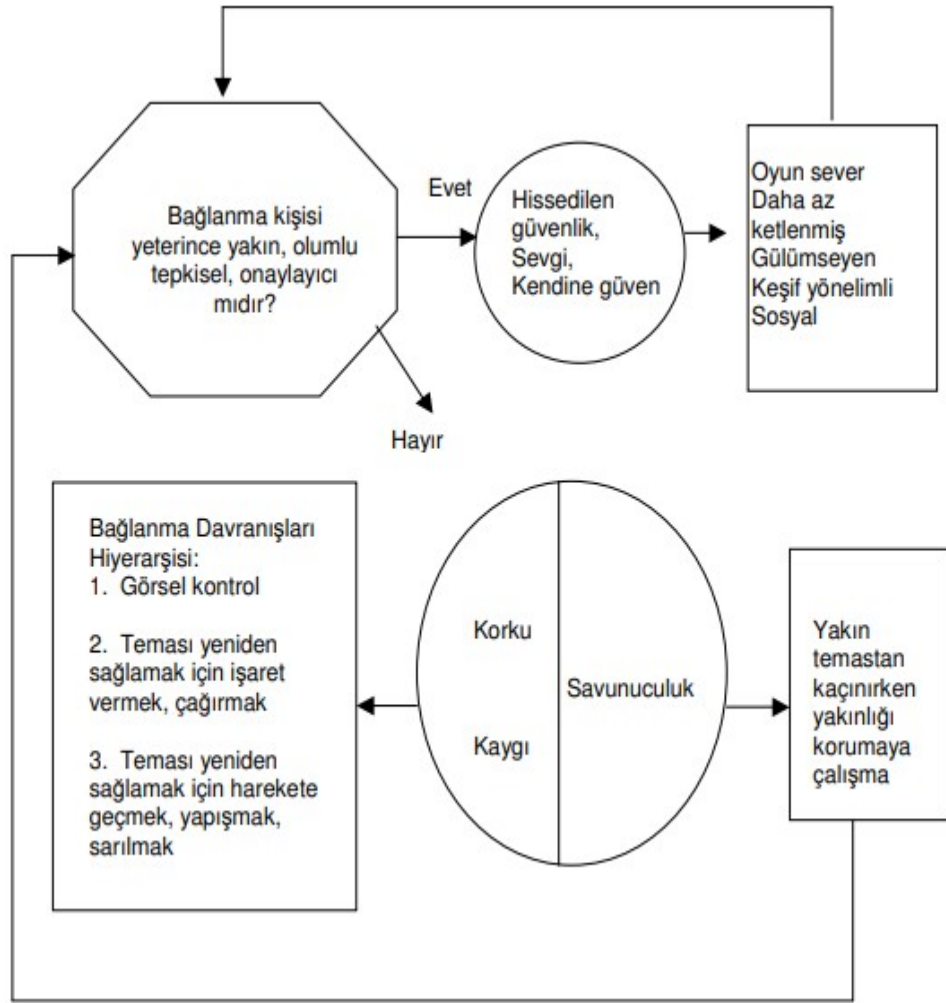
*Şekil 1. Bağlanma Modeli (Çakmak, 2018).*

- **Kaçınan Bağlanma:** Bu bağlanma stilinde yüksek düzeyde kaçınma ve düşük kaygı söz konusudur. Bağımsızlık bu tür için önemlidir ve bu yüzden, birey öz değerlerinin zarar görmesini engellemek amacıyla diğer bireyler ile yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar (Pietromonaco vd. 2013). Olumsuz duygulardan kurtulmak isteyenler öz benliklerini üst düzeye çıkartabilecek olan işlerle meşgul olmayı seçerek işkolik diye kategorize edilirler (Kart, 2002).
- **Korkulu Bağlanma:** Bu tür bağlanma stili bireyin kendini ve diğer bireyleri sevmeye değer görmemesinden ortaya çıkar. Bireyin kendisi ve başkasını olumsuz algılamasıdır. Bu tür bağlanma stili geliştiren bireyler annesinden beklediği ilgiyi göremeyen veya annesi ile istediği ilişkiyi geliştiremeyen, annesinin sürekli eleştirici, sert ve reddedici davranışlarıyla karşı karşıya gelen bireylerdir. Dolayısıyla, hayal kırıklığı ve reddedilme bu bireyleri diğer bireylerden uzak tutmakta ve başkalarına karşı olumsuz duygular geliştiren bireyler içlerinde yalnızlık duygusu geliştirmektedir. Bu bireyler depresyona daha meyilli olmaktadır (Çeçen, 2020).
- **Saplantılı Bağlanma:** Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler kendilerinin davranışlarını olumlu diğer bireylerin davranışlarını olumsuz olarak göstermektedirler. Bu bireyler olumsuzluklar ile karşılaştıklarında daha fazla stress ve kaygı yaşarlar. Bu bireyler genellikle, annesi tarafından duyarsız, tutarsız ve ilgisiz davranışlara maruz kaldıkları için değersizlik hissini yoğun olarak yaşarlar ve bu yüzden, reddedilme korkusuyla başkalarının onayına ihtiyaç

duyarlar. Diğer bireylerin onayına ihtiyaç duyan saplantılı bireyler hayal ürünü beklentileri içerisinde girerek, takıntılı davranırlar. Annelerinden öğrendikleri sevgisiz, tutarsız, eleştirel davranışlar neticesinde kendi çocuklarının veya kendi ilişkilerinin ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalırlar (Yörükan, 2011).

- **Güvenli Bağlanma:** Bu bağlanma stili toplumda birçok bireyin sahip olmak istediği yetişkin modelidir. Bebeğin annesiyle oluşturduğu yakınlık, rahatlık ve güven duygusu güvenli bağlanmayı oluşturur. Bu stile sahip olan bireyler kendileri ve başkaları için pozitif algılar geliştirir. Güvenli bağlanan bireyler empati duygusu gelişmiş, pozitif algıya sahip kişilerdir. Karşılarındaki bireyler ile kuvvetli ve tatmin edici iletişim kurarak sevgisini hissettirebilen aynı zamanda hissedebilen ve olumlu davranışlar sergileyen kişilerdir. Ancak, bu kişilerin hayatlarında hiçbir sorun yoktur gibi algılanmamalıdır. Bu kişiler bir olayla karşılaştıklarında olayları değerlendirme, algılama ve mücadele ederken daha yapıcı ve güçlü tavırlar sergilemektedirler (Kesebir vd. 2011).

Bağlanma stilleri içerisinde en çok istenilen durum güvenli bağlanmadır. Bu bağlanma stiline sahip olanlar daha az duygusal yıpranma ve acı çeker diye düşünmek yanlıştır. Bu kişiler karşılaştıkları olumsuz olayların üstesinden güçlü bir şekilde gelerek normal hayatlarına daha hızlı dönerler. Doğumdan itibaren bulunduğu çevrede sosyal ilişkilerini ve iletişimini daha kolay ve güvenli bir şekilde sürdürür. İnsan yaşamında önemli bir dönem olan ergenlik veya yetişkinlik birçok sorunu da beraberinde getirmektedir. Fiziksel ve biyolojik değişim ve gelişimler neticesinde birey sıkıntılı ve karmaşık bir döneme girer ve bebeklik döneminde oluşan ve gelişen bağlanma davranışı bu dönemde de devam ederek birey okul, aile, arkadaş ve çevresindeki birçok kişiye yansıtmaya başlar. Bebeklik döneminde geliştirdiği bağlanma duygusu ergen döneminde fiziksel yakınlık arayışıyla ihtiyacı olduğunda endişe, korku gibi duygularını bir figüre bağlanarak paylaşma şekliyle ortaya çıkar (Damarlı, 2006). Keskin ve Çam'ın (2009) bildirdiğine göre, bağlanma süreci ergen ile ailesi arasındaki ilişkiyi de etkilemektedir. Ergen bir bireyde güvenli bağlanma stili gelişmişse ailesi ile olumlu ilişkiler içinde olur. Aksi durumda, ergen ile aile problem yaşar. Ailelerinin onların birey olduğunu kabul etmediklerine inanan bir tutum içinde olurlar. Şekil 2'de bir başka bağlanma sistemi görülmektedir.



Şekil 2. Bağlanma Sistemi Modeli (Görünmez, 2006).

## Bağlanmayı Açıklayan Kuramsal Görüşler

### Psikanalitik yaklaşıma göre bağlanma

Bu kuram yaşamın ilk evresinde bebeklerin içgüdüsel doyum almalarının merkezinde annenin bebeğini emzirmesi yani oral bölgenin olduğunu açıklık duygusunun bu şekilde aşılabileceğini vurgulamıştır. Holmes (1993)'un bildirdiğine göre, Freud benzer bir şekilde bebeklerin mutlu olmalarının oral aktivitelere emzik emme, yemek yeme gibi eylemlere bağlı olduğunu öne sürmüştür. Bu nedenle, Freud'un dörtlü kuramına göre bebekler ben merkezli, diğer bir deyişle birincil narsisizm dünyasında yaşar. Bu yüzden, kaygılarının azaltılması ve sahip oldukları fiziksel enerjinin dışa atılması için anne aracı rolü üstlenmektedir. Bu süreçte, anne ve bebeğin beslenmesinde bir doyum kaynağı bir bağ olarak görülmektedir ve bebek pasif bir rol üstlenmektedir. Anne is bebek için bir bağ figürü üstlenmektedir. Bu durumun yanı sıra, bebeğin ihtiyaçlarının giderilmesiyle, annenin sevgi dolu, duyarlı,



hoşnut yaklaşmasıyla, bebekte güven duygusu oluşur ve kaygı durumu azalır. Bu aşamada anne ile kurulan bağ bebeğe güvenlik hissi verir ve dış dünyaya yönelmesine ve ego duygusunun gelişmesine temel hazırlar. Bu noktada, çocukta oluşan güvenlik hissi ileriki hayatında sağlıklı ilişkiler kurmasına zemin hazırlamaktadır (Görünmez, 2006).

### **Davranışçı yaklaşıma göre bağlanma**

Bu kurama göre, çocukların davranışlarının temelinde bir dizi uyarıcı- tepki mekanizması vardır. Organizma açlık gibi temel bir dürtüyü karşılayan birincil pekiştireçtir. Dolayısıyla, bebek için önemli bir görev üstlenen bu pekiştirecek ile bebeğin ihtiyacı olan şeyler anne tarafından tekrar tekrar karşılanınca ve bebek bunu algılayınca anne ikincil pekiştireç olur. Bir başka ifade ile annenin tekrar tekrar bebeğin ihtiyacını karşılaması öğrenilen veya ikincil dürtü olarak kabul edilmektedir. Bu durumu ispatlamak için Harlow ve Zimmerman (1959) tarafından maymunlarla bir deney yapılmıştır ve bu deneyde maymun bebekler doğduğu andan hemen sonra anne maymunlardan ayrılarak bir kısmı telden yapılmış maymunlar tarafından, diğer kısmı ise kumaştan yapılmış maymunlar tarafından beslenmiştir. Deney sonucunda, yavru maymunların kumaşla kaplı maymunlar tarafından beslenmeyi daha çok tercih ettikleri görülmüştür. Bu sonuç ise bağlanma davranışının oluşumunun dokunmayla geliştiğini ve beslenmeden daha iyi sonuç verdiği, daha etkili olduğu anlaşılmıştır. Hem davranışçı yaklaşım hem psikanalitik yaklaşımlarda bebeğin anne tarafından beslenmesinin önemi vurgulanmaya çalışılmıştır. Ancak, bağlanma duygusunun gelişimi için sadece beslenmenin yeterli olmadığı da bu deneyle ispatlanmıştır (Görünmez, 2006).

### **Bebekliğin Ötesinde Bağlanma**

Bağlanma sisteminin çok fazla değişiklik göstermemesine rağmen, yetişkinlerin bağlanması bebeklerin bağlanmasına göre değişiklik gösterebilir. Literatürde yer alan birçok çalışma bağlanmanın bebek yaştan itibaren başladığını, bir kişinin bakım verdiğini, ötekinin aldığını ve bakım alanın güvenlik arayışı içinde olduğunu ileri sürmüştür. Yetişkinlerde ise bu durum tersinedir. Yetişkinlerde yaşanan bağlanma durumu genellikle karşılıklıdır. Her eş bakım veren ve alandır. Yetişkinlerin birbirine dokunması, fiziksel teması, kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olmakla birlikte üç davranışsal sistemin bütünlüğünü

içermesi gereklidir: bakım, cinsel birleşme ve bağlanma (Dönmez, 2000). Bebeklik sürecinden sonra oluşabilecek yakın ilişkilerde duygusal zincir oluşmalı ve bireylerin birbirine karşı her anlamda yakın olmaları söz konusudur. Yakın olan ve arada güçlü bağ olan ilişkiler, eşleri ile olan ilişkilerinde rahatlık arayışına girerler, güven hissederler. Bunun yanı sıra, yetişkinlerde bağlanma bebek ve ebeveyn arasındaki bağlanma veya romantik çiftler arasındaki bağlanma arasında farklılıklar olduğu göz ardı edilemez (Görünmez, 2006). Şekil 3' de bağlanmanın hiyerarşik olarak sıralaması görülmektedir.

<b>Gelişimsel Evre</b>	<b>Ana Baba</b>	<b>Akranlar</b>
<b>Bebeklik</b>	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenceli üs	-
<b>Erken Çocukluk</b>	Güvenli sığınak Güvenceli üs	Yakınlığı koruma
<b>Geç Çocukluk ve Erken ergenlik</b>	Yakınlığı koruma Güvenceli üs	Güvenli sığınak
<b>Yetişkinlik</b>	-	Yakınlığı koruma Güvenli sığınak Güvenceli üs

*Şekil 3: Bağlanma Aktarım Süreci Modeli (Görünmez, 2006)*

### **Bağlanma İle İlgili Yapılmış Bazı Araştırmalar**

Gezer (2001) 408 üniversite öğrencisinin yapmış olduğu araştırmada ergen bireylerin aileleri ile aralarındaki bağlanma stillerini incelemiştir. Araştırma sonucunda aile ortamında uyum olmayan bireylerin saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stili geliştirdikleri, aile uyum düzeyi yüksek olan bireylerin güvenli bağlanma stili geliştirdikleri tespit edilmiştir.

Keser (2006) yürütmüş olduğu araştırmada çocuk yetiştirirken anne ve baba tutumlarının rolünü irdelemiştir. Araştırma sonucunda annede var olan bağlanma stiline çocukla oluşturulan ilişkiye de etki ettiği saptanmıştır. Güvenli bağlanma

stiline sahip olan annenin çocuğunu ilgili, davranışlarını daha çok tolere edebilen ve sıkı kontrolün düşük düzeyde olduğunu göstermiştir. Güvensiz bağlanma oluşan kişilerde ise annelerin daha sınırlayıcı ve daha kontrolcü olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Yıldırım (2009) bağlanma stilleri ile bağışlama arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında sorumluluk yüklemenin rolünü ele almıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, güvenli bağlanma stiline sahip olan bir bireyin daha bağışlayıcı olduğu sonucuna varılmıştır.

Bacaksız (2011) yapmış olduğu araştırmada boşanma sürecine giren 100 kişinin bağlanma stilleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi irdelemiştir. Kişilerin bağlanma stilleri ve iletişim becerilerini incelenmesi neticesinde erkeklerin kadınlara göre daha güvenli bağlanma stiline, kadınların ise erkeklere göre daha çok korkulu bağlanma stili geliştirdiklerini tespit edilmiştir. Güvenli bağlanma stiline sahip olan bireylerin evliliklerinde karşılaştıkları sorunları daha kolay ve başarılı bir şekilde çözdükleri ve boşanma kararını almak için acele etmedikleri anlaşılmıştır.

Altundağ (2011) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmada bağlanma stilleri, stresi algılama ve stresle başa çıkma davranışlarını incelemiştir. Bağlanma stilleri cinsiyete göre incelendiğinde erkeklerin genellikle saplantılı ve güvenli bağlanma stiline sahip oldukları, stres algı düzeyi daha az olanların güvenli bağlanma düzeyi yüksek, daha fazla algılayanların daha fazla korkulu bağlanmaya sahip oldukları belirlenmiştir. Güvenli bağlananların stresle daha iyi bir şekilde baş edebildikleri, korkulu bağlananların stresle baş edemedikleri görülmüştür.

Aydoğdu (2013) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmada bağlanma stilleri ile başa çıkma stratejileri ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi irdelemiştir. Elde edilen sonuçlar neticesinde psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılık gösteren bir kavram olmadığı tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılığı olan kişilerin ortaya çıkan stres ve kaygı durumları ile başa çıkmanın üç farklı stratejisi olduğunu öne sürmüştür. Diğer bir sonuç ise, kişilerin kayıtsız bağlanma stilleri ile dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin olumlu olduğudur.

Ünlü (2015) anne babası boşanmış bireylerde yalnızlık, bağlanma stilleri ile benlik saygısını araştırmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre yalnızlık, benlik saygısı ve kaçınma düzeyi orta düzeyde olan katılımcıların kaygı düzeylerinin yüksek olduğu ve benlik saygısı yüksek olan kişilerin daha yalnız olduğu daha fazla kaçındıkları ve daha az kaygı hissettikleri tespit edilmiştir.

Ekşim (2016) yürütmüş olduğu araştırmada erken dönem uyumsuz şemalar ile bağlantı stilleri arasındaki ilişkiyi irdelemiştir. Çalışmanın sonucunda kadınların daha fazla kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları, bölgeye göre ailelerin çocuklarına yükledikleri anlam ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Kaygılı bağlanma stili ve eğitim arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğunu ve kaçınan bağlanma ile eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı anlaşılmıştır.

### **Psikolojik Esneklik/Sağlamlık**

Bireyin geçmiş ve geleceğe takılı kalmadan içinde bulunduğu an ile temas etmesi ve belirlenmiş doğrular ile davranışlarını gerçekleştirmesidir. Bu tür esneklik içerisinde olan birey bağlamsal benlik, ayrışma, kabul, an 'da olmak, değerler ve değerler doğrultusunda ortaya çıkan davranışlar şeklinde ortaya çıkar. Bireyin içsel yaşantısına, geçmişte acı veren deneyimlerine ve kaygılarına rağmen diğer benlik özelliklerini farkında olmaları psikolojik esneklik düzeylerini artırarak diğer değerlerini fark etmelerini mümkün kılar (Karakuş ve Akbay, 2020).

Literatür incelendiğinde psikolojik esneklik kavramıyla alakalı bir ölçeğe rastlanmamıştır. Ancak, Birleşme ölçeği ve bilişsel kaynaşma ölçeğinin kullanılmasıyla bireylerin psikolojik esnekliklerinin ölçüldüğü çalışmaların var olduğu görülmektedir (Gillanders vd. 2014). Bireyler hayatları boyunca birçok farklı durum veya problemle karşılaşmaktadır ve bunlar bireyin olumsuz duygular içerisine girmesine neden olabilmektedir. Bu yüzden, bireyler karşılaştıkları bu olumsuz durumlar karşısında duygularını fark ederek, olaylara gerçekçi bir şekilde yaklaşmaları ve yaşam kalitesini bozmadan devam edebilmesi son derece önemlidir. Duygularının bilincinde olmayan, yaptığı davranışların sorumluluklarını almayan bireyler karar verme aşamasında zorlanacak veya daha fazla problem yaşayacaklardır. Bu nedenle, psikolojik sağlamlık kavramı pozitif psikoloji açısından önemli bir yer tutmaktadır (Çakmak, 2018). Bu kavramın İngilizce karşılığına baktığımızda 'resilience' olarak geçtiğini görmekteyiz (Living English Dictionary, 2013). Benzer şekilde Redhouse İngilizce- Türkçe sözlüğünde ise, "çabuk iyileşme, direnç, dayanıklılık, esneklik ve zorlukların üstesinden gelme gücü olarak geçmektedir (Redhouse Resimli Sözlük, 2008).

Aydoğdu (2013)'nin bildirdiğine göre, psikolojik esnekliğe sahip olan bir kişi yaşadığı olumsuz durumlar veya travmalar karşısında çevre şartlarına uyum

sağlayabilecek kişilik özelliklerine sahiptir. Aynı zamanda, stres yaratan durumlar veya olaylar karşısında kaçınma davranışı eğilimine girmeyen, bunun yerine planlı ve programlı bir şekilde problemleri çözmeye çalışan, etkili bir şekilde başa çıkma yöntem ve stratejilerini kullanabilen bireyledir. Literatürde yapılan araştırmalar bu özelliğe sahip olan kişilerin stresli olayları fırsata çevirdikleri, yaşadıkları olumsuz olaylardan hızlı bir şekilde kurtulup eskisinden daha iyi bir duruma gelebilecekleri, iletişim becerileri yüksek, sosyal yönleri güçlü, kendini etkili bir şekilde ifade edebilen bireyler olduğunu vurgulamıştır (Çakmak, 2018). Bunların yanı sıra, yüksek özgüvenli, özdenetim sahibi, mutlu ve iyimser kişilerdir (Toprak, 2009). Fakat, psikolojik esnekliği etkileyen bir takım faktörlerin olduğu unutulmamalıdır.

### **Risk Faktörleri**

Sıkıntılı ve zorlu geçen durumları belirtmek için kullanılan bu terim özellikle çocuk ve genç olan bireylerin okulda devamsızlık yapmasına, okuldan ayrılmasına, suç işlemesine, boşanma sürecinde olan veya boşanma sonrası ebeveyn çatışmaları neticesinde olumsuz etkilenmeleri olarak ele alınır. Risk faktörleri bireysel, çevresel (toplumsal) ve ailesel olarak 3'e ayrılmaktadır (Çakmak, 2018).

### ***Bireysel Risk Faktörleri***

Bireylerin kişisel özellikleri ile alakalıdır. Güven yetersizliği, düşük zeka düzeyi, kaygılı bir kişilik, uyumsuz tavırlar, sağlık problemleri ve problem çözme becerisinin olmaması gibi durumları içermektedir (Gündaş, 2013).

### ***Çevresel/Toplumsal Risk Faktörleri***

Aile ve birey dışında kalan faktörlerdir. İşsizlik, göç, sosyo-ekonomik seviye düşüklüğü, okulda veya evde yetersiz hizmet görme durumudur (Tümlü ve Receptoğlu, 2013).

Tüm bu gelişen risk faktörlerine karşın zorlukların etkilerini azaltmak veya minimize etmek için bireyler koruyucu faktörler geliştirerek, olumsuzluklar karşısında sağlıklı bir şekilde uyum göstermelerine fırsat verir. Kararımak (2006)'ın bildirdiğine göre, koruyucu faktörler risk faktörleri ile zıt kutuplardır. Bu nedenle, koruyucu etkenler psikolojik esnekliğe katkı sağlar ve stresin azalmasına yardımcı

olur. Bu yüzden, risk faktörleri gibi koruyucu faktörler de bireysel koruyucu faktörler, çevresel/toplumsal ve ailesel olmak üzere 3 boyutta ele alınır (Başak, 2012).

### **Bireysel Koruyucu Faktörler**

Bireysel koruyucu faktörler birçok insanda var olan ve olumsuz durumlar karşısında ortaya çıkan, bireylerin olumsuz durumlardan sağlıklı bir şekilde çıkmasına neden olan, iletişim becerilerini etkili kullanan, sorunları önceden fark edip çözen ve bireye yardımcı olan özelliklerdir (Şahin, 2014). Psikolojik esneklikle alakalı olan bu faktörler akademik beceriler, özsaygı, empati, yüksek zeka, pozitif bakış ve problem çözme becerilerine sahip olma şeklindedir (Murray, 2003).

### **Çevresel/Toplumsal Koruyucu Faktörler**

Ergen bireyin sosyal çevresi ile iyi ilişkiler geliştirmesi, başarılı okul deneyimi, güvenli ilişkiler yaşaması, nitelikli bir toplumda veya okulda yaşaması gibi faktörlerdir. Bu nedenle, bu faktörler aile dışında olan kurumların çocuğun gelişmesini desteklemesi ve onları olumsuz koşullara karşı desteklemesi olarak düşünülebilir (Başak, 2012).

Her iki faktörün de bir bireyin çocukluk döneminden itibaren sağlıklı bir şekilde yetişmesine yönelik katkı koyduğu ve psikolojik esneklik düzeyini artırdığı anlaşılmaktadır. Tüm bunlara rağmen olumsuz etkilenen bireyler ruhsal açıdan sorunlar yaşamakta ve psikolojik esneklikleri azalmaktadır. Bu yüzden, olumsuz şartlarda veya risk altında büyüyen bireylerin hayatta başarılı olmaları ve sağlıklı gelişmeleri için psikolojik açıdan esnek olmaları için hem risk faktörlerini hem de koruyucu faktörleri bilmeleri önemli ve gereklidir (Öz ve Yılmaz, 2009). Psikolojik esneklik veya bilişsel esneklik bireylerin ruh sağlığını güçlendirmede ve korumada ve bireyin hayatı boyunca karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmada önemli bir yer tutmaktadır. Canas vd. (2003)'ri psikolojik esnekliği bireyin beklenmedik anlarda gelişen yeni durumlara göre uyum sağlayabilmek olarak ifade etmiştir. Bedel ve Ulubey (2015) her insanın hayatı boyunca karşılaşacağı ufak tefek sorunların olacağını öne sürmüştür. Ancak, farklı bir yaklaşım ile yaklaşırsa, birey esnek bir yaklaşımla sorunun çözüleceğine inanırsa daha dirençli olur, hayatın akışına ayak uydurursa daha başarılı sonuçlar elde edebileceği vurgulanmıştır (Bedel ve Ulubey 2015). Eskin (2014)'in bildirdiğine göre, bilişsel esneklik davranışsal, duyuşsal ve bilişsel öğelerin tümünü kapsamaktadır. Örneğin; birey bir sorun için farklı

çözümlerin olduğunu farkındaysa fakat farkında olmasına rağmen bir çözüm bulamıyorsa, farklı davranamıyorsa bilişsel esnekliğe sahip olduğu tam olarak söylenemez. Stevens (2009) bilişsel esnekliği bireyin bir takım koşullara uyum sağlayabilmesi, belirli bir düşünceden bir diğer düşünceye geçebilme becerisine sahip olması ve sorunlara çok çeşitli yöntemlerle yaklaşma potansiyeline sahip olması olarak açıklamıştır.

Bu bağlamda psikolojik esnekliği yüksek olan bireylerin çevre koşullarına göre düşüncelerini değiştirebilme becerileri sayesinde karşılaştıkları tüm zorluklar karşısında uygun seçenekleri göz önünde bulundurarak zorlukların kolaylıkla üstesinden gelebildiklerini öne sürmektedir. Kısacası psikolojik esnekliğe sahip olan bir kişi dengesizlik teşkil eden düşüncelerini uyumlu düşüncelerle değiştirebilen, farklı yollar deneyerek üstesinden gelebilen, zorlukları tehdit olarak algılamak yerine onları fırsata çevirebilen ve böylelikle daha az sorun yaşayan bireylerdir (Toksöz 2018). Bu kişiler daha uyumlu, daha az saldırgan ve daha az öfkelidir. Aynı zamanda, literatürde yer alan çalışmalar bu kişilerin daha öz güvenli, daha toleranslı, daha atılgan ve daha fazla sorumluluk sahibi olduğunu göstermektedir (Diril 2011). Psikolojik esneklikle ilgili literatürde yer alan çalışmalarda cinsiyet, kişilerarası ilişkilerde esneklik, yeni durumlara uyum sağlama, eleştirel olma, kaygı, saldırganlık, karşılıklı toleranslı olma, ilişki doyumu, algılanan stres seviyesi, iç görü ve kendini yansıtma, merhamet, sorun çözme becerisi, mutluluk, travma sonrası stres, yaşam doyumu gibi kavramları ele aldığı görülmektedir (Çikrıkci 2018; Singh ve ark. 2021; Doğan-Laçın ve Yalçın 2018; Chung ve ark. 2012).

Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda insan yaşamının göz ardı edilemeyecek kadar büyük bir kısmını ilişkilerin şekillendirdiğini ve bu yakın ilişkilerin bireylerin psikolojik ve fizyolojik gereksinimleri düşünüldüğünde romantik ilişkiler akla gelmektedir. Dolayısıyla, insanların biyolojik, sosyal ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanma sürecinde ortaya çıkan pozitif ve negatif gelişmeler bireylerin uyum düzeyini etkilemektedir (Karabaşak, 2019). Bu nedenle, bağlanma stillerinin psikolojik esneklik düzeyine etki ettiği anlaşılmaktadır. Dağ ve Gülüm (2013) yapmış oldukları çalışmada, psikolojik esnekliğin güvensiz bağlanma ve psikopatoloji belirtileri olan ilişkiyi dengeleyici rolü üstlenmediğini ve bağlanma stilleri ile psikolojik esnekliğin önemli bir rolü olduğunu ileri sürmüştür. Psikolojik esnekliğe sahip olan bireyin başarılı bir şekilde olumlu yakın ilişkiler kurduğu ve sürdürebildikleri, yaşamlarından daha fazla haz aldıkları ve gelişimsel dönemlere

daha kolay uyum sağlayabildikleri vurgulanmaktadır (Adamczyk ve Segrin, 2016). Bilindiği üzere romantik ilişkiler içerisinde olan bireylerin her zaman partnerleri ile uyumlu bir ilişkileri olduklarını söylemek mümkün değildir. Bu yüzden, bu ilişkilerin çoğunda çatışmalı ve stresli dönemlerin olduğu bilinmektedir. Bu dönemler de ilişkinin doyumunu ve sağlıklı ilerleme sürecini azaltabilmektedir. Bu bağlamda, literatür incelendiğinde romantik ilişkilerde sağlıklı ilerleyememenin veya ilişkiden yeterince doyum alamamanın nedeninin bebeklikten itibaren gelişen bağlanma stillerinin ve psikolojik esneklik düzeyinin etkili olduğu görülmektedir (Saraç vd., 2015). İlişkilerde çatışmanın olması kaçınılmazdır ve bunun en büyük sebebi de bireylerin bebeklikten itibaren geliştirdikleri duygular, düşünceler ve olayları anlama, yorumlama, tolere etme, tepki verme şekillerine göre değişebilmektedir (Topkaya vd., 2021). Bireylerin bebekliğinden itibaren yetiştirilme tarzları ilişkilerinde birbirlerine nasıl davranacaklarını veya birbirlerine nasıl bağlanacaklarını belirleyen unsur olmanın yanı sıra duygu ve düşüncelerini de etkilemektedir ve işte bu durumda, psikolojik esneklik önemli bir rol üstlenmektedir (Kemer vd., 2016).

Dolayısıyla, kişilik özelliklerinin yanı sıra, romantik ilişkilerde ortaya çıkan süreçleri etkileyen bir diğer etken psikolojik esneklik durumudur. Bu özelliği gelişmiş olan bireyler ilişkilerinde ortaya çıkan sorunlara daha farklı tepkiler vermeyi başararak, doğru iletişim ve bağ modeli oluşturarak, öz güvenleri sayesinde farklı stratejilerle ilişkilerini daha sağlıklı bir şekilde yürütebilmektedirler. Psikolojik esneklik psikolojik iyi oluş olarak da tanımlanabilmektedir (Dersuneli ve Tolan, 2022). Gelişimsel ve psikolojik kuramlar bireylerin romantik ilişkilerinde bebeklikten itibaren karşılarındaki bireylerle kurdukları bağın önemli olduğunu ve ileriki dönemlerde de çevrelerinde bulunan herkes ile ilişki dinamiklerine etki ettiğini bu sebeple, romantik ilişkilerde gelişen istismar davranışı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin önemli rol üstlendiği ve bireylerin sağlıklı ilişkiler geliştirebilmeleri için sağlıklı iletişim kurmaları gerektiği psikolojik esneklik düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Kurt, 2019).



## BÖLÜM III

### Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde araştırmada belirtilen amaç yönergesine bağlı kalınarak araştırmanın modeli, evren örnekleme, veri toplama araçları, verilerin Toplanması ve verilerin Analizi ve yorumlanması bölümleri sunulmuştur.

#### **Araştırmanın Modeli**

Yapılan bu araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde maruz kaldıkları istismar davranışları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide, psikolojik esnekliğini aracı rolü incelenmiştir. Nicel araştırma yöntemleri kullanılan araştırmanın modeli ilişkisel tarama modeli olarak belirlenmiştir. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını ortaya koymak ve değişkenler arasındaki değişimleri belirlemek amacıyla kullanılan bir araştırma modelidir (Karasar, 2011).

#### **Evren ve Örneklem**

Evren, belirlenmiş bir probleme yanıt bulmak amacıyla oluşturulan, canlı ve cansız varlıkları içerisine alan büyük bir grup olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016). Bu araştırmanın evrenini Türkiye ve KKTC’de eğitimini aktif olarak sürdürmekte olan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem istenilen bilgilere ulaşılması amacıyla evrenden alınan sınırlı ve küçük bir parça olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk ve diğerleri, 2016). Bu araştırmanın örnekleme ise, Türkiye ve KKTC üniversitelerinde eğitimini sürdürmekte olan 501 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada belirlenen örneklem grubu için uygun ve elverişlilik örnekleme yöntemi seçilmiştir. Uygun veya elverişlilik (convenience) örnekleme; araştırmaya hız kazandıran bir yöntemdir. Çünkü bu yöntemde araştırmacı, yakın ve erişilmesi kolay olan bir durumu seçer. Bu örnekleme yöntemi çoğu zaman araştırmacının diğer örnekleme yöntemini kullanma olanağının olmadığı durumlarda kullanılır (Kılıç, 2013).

Araştırmaya örneklem olmuş grubun sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımları ise Tablo.1’de belirtilmektedir.

Örneklem sayısı hesaplanırken evrenin büyüklüğü göz önünde bulundurulmuş, %5 hata payı ve %95 anlamlılık temel alınmış ve minimum sayı 384 olarak belirlenmiştir (Erdoğan ve Yazıcıoğlu, 2004).

$$n = \frac{z_{\alpha}^2 p * q}{d^2} \quad n = \frac{(1.96)^2 * 0.50 * 0.50}{(0.05)^2} = 384$$

**Tablo 1.**

*Öğrencilerin Sosyo-demografik Özelliklerine Göre Dağılımı*

	n	%
<b>Yaş grubu</b>		
18-23 yaş	131	26,15
24-29 yaş	245	48,90
30 ve üstü	125	24,95
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	337	67,27
Erkek	164	32,73
<b>Eğitim durumu</b>		
Lisans	311	62,08
Yüksek lisans	159	31,74
Doktora	31	6,19
<b>Medeni durum</b>		
Bekar	374	74,65
Evli	127	25,35

Tablo 1.'de araştırmadaki öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımları gösterilmiş olup, %26,15'inin 18-23 yaş, %48,90'ının 24-29 yaş ve %24,95'inin 30 ve üstü yaş grubunda olduğu, %67,27'sinin kadın, %32,73'ünün erkek olduğu, %62,08'inin lisans %31,74'ünün yüksek lisans ve %6,19'unun doktora programına devam ettiği, %74,65'inin bekar ve %25,35'inin evli olduğu belirlenmiştir.

## **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada belirlenmiş amaca yönelik kullanılmak üzere, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ), Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği (ÜBBSÖ) ve Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ) kullanılmıştır.

## **Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından oluşturulmuş olan bu formda araştırmacının amacına yönelik belirlenmiş olan sosyo-demografik sorular yer almaktadır. Araştırmacılara sosyo-demografik form içerisinde cinsiyet, yaş grubu, eğitim durumu ve medeni durum gibi sorular yöneltilmiştir.

## **Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ)**

Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği (RİDÖ), Kılınçer ve Dost (2013) tarafından üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismarı belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Yurtdışı ve Türkiye’de kullanılan benzer ölçekler irdelenerek ilk olarak 112 madde olarak oluşturulmuş, yapılan faktörler analizleri ve uzman görüşlerinin ardından RİDÖ toplamda 70 madde olarak belirlenmiştir. Ölçek içerisinde ters puanlanan herhangi bir önerme bulunmamaktadır. Ölçeğin güvenirlik ve geçerlilik analizleri yapılmış, Cronbach alfa değeri 0,97 olarak saptanmıştır. 5 likertli olan ve 70 önermeden oluşan RİDÖ ölçeğinden alınabilecek minimum puan 70, maksimum puan ise 350 olarak belirlenmiştir. Katılımcılar tarafından RİDÖ’den alınacak skorların artması romantik ilişkilerde uğranan istismarın arttığı anlamı taşımaktadır (Kılınçer, 2012).

## **Üç Boyutlu Bağlanma Ölçeği (ÜBBÖ)**

Erzen (2015) tarafından geliştirilmiş olan ÜBBÖ üç alt boyuttan oluşmaktadır. ÜBBÖ güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stillerini değerlendirmektedir. Ölçek 5 likertli olup, 18 önermeden oluşmaktadır. Ölçekte ters puanlanan herhangi bir önerme bulunmamaktadır. Ölçeğin alt boyutlarından güvenli bağlanma 4,7,10,13 ve 16 önermeleri, kaçınan bağlanma stili 1,3,5,9,12,15 ve 18 önermeleri, kaygılı ve kaçınan bağlanma stili ise 2,6,8,11,14 ve 17. önermelerden oluşmaktadır. Ölçeğin güvenirliğini saptamak amacıyla iç tutarlılık katsayısından faydalanılmıştır. Bu bağlamda güvenli bağlanma alt boyutu için 0.69, kaçınan bağlanma alt boyutu için

0,80, kaygılı ve kararsız bağlanma alt boyutu için 0,71 güvenilirlik katsayısı elde edilmiştir (Karabacak ve Demir, 2017).

### **Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ)**

PEÖ'nün orijinal formu Francis, Dawson ve Golijani-Moghaddam (2016) tarafından oluşturulmuştur. Yetişkin bireylere uygulanmak amacıyla oluşturulmuş ölçeğin orijinal formu 7 likertli olup, 23 önermeden oluşmaktadır. Ölçekte alt boyutlardan alınan puanlar bireylerde ki psikolojik esneklik düzeyinin arttığını açıklamaktadır. Orijinal formun güvenilirlik analizleri yapılmış, Cronbach  $\alpha$  değeri 0,91 olarak tespit edilmiştir (Francis, Dawson ve Golijani-Moghaddam, 2016). Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Karakuş ve Akbay (2020) tarafından yapılmıştır. Türkçe uyarlaması yapılan ölçek 28 önermeden oluşmakta ve 7 likert tipindedir. Karakuş ve Akbay (2020) tarafından yapılan güvenilirlik analizleri sonucunda PEÖ'nün Cronbach  $\alpha$  değeri 0,79 olarak belirlenmiştir.

### **Verilerin Toplanması**

Bu araştırma Türkiye ve KKTC üniversitelerinde eğitimini aktif olarak sürdüren 501 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma esnasında gerekli verilerin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği kullanmıştır. Araştırma sırasında elde edilen verilerin örneklem grubuna internet üzerinden ulaştırılması adına Google Form, WhatsApp ve Telegram gibi sosyal platform ve ağlar kullanılmıştır. Araştırma için 14 günlük bir süre belirlenmiş olup, öngörülen süre içerisinde veriler örneklem grubuna dağıtılıp toplanmıştır.

### **Verilerin Analizi ve Yorumlanması**

Araştırmadaki verilerin analizleri Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS) 26.0 ile yapılmıştır.

Öğrencilerin ölçme araçlarına verdikleri yanıtlara dair Cronbach Alfa güvenilirlik analizi yapılmış olup, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği için 0,982, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği için 0,874 ve Psikolojik Esneklik Ölçeği için 0,898 bulunmuştur.

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı frekans analiziyle verilmiş olup, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının betimleyici istatistikleri verilmiştir.

**Tablo 2.**

*Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Normallik Testi*

	Kolmogorov-Smirnov			Çarpıklık	Basıklık
	Değer	sd	p		
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	0,247	501	0,000*	2,642	8,775
Güvenli Bağlanma Stili	0,148	501	0,000*	-1,131	0,881
Kaçınan Bağlanma Stili	0,126	501	0,000*	1,281	1,651
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	0,102	501	0,000*	0,717	-0,090
Değerler ve değerler doğrultusunda davranış	0,129	501	0,000*	-1,132	0,784
Anda olma	0,095	501	0,000*	0,489	0,376
Kabul	0,049	501	0,005*	0,084	-0,636
Bağlamsal benlik	0,064	501	0,000*	-0,223	-0,734
Ayrışma	0,059	501	0,000*	-0,053	-0,727
Psikolojik Esneklik Ölçeği	0,036	501	0,154	0,078	-0,262

Tablo 2.'de öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının normallik testi kapsamında Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış olup, öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 1,5$  aralığında olmasından dolayı normal dağılıma uymadığı belirlenmiştir.. Buna göre araştırmada nonparametrik testler kullanılmış olup, katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanları Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis H testi ile karşılaştırılmıştır. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının arasındaki korelasyonlar için Spearman testi yapılmıştır. Öğrencilerin Üç

Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını yordama durumu için çok değişkenli regresyon analizi yapılmış, aracılık için ise Yapısal Eşitlik Modeli kullanılmıştır.

### Çalışmanın Planı

Araştırmanın ilk aşamasında araştırma amacına ulaşması için gerekli görülen ölçekler (Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği) belirlenmiş ve ilgili ölçeklere ilişkin gerekli izinler alınmıştır. Alınan izinler çalışmanın “Ekler” bölümünde yer almaktadır	Aralık 2022
Araştırmanın ikinci aşamasında Yakın Doğu Üniversitesi Etik Kurul Komisyonu’na başvurularak Etik Kurul İzni alınarak araştırmaya başlanmıştır. Etik Kurul İzni çalışmanın “Ekler” bölümünde yer almaktadır.	Kasım 2022
Yapılan çalışmanın üçüncü aşamasında, araştırmanın evrenini oluşturan, üniversite öğrencilerine ulaşmak amacıyla, Aydınlatılmış Onam Formu, Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği, Sosyo-demografik Bilgi Formu, Google Form üzerinden çevrimiçi olarak ayrıca yüz yüze toplanacak şekilde düzenlenmiş olup katılımcılara ulaşılmıştır.	Ocak 2022
Kuramsal temeller ve ilgili alan yazının incelenmesi.	Şubat 2023
Örneklem grubundan elde edilen veriler doğrultusunda yapılan istatistik analizleri sonucunda ulaşılan bulgular, literatür doğrultusunda tartışılarak sonuç ve önerilerde bulunulmuştur.	Mart 2023

## BÖLÜM IV

### Bulgular ve Yorumlar

**Tablo 3.**

*Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanları*

	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	501	96,41	38,57	70	350

Tablo 3.'te öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarına ilişkin betimleyici istatistikler verilmiş olup, öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinden  $96,41 \pm 38,57$  puan aldıkları, alınan en düşük puanın 70 ve en yüksek puanın 350 olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 4.**

*Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulgular*

<b>Cinsiyet</b>	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Medyan</b>	<b>SO</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
Kadın	337	91,59	31,85	79	233,57	-3,868	0,000*
Erkek	164	106,30	48,23	88	286,81		

\* $p < 0,05$

Tablo 4.'te öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney U testinden elde edilen bulgulara gösterilmiştir.

Öğrencilerin cinsiyetine göre Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistik bakımından anlamlı farklılık vardır ( $p < 0,05$ ). Kadın öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanları erkeklerden düşüktür.

**Tablo 5.**

*Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Yaşa Karşılaştırılmasına Dair Bulgular*

<b>Yaş grubu</b>	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Medyan</b>	<b>SO</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
18-23 yaş	131	92,03	28,40	83	249,13	0,121	0,941
24-29 yaş	245	98,40	43,91	81	250,04		
30 ve üstü	125	97,09	36,50	82	254,84		

Tablo 5.'te öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının yaşa göre karşılaştırılmasında uygulanan Kruskal-Wallis H testi sonuçları verilmiş olup, araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin yaşına göre Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistik bakımından anlamlı farklılık yoktur ( $p>0,05$ ). 18-23 yaş, 24-29 yaş ve 30 ve üstü yaş grubundaki öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanları benzerdir.

**Tablo 6.**

*Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulgular*

<b>Eğitim durumu</b>	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Medyan</b>	<b>SO</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Lisans	311	97,51	38,66	84	260,64	4,790	0,091
Yüksek lisans	159	94,35	39,81	78	230,27		
Doktora	31	95,90	31,15	79	260,68		

Tablo 6.'da öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının eğitim durumuna göre karşılaştırılmasında kullanılan Kruskal-Wallis H testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 6.'ya göre araştırma kapsamındaki öğrencilerin eğitimlerine göre Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistik bakımından anlamlı farklılık yoktur ( $p>0,05$ ). Lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencilerinin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanları benzerdir.



**Tablo 7.**

*Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Medeni Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulgular*

<b>Medeni durum</b>	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Medyan</b>	<b>SO</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
Bekar	374	97,30	39,80	82	253,16	-0,575	0,565
Evli	127	93,79	34,73	81	244,63		

Tablo 7. Öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının medeni durumuna göre karşılaştırılmasına dair Mann-Whitney U testi bulguları gösterilmiş olup, öğrencilerin medeni durumuna göre Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistik bakımından anlamlı farklılık yoktur ( $p>0,05$ ). Bekâr öğrencilerin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanları evlilere göre yüksek olsa da fark anlamlı seviye de bulunmamıştır.

**Tablo 8.**

*Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanları*

	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Güvenli Bağlanma Stili	501	18,36	4,85	5	25
Kaçınan Bağlanma Stili	501	14,07	6,09	7	35
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	501	13,90	5,83	6	30

Tablo 8.'de araştırmada kapsamındaki öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 8.'e göre öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğindeki Güvenli Bağlanma Stilinden  $18,36\pm 4,85$  puan, Kaçınan Bağlanma Stilinden  $14,07\pm 6,09$  puan ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinden  $13,90\pm 5,83$  puan aldıkları belirlenmiştir.

**Tablo 9.**

*Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanları ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Arasındaki Korelasyonlar*

		Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	Güvenli Bağlanma Stili	Kaçınan Bağlanma Stili	Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	rho	1			
	p	.			
	N	501			
Güvenli Bağlanma Stili	rho	-0,224	1		
	p	0,000*	.		
	N	501	501		
Kaçınan Bağlanma Stili	rho	0,215	-0,022	1	
	p	0,000*	0,622	.	
	N	501	501	501	
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	rho	0,351	-0,012	0,615	1
	p	0,000*	0,787	0,000*	.
	N	501	501	501	501

\* $p < 0,05$

Tablo 9.'da öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği puanları ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasındaki korelasyonların incelenmesi için yapılan Spearman testi bulgular verilmiştir.

Tablo 9.'a göre öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğindeki Güvenli Bağlanma Stilinden aldıkları puanlar ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir korelasyon olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ).

Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğindeki Kaçınan Bağlanma Stilinden ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinden aldıkları puanlar ile Romantik

İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif korelasyonların olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ).

**Tablo 10.**

*Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanları*

	<b>n</b>	<b>Ort.</b>	<b>Std. Sap.</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Değerler ve değerler doğrultusunda davranış	501	52,16	14,60	10	70
Anda olma	501	27,61	7,72	11	49
Kabul	501	21,13	7,13	5	35
Bağlamsal benlik	501	12,88	4,84	3	21
Ayrışma	501	11,96	4,63	3	21
<b>Psikolojik Esneklik Ölçeği</b>	501	125,75	27,13	63	196

Tablo 10.'da öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 10. incelendiğinde araştırma kapsamındaki öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeğinde yer alan Değerler ve değerler doğrultusunda davranıştan  $52,16\pm 14,60$  puan, Anda olmadan  $27,61\pm 7,72$  puan, Kabulden  $21,13\pm 7,13$  puan, Bağlamsal benlikten  $12,88\pm 4,84$  puan, Ayrışmadan  $11,96\pm 4,63$  puan aldıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği genelinden  $125,75\pm 27,13$  puan aldıkları, alınan en düşük puanın 63 ve en yüksek puanın 196 olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 11.**

*Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanları ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Arasındaki Korelasyonlar*

		Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	Değerler ve değerler doğrultusunda davranış	Anda olma	Kabul	Bağlamsal benlik	Ayrışma	Psikolojik Esneklik Ölçeği
Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği	rho	1						
	p							
	N	501						
Değerler ve değerler doğrultusunda davranış	rho	-0,134	1					
	p	0,003*						
	N	501	501					
Anda olma	rho	0,106	0,156	1				
	p	0,018*	0,000*					
	N	501	501	501				
Kabul	rho	0,179	0,154	0,499	1			
	p	0,000*	0,001*	0,000*				
	N	501	501	501	501			
Bağlamsal benlik	rho	-0,111	0,661	0,144	0,154	1		
	p	0,013*	0,000*	0,001*	0,001*			
	N	501	501	501	501	501		
Ayrışma	rho	-0,052	0,629	0,096	0,131	0,672	1	
	p	0,247	0,000*	0,032*	0,003*	0,000*		
	N	501	501	501	501	501	501	
Psikolojik Esneklik Ölçeği	rho	-0,024	0,848	0,542	0,538	0,730	0,691	1
	p	0,596	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	
	N	501	501	501	501	501	501	501

\* $p < 0,05$

Tablo 11.'de araştırmadaki öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği puanları ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasındaki korelasyonlara dair Spearman testi sonuçları verilmiştir.

Tablo 11.'e göre öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeğindeki Değerler ve değerler doğrultusunda davranıştan ve Bağlamsal benlikten aldıkları puanlar ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde korelasyonların olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ).

Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeğindeki Anda olmadan ve Kabulden aldıkları puanlar ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde korelasyonların olduğu belirlenmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 12.**

*Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu*

	Std. Olm. $\beta$	S.H.	Std. $\beta$	t	p	F p	R <sup>2</sup> DüzR <sup>2</sup>
(Sabit)	95,25	7,25		13,136	0,000*		
Güvenli Bağlanma Stili	-1,39	0,34	- 0,18	-4,094	0,000*	19,37 4	0,105
Kaçınan Bağlanma Stili	-0,07	0,35	- 0,01	-0,202	0,840	0,000 *	0,099
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	2,00	0,37	0,30	5,405	0,000*		

\* $p<0,05$

Tablo 12.'de araştırmaya dâhil olan öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını yordama durumuna ilişkin regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 12.'ye göre öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğindeki Güvenli Bağlanma Stilinden aldıkları puanlar Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını negatif yönde yordamaktadır ( $\beta=-0,18;p<0,05$ ). Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğindeki Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinden aldıkları puanlar Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını pozitif yönde yordamaktadır ( $\beta=0,30;p<0,05$ ).

**Tablo 13.**

*Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu*

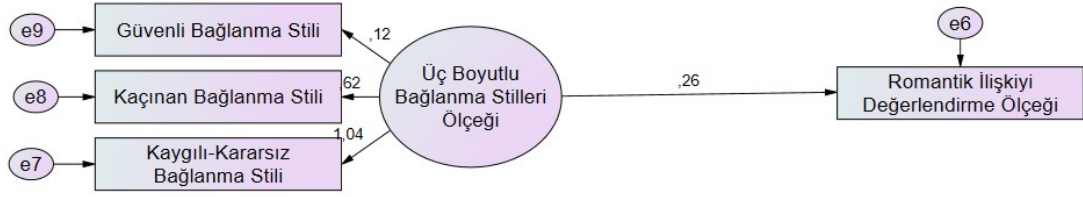
	<b>Std. Olm.</b>	<b>Std.</b>			<b>F</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
	<b>B</b>	<b>S.H.</b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>DüzR<sup>2</sup></b>
(Sabit)	92,58	8,29		11,170	0,000*	
Değerler ve değerler doğrultusunda davranış	-0,42	0,16	-0,16	-2,564	0,011*	
Anda olma	0,22	0,25	0,04	0,869	0,385	0,065
Kabul	1,00	0,27	0,19	3,673	0,000*	0,000*
Bağlamsal benlik	-0,78	0,51	-0,10	-1,524	0,128	
Ayrışma	0,71	0,52	0,09	1,373	0,170	

\* $p < 0,05$

Tablo 13.'te araştırmaya katılan öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını yordama durumunun incelendiği çok değişkenli regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

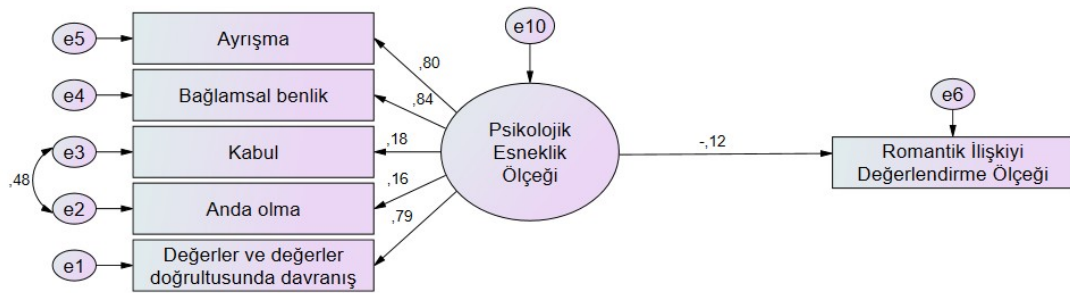
Tablo 13.'e göre Psikolojik Esneklik Ölçeğindeki Değerler ve değerler doğrultusunda davranıştan aldıkları puanların Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını istatistik bakımından anlamlı düzeyde ve negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir ( $\beta = -0,16; p < 0,05$ ).

Psikolojik Esneklik Ölçeğindeki kabulden aldıkları puanların Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını istatistik bakımından anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0,19; p < 0,05$ ).



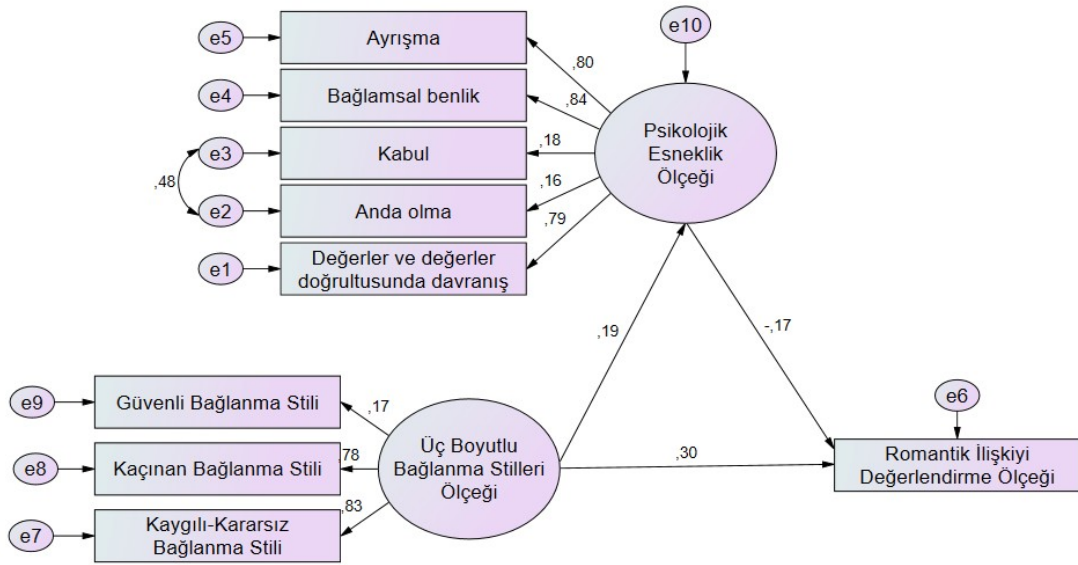
**Şekil 4.** Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu

Şekil 4.'de öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını yordama durumu incelenmiştir. Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $\beta = 0,26$ ;  $p < 0,05$ ).



**Şekil 5.** Öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarını Yordama Durumu

Şekil 5.'de öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını yordama durumu incelenmiş olup, katılımcıların Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $\beta = -0,12$ ;  $p < 0,05$ ).



**Şekil 6.** Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği Puanlarının Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü

Şekil 6.'te öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasındaki ilişkide Psikolojik Esnekliğin aracı rolünün incelenmesine ilişkin modelde;

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $\beta = 0,30$ ;  $p < 0,05$ ). Katılımcıların Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarını negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $\beta = -0,17$ ;  $p < 0,05$ ). Görüleceği üzere modele Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarını yordamaya devam ettiği belirlenmiştir. Buna göre Öğrencilerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ile Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği puanlarının arasındaki ilişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolünün olmadığı görülmüştür.



## BÖLÜM V

### Tartışma

Araştırmada katılımcı üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre RİDÖ'den aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların RİDÖ puanlarının erkek katılımcılardan düşük olduğu görülmektedir. Araştırmamızda ki bu durum romantik ilişkilerde kadınların erkeklere göre daha az istismara uğradığını göstermektedir. Araştırmamızda ulaşılan bu sonuç literatürde istismar ve romantik ilişkileri inceleyen birçok çalışmayla benzerlik göstermektedir (Harned, 2001; Forke, Myers, Catalozzi ve Schwarz, 2008; Kalkan, 2010; Tunç, 2015). Araştırmalar erkeklerin daha çok duygusal istismara, kadınların ise fiziksel ve cinsel istismara uğradığını göstermektedir (Harned, 2001; Swindell, Liebnez ve Brigham, 2005). Bu bağlamda araştırmamızda erkek katılımcıların daha çok istismara maruz kalmaları ise RİDÖ içerisinde önermelerin ağırlıklı duygusal boyuta yönelik olmasından kaynaklanabilir.

Araştırmada katılımcı üniversite öğrencilerinin yaş, medeni durum ve eğitim durumlarına göre RİDÖ'den aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu durum katılımcıların yaşlarının, eğitim durumlarının, medeni durumlarının romantik ilişkide yaşanan istismar üzerinde bir belirleyici olmadığını göstermektedir. Yapılan bazı çalışmalarda yaş ve romantik ilişkiden alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur (Tunç, 2015; Bianchi, Morelli ve Nappa, 2018). Yapılan bu araştırmalar bulgularımızı destekler niteliktedir. Ayrıca yaşın romantik ilişkilerde ki istismarın bir belirleyicisi olduğunu ortaya koyan araştırmalarda mevcuttur. Merril vd., (2004) istismarın en fazla 17-29 yaşlar arasında yaşadığını belirlemiştir. Rivara vd., (2009) romantik ilişkilerde ki istismarın kadınlar üzerinde 26-30 yaşlar arasında daha şiddetli görüldüğü, fakat bu durumun 50 yaşından sonra önemli bir ölçüde azaldığını belirtmektedir. Ayrıca araştırma sonuçlarımıza paralellik gösteren medeni ve eğitim durumu ile romantik ilişkide istismar arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı çalışmalara da rastlanmıştır (Bakthiari, 2019; Akkaya, 2022).

Araştırmada katılımcıların üniversite öğrencilerinin Güvenli Bağlanma puanları ve RİDO puanları arasında anlamlı ve negatif, Kaçınan Bağlanma ve Kaygılı- Kararsız puanlar ve RİDÖ puanlar arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki görülmüştür. Bu durum katılımcıların güvenli bağlanma stili puanlarının arttıkça Romantik İlişkilerde algıladıkları istismarın azaldığını, Kaçınan Bağlanma ve

Kaygılı-Kararsız Puanları arttıkça Romantik ilişkilerde algılanan istismarın arttığını göstermektedir.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin olumlu bir benliğe sahip olduğu, sevilabilir birer birey oldukları ve genellikle ilişkilerde partnerinin beklentilerini karşılayacağı bir özelliği olduğu görülmektedir (Barholomew ve Horowitz, 1991). Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerde olumsuz bir benlik görülmektedir. Ayrıca romantik ilişkilerinde kendilerinin değersiz hissetme ve takıntı yapma durumları oldukça fazladır. Kaygılı ve kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin ise olumsuz bir benlik sergiledikleri ve romantik ilişkilerinde öfke ve kaygı problemi yaşadıkları görülmektedir (Terzi, 2014). Bağlanma stilleri romantik ilişkilerde görülen önemli bir unsurdur. Çünkü romantik ilişkilerde güvenli algılanan bağlanma stiliyle doğrudan ilişkilidir (Çelik, 2009). Bu bağlamda araştırmamızda ulaşılan katılımcıların güvenli bağlanma stilinin puanlarının artmasıyla algılanan istismarın azalması, fakat kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri arttıkça algılanan istismar düzeyinin artması beklenen ve güçlü bir durumdur.

Araştırmada katılımcı üniversite öğrencilerinin PEÖ alt boyutları olan değerler ve değerler doğrultusunda davranıştan ve bağlamsal benlikten alınan puanlar ile RİDÖ puanları arasında anlamlı ve negatif, anda olmadan ve kabulden aldıkları puanlar ile RİDÖ puanları arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki saptanmıştır. Bu durum katılımcıların değerler ve değerler doğrultusunda davranış ve bağlamsal benlik puanlarının arttıkça romantik ilişkilerinde algıladıkları istismarın azaldığını göstermektedir. Değerler ve değerler doğrultusunda davranış bireylerin belirledikleri bazı değerler doğrultusunda yaşam tarzlarını belirlemesi olarak tanımlanmaktadır (Hayes, Strosahl ve Wilson, 2011). Bireylerin değerler ve değerler doğrultusunda puanlarının arttıkça algılanan istismarın azalması, bireylerin yaşamlarını bir düzene girdirme eğiliminde olduklarından ve daha sakin ve kontrollü bir yaşam tarzını seçtiklerinden kaynaklanabilir. Bağlamsal benliği yüksek olan bireyler hayata tek bir yönden bakmamakta, yaşanan olaylara karşı bütüncül bir bakış açısıyla bakmakta ve kendini sürekli değerlendirmektedir (Flaxman vd., 2011). Bu durumda bağlamsal benliği yüksek ve kendi duygu ve düşüncelerin sürekli değerlendiren katılımcıların romantik ilişkilerde algıladıkları istismarın düşük olması güçlü bir durumdur. Kabul ve anda olma puanlarının artmasıyla ise algılanan istismarı arttığı görülmektedir. Kabul düzeyi yüksek bireyler, yaşamlarında gerçekleşen olaylar karşısında herhangi bir mücadele sergilemeden ve olayları olduğu gibi tecrübe etmeyi seçerler (Onursal,

2006). Yaşadıkları olayları olduğu gibi kabul ve deneyim eden ve değiştirme çabası içerisinde olmayan bireylerin istismarı daha fazla algılamaları olası ve güçlü bir durum olarak düşünülmektedir.

Araştırmada katılımcı üniversite öğrencilerinin ÜBBS ölçeğın alt boyutlarından güvenli bağlanmanın RİDÖ puanlarını negatif, kaygılı-kararsız bağlanma puanlarının ise RİDÖ puanlarının anlamlı ve pozitif yordadığı saptanmıştır. Bu durum güvenli bağlanma skorlarının artmasıyla algılanan istismarın azaldığı, kaygılı-kaçınan bağlanma puanlarının arttıkça ise algılanan istismarın azaldığı görülmektedir. Literatürde olumlu bir bağlanma stili olarak görülen güvenli bağlanma romantik ilişkilerin temelini oluşturmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler romantik ilişkilerinde kendisine ve karşıdakine değer göstermekte ve ilişkiden beklenen o güveni partnerine her zaman verebilen bireyler olmuştur (Subaşı ve Kazan, 2020). Kaygılı-kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin ise yakın ilişkilerde genellikle olumsuz bir profile sahip olduğu ve romantik ilişkilerinde kaygı, öfke ve stres problemleri yaşadıkları görülmektedir (Sümer ve Güngör, 1999) Bu bağlamda araştırmamızda ortaya çıkan katılımcıların güvenli bağlanma stili skorlarının artmasıyla algılanan istismarın düzeyinin azalması, fakat algılanan kaygılı-kaçınan bağlanma stili skorlarının arttıkça algılanan istismarın artması olası ve güçlü bir durumdur.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin PEÖ alt boyutu değerler ve değerler doğrultusunda davranış puanlarının RİDÖ puanlarını negatif, kabul puanlarının ise anlamlı ve pozitif yordadığı görülmüştür. Bu bağlamda katılımcıların değerler ve değerler doğrultusunda davranış skorları arttıkça romantik ilişkilerde algıladıkları istismar azalmakta, kabul alt boyutundan aldıkları skorlar arttıkça romantik ilişkilerde algıladıkları istismar düzeyleri düşmektedir. Değerler ve değerler doğrultusunda davranış bireylerin uygun değerlere göre bir yaşam tarzı oluşturmasına anlamı taşımaktadır (Hayes, Strosahl ve Wilson, 2011). Uygun değerlere göre yaşam tarzı oluşturmaya çalışan bireylerin hayatta ki odak noktalarının istismar gibi olumsuz algılanan bir durumdan uzak olacağı düşünülmektedir. Kabul bireylerin yaşanan olayları olduğu gibi kabul etmesi ve yaşanan olayı değiştirme karşısında hiçbir mücadele göstermemesidir (Ulubay ve Güven, 2022). Bu bağlamda kabul düzeyi yüksek bireylerin istismar gibi yaşanan olayları da değiştirmeye herhangi bir çaba göstermeden kabulleneceği ve bu bağlamda istismar durumlarının artacağı düşünülmektedir.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin ÜBBSÖ ve RİDÖ puanları arasındaki ilişkide Psikolojik Esnekliğin aracı rolünün olmadığı görülmüştür. Literatürde bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerde istismar durumu arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin niteliğini inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Psikolojik esneklik, bireylerin sağlık bir yaşam sürdürmesi adına önemli bir kavram olarak görülmektedir (Salande ve Hawkins, 2017). Fakat literatürde yapılan araştırmalarda psikolojik esnekliğin kaygı, depresyon, duygu düzenleme gibi bireylerin sağlıklı bir psikolojik işleyişe sahip olmasına yardımcı birçok kavramla negatif bir ilişki içerisinde olduğu görülmektedir (Biron ve Veldhon, 2012; Fledderus vd., 2013; Bryan vd., 2015; Özkan, 2020). Bu bağlamda psikolojik birer sorun olarak görülen ve güvensiz bağlanma stillerinde sıklıkça rastlanan depresyon, kaygı, duygu düzenleme gibi birçok kavrama pozitif etki eden psikolojik esnekliğin araştırmada bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerde görülen istismar arasındaki ilişkide aracı bir rol üstlenmemesi beklenmeyen bir durum olarak görülmektedir. Fakat daha önce bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerde ki istismar arasındaki ilişkide psikolojik esneklik kavramının aracı rolünün incelenmemesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

#### Sonuç

Katılımcı üniversite öğrencilerinin Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeğinden (RİDÖ) ortalama  $96,41 \pm 38,57$  puan aldıkları, alınan en düşük puanın 70 ve en yüksek puanın 350 olduğu belirlenmiştir.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin cinsiyet durumlarına göre RİDÖ'den aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Kadın katılımcıların RİDÖ puanlarının erkeklerden düşük olduğu belirlenmiştir.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin yaş, eğitim durumu ve medeni durumlarına göre RİDÖ'den aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri (ÜBBS) ölçeği puanlarının Güvenli Bağlanma Stilinden  $18,36 \pm 4,85$  puan, Kaçınan Bağlanma Stilinden  $14,07 \pm 6,09$  puan ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinden  $13,90 \pm 5,83$  puan olduğu görülmüştür.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin Güvenli Bağlanma Stillerinden aldıkları puanlar ve RİDÖ puanları arasında anlamlı ve negatif, Kaçınan Bağlanma ve Kaygılı-Kararsız puanları arasında ise anlamlı ve pozitif bir ilişki saptanmıştır.

Katılımcı öğrencilerin Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ) genelinden  $125,75 \pm 27,13$  puan aldıkları, alınan en düşük puanın 63 ve en yüksek puanın 196 olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin PEÖ alt boyutları olan Değerler ve değerler doğrultusunda davranıştan ve Bağlamsal benlikten aldıkları puanlar ile RİDÖ puanları arasında anlamlı ve negatif, Anda olmadan ve Kabulden aldıkları puanlar ile RİDÖ puanları arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki saptanmıştır.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin ÜBBS ölçeğinin alt boyutlarından Güvenli Bağlanmanın RİDÖ puanlarını negatif, Kaygılı-Kararsız Bağlanma puanlarının ise RİDÖ puanlarının anlamlı ve pozitif yordadığı saptanmıştır.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin PEÖ alt boyutu Değerler ve değerler doğrultusunda davranış puanlarının RİDÖ puanlarını negatif, Kabul puanlarının ise anlamlı ve pozitif yordadığı görülmüştür.

Katılımcı üniversite öğrencilerinin ÜBBSÖ ve RİDÖ puanları arasındaki ilişkide Psikolojik Esnekliğin aracı rolünün olmadığı görülmüştür.

## **Öneriler**

### **Klinisyenlere Yönelik Öneriler**

1. Klinisyenler güvensiz bağlanma stiline sahip üniversite öğrencileri üzerinde bir takım çalışmalar yapmaları, çalışmalar sonucunda elde ettikleri verileri üniversite gibi yetişkin bireylerin eğitim aldığı kurumlarla paylaşmaları önerilmektedir.
2. Araştırmada güvensiz bağlanmanın romantik ilişkilerde istismarı arttırdığı görülmüştür. Bu bağlamda klinisyenlerin güvenli bağlanmanın faydaları hakkında herkesin ulaşabileceği güvenilir sosyal platformlarda ücretsiz seminerler vermesi önerilmektedir.

### **Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

1. Alanyazında bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerde görülen istismar arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün konu olduğu çalışmalara rastlanmamıştır. Bu bağlamda araştırmacılara bu konuda ki araştırmaları arttırmaları önerilmektedir.
2. Bu araştırmada sosyo-demografik özelliklerine cinsiyet, yaş, eğitim ve medeni durumla sınırlı kalmıştır. Gelecekte bu konuda yapılacak araştırmalarda katılımcıların demografik özellikleri daha derinlemesine ele alınması ve romantik ilişkilerde uğranan istismarla karşılaştırılması önerilmektedir.
3. Bu araştırmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Gelecekte yapılan çalışmalarda böyle bir konunun nitel ve nicel yöntemlerin bir arada olduğu karma bir çalışmayla incelenmesi daha derinlemesine sonuçlar verebilir.

### **Devlete Yönelik Öneriler**

1. Bağlanma stilleri bireyler tarafından değiştirilebilen bir durumdur. Bu bağlamda bireylerin bağlanma stilleri hakkında bilgilenmesi oldukça önemlidir. Devlet bu konuda önemli adımlar atmalı, özellikle yetişkin çağındaki üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri hakkında bilgilenmesi için üniversite gibi eğitim kurumlarında romantik ilişkilerde görülen bağlanma stillerinin etkisini konu edinen ücretsiz seminerler düzenlemelidir.
2. Devletin ilgili kurumları tarafından üniversitelerde öğrencilere sunulmak üzere psikolojik esnekliği artırma, güvenli bağlanma ve romantik ilişkilerde istismardan kaçınma hakkında bilgilendirici dokümanlar sunulmalıdır.

### Kaynakça

- Abraham, M. (1999). Sexual abuse in South Asian immigrant marriages. *Violence Against Women*, 5(6), 591-618.
- Akkaya, B. A. (2022). *Okul psikolojik danışmanlarının romantik ilişkilerindeki duygusal istismar düzeyleri ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Altundağ, G. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları Ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Aslan, Ş., ve Fulya, T. (2022). Bilişsel esneklik ve psikolojik esneklik kavramlarının karşılaştırılması. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 119-130.
- Atak, H., ve Eryılmaz, A. (2007). Emerging adulthood and perceived adulthood in Turkey, 3rd Conference on Emerging Adulthood, Tucson AZ, USA.
- Atakay, C. (2014). *Evli çiftlerde şiddeti yordayan etmenler: partnerin sadakatine ilişkin açık ve örtük algılar ile öfke duygusu*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara
- Aydoğdu, İ. (2010) *Romantik İlişkilerin Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Aydoğdu, T. (2013). *Bağlanma Stilleri, Başa Çıkma Stratejileri İle Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Bacaksız, Ö. (2011). *Boşanma Sürecindeki Bireylerin Bağlanma Stilleri Ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Bakır, A. (2019). *Romantik ilişkilerde siber flört istismarın beden imgesi ve benlik saygısıyla ilişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Bakır, A., ve Kalkan, M. (2019). Siber Flört İstismarı Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 75-95.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 61(2), 226-244.

- Başak, B. E. (2012). *Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık, Sosyal Bağlılık Ve İyimserlik İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler*. Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Başbakanlık Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü, (2009). *Türkiye’de kadına yönelik aile içi şiddet*. Elma Teknik Basım Matbaacılık.
- Bedel A., ve Ulubey, E. (2015) Ergenlerde başa çıkma stratejilerini açıklamada bilişsel esnekliğin rolü. *Electronic Journal of Social Sciences*, 14(55), 291-300.
- Bianchi, D., Morelli, M., ve Nappa, M. R. (2018). A bad romance: Sexting motivations and teen dating violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 36 (13-14), 6029-6049.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Bonanno, G. A., Wortman, C. B., ve Nesse, R. M. (2004). Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and Aging*, 19(2), 260-271.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Sadness and depression*. Basic Books.
- Bryan C.J, Ray-Sannerud B., ve Heron E.A. (2015). Psychological flexibility as a dimension of resilience for posttraumatic stress, depression, and risk for suicidal ideation among Air Force personnel. *J. Contextual Behav Sci*, 4, 263-268.
- Büyüköztürk, Ş. Çakmak, K.E. Akgün, E.Ö. Karadeniz, Ş. Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Vadi Grup Ciltevi A.Ş.
- Büyüksahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi*. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Canas JJ, Quesada FJ, Antoli A, Fajardo I (2003) Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*, 46:482-501.
- Chung SH, Su YF, Su SW (2012). The impact of cognitive flexibility on resistance to organizational change. *Soc Behav Pers*, 40, 735-746.
- Cofone, K. (2011). Understnading college students perceptions of unhealthy dating relationships. *Social Work Student Papers*, 75.



- Creasey, G., Kershaw, K. ve Boston, A. (1999). conflict management with friends and romantic partners: the role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 523–543.
- Çeçen, D. (2017). *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ile Benlik Saygısı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Çelik, E. (2009). *Evlü öğretmenlerin bağlanma stili, denetim odağı ve bazı nitelikleri açısından evlilik uyum düzeylerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Çikrıkci, Ö. (2018). The predictive roles of cognitive flexibility and error oriented motivation skills on life satisfaction. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9, 717-727.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Rollerü, Bağlanma Stilleri ve Benlik Kavramı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Davidson, M. M., Lozano, N. M., Cole, B. P. ve Gervais, S. J. (2014). Relations between intimate partner violence and forgiveness among college women. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(18), 1-27.
- Dersuneli, Y., ve Tolan, Ç., Ö. (2022). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerde Akılcıl Olmayan İnançlar ile Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *EKEV Akademi Dergisi*, 89, 229-258.
- Diril, A. (2011). *Lise öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerinin sosyo-demografik değişkenler ve öfke düzeyi ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişki açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Adana, Çukurova Üniversitesi.
- Doğan-Laçın B.G., ve Yalçın, İ. (2018). *Üniversite öğrencilerinde öz yeterlilik ve stresle başa çıkma stratejilerinin bilişsel esnekliği yordama düzeyleri*. Doktora tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi.
- Dönmez, A. (2000). “Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve”. *Türk Psikoloji Bülteni*. 16(17), 29-50.
- Draucker, C. B., & Martsof, D. S. (2010). The role of electronic communication technology in adolescent dating violence. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 23(3), 133-142.

- Durmaz, H., ve Ercan, H. (2019). Beliren yetişkinlikte aşk stillerinin demografik değişkenler, ana babaya bağlanma ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Başkent University Journal of Education*, 6(1), 98-110.
- Ekşim, S. (2016). *Bağlanma Stilleri İle Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, İstanbul
- Engel, B. (2006). *The emotionally abusive relationship: How to stop being abused and how to stop abusing*. John Wiley & Sons.
- Ercan, L. ve Eryılmaz, A. (2013). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı kim başlatabilir? Kişilik özellikleri ve kimlik statüleri. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(29), 63-80.
- Erden-İmamoğlu, S. (2009) *Kişilerarası İlişkiler*. Yeni İnsan Yayınevi.
- Ersanlı, K., Yılmaz, M., ve Özcan, K. (2013). Algılanan duygusal istismar ölçeği (adiö): geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 147-64.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010) Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma ve Başa Çıkma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 381-397.
- Eskin, M. (2014) *Sorun Çözme Terapisi* (3. Baskı). Hekimler Yayın Birliği.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., ve Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American journal of preventive medicine*, 14(4), 245-258.
- Flaxman P. E., Blackledge J.T., ve Bond F.W. (2011). *Acceptance and Commitment Therapy: Distinctive Features* Routledge.
- Fledderus M, Bohlmeijer E.T., Fox J.P., Schreurs K.M., ve Spinhoven P. (2013). The role of psychological flexibility in a self-help acceptance and commitment therapy intervention for psychological distress in a randomized controlled trial. *Behav Res Ther*, 51, 142-151.
- Forke, C. M., Myers, R. K., Catalozzi, M., ve Schwarz, D. F. (2008). Relationship Violence Among Female and Male College Undergraduate Students. *Arch Pediatr Adolesc Med.*, 162(7), 634-641.
- Francis, A. W., Dawson, D. L. ve Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and

- Commitment Therapy processes (CompACT). *Journal of Contextual Behavioral Science*. 5, 134-145.
- Gezer, Z. Ü. (2001). *Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Aile Yapıları Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gülen, M., Aktürk, A., Acehan, S. ve Seğmen, M. S. (2013). Yaşlı İstismarı ve İhmali. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 22(3), 393-407.
- Gündaş, A. (2013). *Lise Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Kurgusu Ve Bağlanma Stilleri*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Güneri Yöyen, E., ve Üney, R. (2020). Benlik Yapısı, Romantik İlişki Biçimleri ve Cinsiyet Arasındaki İlişki. *Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 170-184.
- Harned, M.S. (2001). Abused women or abused men? An examination of the context and outcomes of dating violence, 16(3), 269-85.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D. ve Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and Commitment Therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford Press.
- Hazan, C., ve Shaver, P. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22
- İron, M., ve Van Veldhoven M. (2012). Emotional labour in service work: Psychological flexibility and emotion regulation. *Hum Relat*, 65, 1259-1282.
- Kalkan, M. (2010). Ergen romantik ilişkilerinde duygusal istismar, fiziksel istismar ve soruna yönelmeye Adlerian bir bakış: Sosyal ilgi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 242-247.
- Kamer (2015). “Kadın Hakları İnsan Haklarıdır Projesi. Proje Final Raporu”. (Çevrimiçi).
- Karabacak, A., ve Demir, M. (2017). Özerklik, bağlanma stilleri, bilinçli farkındalık ve duygu düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 271-291.
- Kararımk, Ö. (2006). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri Ve Koruyucu Faktörler, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26, s.129-139.
- Karakuş, S., ve Akbay, S. E. (2020). Psikolojik esneklik ölçeği: Uyarılama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 32-43.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Nobel Yayınları.

- Katz, J., Arias, I., ve Beach, S. R. H. (2000). Psychological abuse, self-esteem, and women's dating relationship outcomes: A comparison of the self-verification and self-enhancement perspectives. *Psychology of Women Quarterly*, 24 (4), 349–357.
- Kemaloğlu, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerindeki Duygusal İstismar, Kişiler Arası Bağımlılık ve Romantik İlişki Kalıp Yargıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, Ö. S., ve Üstündağ, F., M. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji, 321-342.
- Keser Ç. C. (2006). *Annenin Bağlanma Düzeyi ve Çocuk Yetiştirme Sürecinin Çocuğun Bağlanma Düzeyine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Keskin, G. ve O, Çam. (2009). Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yeni Symposium Journal*. 47(2), 52-59.
- Kılıç, B. (2021). Romantik İlişkilerde Psikolojik İyi Oluş ve İlişki Boyutları Üzerine Bir İnceleme. *Social Sciences Research Journal*, 10(2), 401-417.
- Kılınçer, S. A. (2012). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar*, Yüksek Lisan Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kirkpatrick, L. A. ve Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502-512.
- Kurt, A. A. (2019). *Genç Yetişkinlerde Akılcı Olmayan Romantik İlişki İnançları, Bilişsel Esneklik ve Benliğin Ayrışması İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Kuşçu, B. (2019) *Bireylerin evlilik uyumlarının psikolojik esneklik, affetme ve benlik kurgusu açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Mersin Üniveritesi Öğrencilerinin Romantik İlişkilere Yönelik İnançlarının Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Romantik İlişki Yaşama Durumu Değişkenlerine Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi. Mersin.

- Merrell, J. (2001). Social support for victims of domestic violence. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*, 39(11), 30-35.
- Merrill, L. L., Julie L. C., Thomsen C. J., Guimond, J., ve Milner, J. S. (2004). Perpetration Of Severe Intimate Partner Violence: Premilitary And Second Year Of Service Rates. *Military Medicine*, 170 (8), 705-705.
- Moss, B. F., ve Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family relations*, 31-37.
- Murray, C. (2003). Risk factors, protective factors, vulnerability, and resilience: A framework for understanding and supporting the adult transitions of youth with high-incidence disabilities. *Remedial and special education*, 24(1), 16-26.
- Onursal, B. (2006). *İş kontrolü, psikolojik kabul, kontrol isteği ile tükenmişlik ve fiziksel sağlık arasındaki ilişkiler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Öngün, E., ve Ünsal, G. (2018). Üniversite yaşamında yakın ilişkiler ve istismar. *JAREN/Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 4(1), 52-58.
- Öz, F., Yılmaz, E. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 82-89.
- Özdaş, İ. (2017). *Yetişkinlerde Ait Olma İhtiyacı, Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi.
- Özel, B. (2021). *Romantik İlişki Doyumunun Yordayıcıları Olarak Öz Anlayış ve Duyusal Zekânın İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Özkan, S. (2020). *Belirsizliğe tahammülsüzlük ve sürekli kaygı arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracılık rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Öztürk, S. (2007). *Çocuklarda duygusal istismar*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). T.C. Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Redhouse Resimli Sözlük. (2008). 'Resilience'. SEV Matbacılık.
- Reis, H. T., Collins, W. A., ve Berscheid, E. (2000). The relationship context of human behavior and development. *Psychological Bulletin*, 126(6), 844-872.

- Rivara, F. P., Anderson, M. L., Fishman, P., Reid, R. J., Bonomi, A. E., Carrell, D., ve Thompson, R. S. (2009). Age, Period, and Cohort Effects on Intimate Partner Violence. *Violence and Victims*, 24(5), 627–638.
- Rubenstein, C. ve Shaver, PR. (1982). *În Search of Întimacy*. Delacorte Press.
- Saçaklı, A. (2019). Romantik İlişkilerin Gücü. *PiVOLKA*, 9(32), 14-15.
- Salande, J. D., Hawkins, I. I., ve Raymond, C. (2017). Psychological flexibility, attachment style, and personality organization: Correlations between constructs of differing approaches. *Journal of Psychotherapy Integration*, 27(3), 365.
- Santrock, J. W. (2017). *Yaşam boyu gelişim* (Çev. Ed. Galip Yüksel). Nobel Yayın Dağıtım.
- Simonelli, C. J., ve Ingram, K. M. (1998). Psychological distress among men experiencing physical and emotional abuse in heterosexual dating relationships. *Journal of Interpersonal Violence*, 13(6), 667-681.
- Singh L, Moh Y, Ding X, Lee K, Quinn PC (2021). Cognitive flexibility and parental education differentially predict implicit and explicit racial biases in bilingual children. *J. Exp. Child Psychol*, 204, 105059.
- Solmuş, T. (2003). Romantik bağlanma II: İlişkisel değişkenler ve ilişki süreci. *Türk Psikoloji Bülteni*. 9(28-29), 99-108.
- Stevens, A.D. (2009) Social problem-solving and cognitive flexibility: Relations to social skills and problem behavior of at-risk young children. Doctoral Thesis. Seattle, Seattle Pacific University.
- Subaşı, N. G., ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimindeki etkisi. *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 10 (2), 147-162.
- Sullivan, Harry Stack. 1953. The interpersonal theory of psychiatry. Norton.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71- 106.
- Swindell, S., Liebnez, G. & Brigham, T. (2005) Intimate partner violence, stalking and sexual coercion among students at Washington state university. *Washington State University, University Safety Report*.

- Şahin, D. (2014). *Öğretmelerin Öz Duyarlıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Şimşek, S. ve Önder, C.F. (2011). Ergenlerde davranış problemlerinin, anne-babadan ve öğretmenlerden algılanan duygusal istismar açısından incelenmesi. *Elementary Education Online*, 10(3), 1124-37.
- Taş, R. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Kişilerarası Yetkinlik Düzeylerinin Kendini Sabotaj Eğilimine Olan Etkisinin İncelenmesi* Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi. Kayseri.
- Taşdemir, A., S. (2015). Türkiye'de şiddetin "kadın yüzü". *Journal of Sociological Studies/Sosyoloji Konferansları*, (52).
- Terzi, S. (2014). Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmalarına yol açan olaylar: Nitel bir çalışma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(2), 99-108.
- Toksöz, İ. (2018) *Evli bireylerde bağlanma stilleri ve bilişsel esnekliğin ilişki doyumuna etkisi* (Doktora tezi). Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Tolman, R. M. (1989). The development of a measure of psychological maltreatment of women by their male partners. *Violence and Victims*, 4(3), 159–177.
- Topçu, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı ile bozulmuş yeme davranışı arasındaki ilişkinin cinsiyet ve spor katılımı düzeyi faktörlerine göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tugay, Ö., Ünüvar, P., ve Çalışandemir, F. (2018). Romantik İlişkilerde Algılanan İstismarın Yordayıcıları Olarak Temas Engelleri Ve Benlik Saygısı, *Journal of Human Sciences*, 2(15), 707-716.
- Tunç, E. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Yaşadıkları İstismar İle İlişki Doyumu, Affetme Ve Kıskançlık Düzeylerinin Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Tümlü, G. Ü., ve Receptoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*. 3(3), 205-213.
- UNICEF. (2000). Domestic violence against women and girls. Innocenti.

- Üngüder, A. (2017). *Bireylerin Romantik İlişkilerindeki Mutluluk Düzeyleri ile İlişkilerine Yönelik İnançları ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni Boşanmış Bireylerde Benlik Saygısı, Yalnızlık Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- World Health Organization (2019). Report of the Consultation on Abuse. 29-31 March, 2019, Geneva.
- World Health Organization/London School of Hygiene and Tropical Medicine. (2013). Preventing intimate partner and sexual violence against women: Taking action and generating evidence. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT): Genel Bir Bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 8(2), 21-27.
- Yıldırım, A. (2009). *Bağlanma Stilleri İle Bağışlama Arasındaki İlişkide Sorumluluk Yüklemelerinin Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yıldız, A. D., Çokamay, G., ve Artar, M. (2017). Kadın üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunun bağlanma boyutları, ilişkide algıladıkları istismar ve gelecek zaman yönetimi açısından incelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 365.
- Yılmaz, D. (2022). *Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkide Siber Flört İstismarı ve Bağlanma Stillerinin İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yörükan, T. (2011). *Bağlanma ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.



## Ekler

### Ek- 1. Aydınlatılmış Onam Formu

Sayın Katılımcı,

Araştırmaya katılmayı kabul etmeden önce lütfen araştırma ile ilgili aşağıda bulunan bilgileri dikkatlice okuyunuz. Bu formun amacı katılmanız rica edilen araştırma ile ilgili olarak sizi bilgilendirmek ve katılmanız konusunda izin almaktır. Bu araştırma Psk. Fatma Öykü GONCA tarafından, Doç. Dr. Meryem Karaaziz danışmanlığında yürütülmektedir. Bu araştırma üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde istismar davranışı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün araştırılması amacıyla yürütülmektedir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu kapsamda; araştırma sırasında gönüllü katılımcılardan alınacak bilgiler gizli tutulacak ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Bu araştırmaya katılmama hakkınız bulunmaktadır. Aynı zamanda çalışmaya katıldıktan sonra çalışmadan çıkabilirsiniz. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Araştırmanın amacına ulaşması adına sorulara içtenlikle cevap vermeniz önemlidir. Araştırmadan toplanan veriler bireysel olarak incelenmeyecek, bir bütün olarak değerlendirilecektir. Bu formu onaylamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz anlamına gelecektir. Araştırmadaki soruları cevaplamanızı gerektiren süre 30 ila 45 dakikadır.

#### **Çalışmaya Katılım Onayı**

Yukarıda yer alan araştırmada gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama yapıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

**Katılımcının İmzası / Onayı :**

Araştırma sürecinde konu ile ilgili her türlü soru ve görüşleriniz için aşağıda iletişim bilgisi bulunan araştırmacıyla görüşebilirsiniz.

Fatma Öykü Gonca: 20206305@std.neu.edu.tr – 05391191913

**Ek- 2. Katılımcı Bilgi Formu**

Değerli katılımcı bu tez çalışması, Doç. Dr. Meryem Karaaziz danışmanlığında Yakın Doğu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Psk. Fatma Öykü Gonca tarafından üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde istismar davranışı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün araştırılması amacıyla yapılmaktadır. Ölçekler ve bilgi formu doldurulurken isim yazılmayacaktır ve verdiğiniz tüm cevaplar aydınlatma formunda belirtilen ölçülerde gizli kalacaktır. Çalışmaya katılım tamamen gönüllük esasına bağlıdır. Araştırma sonuçları bireysel bilgi olarak değil, grup ortalaması olarak bilimsel raporda kullanılacaktır.

Eğer çalışmayla ilgili bir şikayetiniz, görüşünüz veya sorunuz varsa bunu çalışmanın araştırmacısı Psk. Fatma Öykü Gonca ile iletişime geçebilirsiniz. Katılımınız için teşekkür ederim.

Psk. Fatma Öykü Gonca - [20206305@std.neu.edu.tr](mailto:20206305@std.neu.edu.tr)  
Yakın Doğu Üniversitesi  
Klinik Psikoloji Bölümü  
Lefkoşa

**Ek- 3. Kişisel Bilgi Formu**

Yaş:

Cinsiyet

**a.** Kadın ( )

**b.** Erkek ( )

Eğitim Durumu:

a. Lisans

b. Yüksek Lisans

c. Doktora

Medeni Durum:

a. Evli

b. Bekar

#### Ek- 4. Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği

Değerli Katılımcı,

Aşağıda romantik ilişki yaşadığınız kız / erkek arkadaşınızın size yönelik davranışlarına ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen kız / erkek arkadaşınızın size bu davranışları hangi sıklıkta yaptığını düşününüz. Maddede yer alan davranışa hiç maruz kalmıyorsanız “hiçbir zaman” seçeneğini işaretleyiniz. Maddedeki davranışa maruz kalıyorsanız, bunun sıklığını düşünerek “nadiren, bazen, sıklıkla ve Çok Sık” seçeneklerinden uygun olanı işaretleyiniz. Yanıtlarınız bilimsel bir araştırmada kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Lütfen içten ve samimi olarak yanıt veriniz ve **hiçbir maddeyi boş bırakmayınız**. Katılımınız için çok teşekkür ederim.

MADDELER	HIÇBİR ZAMAN	NADİREN	RAZFN	SIKI İKİ .A	ÇOK SIK
1. Başkalarının yanında beni küçümser.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Aldığım kararları eleştirir.	( )	( )	( )	( )	( )

#### Ek- 5. Üç Boyutlu Bağlama Stilleri Ölçeği

##### ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

Kesinlikle Katılmıyorum  
Katılmıyorum  
Kısmen Katılmıyorum  
Katılıyorum  
Kesinlikle Katılıyorum

<sup>1</sup> Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.

<sup>2</sup> Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.

### Ek- 6. Psikolojik Esneklik Ölçeği

Aşağıda psikolojik esneklik düzeyinizi ölçmeye ilişkin ifadeler yer almaktadır. Sizden, kendi yaşantınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Her bir maddeye katılma durumunuza göre 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

		Hiç katılmıyorum						Tamamen katılıyorum
	<b>Hiç Tamamen</b> <b>Katılmıyorum Katılıyorum</b> 1-----2-----3-----4----- 5-----6-----7							
1.	Benim için neyin önemli olduğunu ve hayatımda gelmek istediğim noktayı biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Duygu ve düşüncelerin ortaya çıkmasını engellemek için bir şeylerle meşgul olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7

## Ek- 7. Ölçek İzinleri

 Meliha TUZGOL DOST 26 Ara 2021    
alıcı: ben v

Merhaba Fatma, RİDÖ üniversite öğrencileri için geliştirilmişti. Araştırma grubunuz üniversite öğrencileri ise ölçeği kullanabilirsiniz. Ekte gönderiyorum.

Kolaylıklar...


MTD

...

--

Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST  
Hacettepe Üniversitesi  
Eğitim Fakültesi  
Psikolojik Danışma ve Rehberlik A.D.  
06800 Beytepe / ANKARA  
Tel: (312) 297 85 51 / 111  
Faks: (312) 299 20 27

Assoc. Prof. Meliha TUZGOL DOST, Ph.D.  
Hacettepe University  
Faculty of Education  
Department of Educational Sciences  
Division in Psychological Counseling and Guidance  
Phone: +90 312 297 85 51 / 111  
Fax: +90 312 299 20 27

?  
Um9tYW50aWs...  
 Doküman

 Sena Karakuş 8 May 2022    
alıcı: ben ^

Kimden Sena Karakuş karakussena@outlook.com


Alıcı 20206305@std.neu.edu.tr  
20206305@std.neu.edu.tr

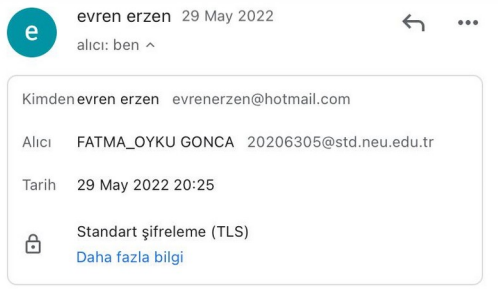
Tarih 8 May 2022 18:57

 Standart şifreleme (TLS)  
[Daha fazla bilgi](#)

Merhabalar öncelikle ölçeğe olan ilginizden dolayı teşekkür ediyorum. Ölçeği tabi ki kullanabilirsiniz. Size ekte ölçeği ve değerlendirme kısmını iletiyorum. Değerlendirme kısmında ufak değişiklik var o yüzden gönderdiğim eki kullanmanızı rica ediyorum. Ölçekten toplam puan alınabilmektedir. Derecelendirme için ise aralıklar verilmemektedir. Derecelendirme ölçeği şeklindedir ölçek. Kişi 1 ile 7 arasında kendine uygun olan seçeneği işaretler. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. Sevgiler.

[İLETİNİN TAMAMINI GÖSTER](#)

Psikolojik  
Esneklik Ölçeği...  
 Doküman



Merhabalar

Ölçeği çalışmanızda kullanmanızdan memnuniyet duyuyorum. Ölçekle ilgili psikometrik özellikler makalede yer alıyor. Ölçek maddeleri ise makalenin sonunda bulunuyor. Ayrıca yardımcı olabileceğim bir konu olursa bana ulaşabilirsiniz.

Çalışmalarınızda başarılar diliyorum.

İyi çalışmalar

Dr. Evren ERZEN

Ölçekte her bir bireyin bağlanma stilini ayrı ayrı belirlemeyi amaçlıyorsanız bir bireyin sahip olduğu en yüksek bağlanma stili puanını belirliyorsunuz ve o kişi hangi bağlanma stilinden en yüksek puanı aldıysa o bağlanma stiline sahip olarak kabul ediliyor. Eğer bireyin bağlanma stiliyle sürekli verileri analize sokacaksanız her bir bağlanma stilinin toplam puanını almanız yeterli olacaktır. Burada dikkat edilecek tek nokta tüm bağlanma stillerinin ayrı ayrı toplam puanlarının alınmasıdır. Üç stili de toplayıp tek bir puan elde edilmesi mümkün değil. Çünkü boyutlardan ikisi negatif birisi pozitif.

**Özgeçmiş**

1. **Adı Soyadı:** Fatma Öykü Gonca
2. **Doğum Tarihi:** 17.03.1996
3. **Unvan:** Psikolog
4. **Öğrenim Durumu:**

<b>DERECE</b>	<b>ALAN</b>	<b>ÜNİVERSİTE</b>	<b>YIL</b>
Lisans	Psikoloji	İzmir Ekonomi Üniversitesi	2014
Yüksek Lisans	Klinik Psikoloji	Yakın Doğu Üniversitesi	2021



## İntihal Rapor Oranı

### ORJİNALLİK RAPORU

% <b>11</b>	% <b>10</b>	% <b>2</b>	% <b>4</b>
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

### BİRİNCİL KAYNAKLAR

<b>1</b>	<b>docs.neu.edu.tr</b> İnternet Kaynağı	% <b>4</b>
<b>2</b>	<b>acikbilim.yok.gov.tr</b> İnternet Kaynağı	% <b>1</b>
<b>3</b>	<b>dergipark.org.tr</b> İnternet Kaynağı	% <b>1</b>
<b>4</b>	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	<% <b>1</b>
<b>5</b>	KARABACAK, Aynur and DEMİR, Meva. "Özerklik, Bağlanma Stilleri, Bilinçli Farkındalık ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", BAYBURT UNIVERSİTESİ, 2017. Yayın	<% <b>1</b>
<b>6</b>	Submitted to Eastern Mediterranean University Öğrenci Ödevi	<% <b>1</b>
<b>7</b>	Submitted to European University of Lefke Öğrenci Ödevi	<% <b>1</b>

Submitted to Yakın Doğu Üniversitesi

**Etik Kurul Onayı**

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

**BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU**

03.11.2022

Sayın Fatma Öykü Gonca

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2022/1422 proje numaralı ve “Romantik İlişkilerde İstismar Davranışı ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü” yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Prof. Dr. Aşkın KIRAZ

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Koordinatörü