T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

GENÇ YETİŞKİNLERİN ANA BABAYA BAĞLANMA ÖRÜNTÜSÜ, ROMANTİK İLİŞKİLERİNDEKİ BAĞLANMA İLE İLİŞKİ DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Dilek CANSEVER

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Ögr. Üyesi Berke KIRIKKANAT

İSTANBUL – 2022

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

GENÇ YETİŞKİNLERİN ANA BABAYA BAĞLANMA ÖRÜNTÜSÜ, ROMANTİK İLİŞKİLERİNDEKİ BAĞLANMA İLE İLİŞKİ DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Dilek CANSEVER

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Bu tez 03/08/2022 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği/ Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA

BEYAN

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

Dilek CANSEVER

03.08.2022

ÖNSÖZ

Öncelikle tez çalışmamın her aşamasında bana her türlü yardımı sunan, desteğini ve ilgisini hiç esirgemeyen, moral ve motivasyonumu hep yüksek tutan, bilgisiyle ve tecrübeleriyle bana yol gösteren, karşılaştığım her güçlüğü aşmamda büyük bir özveri ile yanımda olan tez danışmanım Dr. Ögr. Üyesi Berke KIRIKKANAT'a sonsuz teşekkürlerimi sunmayı bir borç bilirim.

Yüksek lisans eğitimimde kendimi geliştirmeme yardımcı olan, bilgi ve birikiminden yararlandığım değerli hocam Prof. Dr. Mehmet Z. SUNGUR'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim süresince beni her zaman motive eden, en zor zamanlarımda hep destek olan ve tezime çok büyük katkı sağlayan sevgili arkadaşlarım Gülden GÖKÇEN ve Duygu DOĞDU'ya; verilerin analizinde ve yorumlanmasında büyük bir sabırla ve anlayışla yardımcı olan Arş. Gör. Merve AYVALLI'ya; tez çalışmamda her türlü düzenlemeyi titizlikle gerçekleştiren, desteğini hiç esirgemeyen sevgili Mehmet Ufuk URHAN'a gönülden teşekkür ederim.

Veri toplama sürecinde İstanbul'da online platformda bana destek veren, değerli zamanlarını ayıran ve ölçeklerimi içtenlikle yanıtlayan tüm arkadaşlarıma ve yakınlarına çok teşekkür ederim.

Yaşamımın her anında olduğu gibi, yüksek lisans eğitimim boyunca da yanımda olan, sabırla bana her konuda destek olan, üzerimde büyük emeği olan; biricik annem Gülseren CANSEVER'e teşekkür ederim.

Bu tezi, hayattaki en büyük şansım olan, yaşamımın her anına ışık tutan, sevgisiyle sarıp sarmalayan, bilgi ve tecrübelerini her daim paylaşan, eğitimime büyük katkı sağlayan, beni ben yapan, varlığından güç aldığım, yakın zamanda kaybettiğim ve hüznünü yaşadığım canım babam Hasan Hüseyin CANSEVER'in anısına armağan ediyorum.

Dilek CANSEVER

03.08.2022

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

KISALTMALAR i

TABLO LİSTESİ ii

ÖZET iii

ABSTRACT iv

GİRİŞ 1

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR 8

1.1. Ana Babaya Bağlanma 8

1.2. Yetişkinlikte Bağlanma 14

1.3. Gelişimsel Açıdan Bağlanma Kavramına Bakış 16

1.4. Romantik İlişkilerde Bağlanma 17

1.5. İlişki Doyumu 19

1.5.1. Romantik İlişkilerde İlişki Doyumu 20

1.6. İlgili Araştırmalar 21

1.6.1. Anne Babaya Bağlanma Örüntüsü ile İlgili Yapılmış Araştırmalar 21

1.6.2. Romantik İlişkilerde Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar 24

1.6.3. İlişki Doyumu ile İlgili Yapılmış Araştırmalar 26

BÖLÜM 2: YÖNTEM **30**

2.1. Araştırma Modeli 30

2.2. Çalışma Grubu 30

2.3. Veri Toplama Araçları 31

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu 31

2.3.2. Ana Babaya Bağlanma Ölçeği (ABBÖ) 32

2.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II) 33

2.3.4. İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) 33

2.4. Verilerin Toplanması 34

2.5. Verilerin Analizi 35

BÖLÜM 3: BULGULAR **37**

3.1. Veri Setine Ait Tanımlayıcı İstatistik ile Normal Dağılım Varsayımlarına Dair Bulgular 37

3.2.Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular 38

3.3.Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Bulgular 39

3.4.Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular 41

3.5.Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular 43
3.6.Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular 46
BÖLÜM 4: TARTIŞMA 49
SONUÇ VE ÖNERİLER 57
KAYNAKÇA 61
EKLER 74
ÖZGEÇMİŞ 84

KISALTMALAR

ABBÖ : Ana Babaya Bağlanma Ölçeği

APA : American Psychology Association

DSM : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

İDÖ : İlişki Doyumu Ölçeği

SPSS : Statistical Packages for Social Science

YİYE-II : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri –II

TABLO LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 2.2. : Demografik Değişkenlere Ait Sonuçlar 31

Tablo 3.1. : Katılımcıların Anne Ve Babaya Bağlanma Düzeyleri Ve Alt Boyutları, Bağlanma Stilleri Ve İlişki Doyumlarına Ait Betimsel Sonuçlar İle Çarpıklık Ve Basıklık Katsayıları..... 37

Tablo 3.2. : Genç Yetişkinlerin Anaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma İle İlişki Doyumları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları 38

Tablo 3.3. : Genç Yetişkinlerin Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma İle İlişki Doyumları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları 40

Tablo 3.4. : Genç Yetişkinlerin Anne Ve Babaya Bağlanma Düzeyleri Ve Alt Boyutları, Bağlanma Stilleri Ve İlişki Doyumlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları 42

Tablo 3.5. : Genç Yetişkinlerin Anneye Bağlanma Örüntüleri, Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma Stilleri, İlişki Doyum Düzeyleri Yaşa Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları..... 44

Tablo 3.6. : Genç Yetişkinlerin Anneye Bağlanma Örüntüleri, Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma Stilleri, İlişki Doyum Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Sürelerine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları 46

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü – Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Genç Yetişkinlerin Ana Babaya Bağlanma Örüntüsü, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma ile İlişki Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tezin Yazarı: Dilek CANSEVER **Danışman:** Dr. Ögr. Üyesi Berke KIRIKKANAT

Kabul Tarihi: 03.08.2022 **Sayfa Sayısı:** v (ön kısım) + 73 (tez) + 11 (ek)

Anabilimdalı: Psikoloji **Bilim dalı:** Klinik Psikoloji

Bu çalışmanın konusu genç yetişkinlerin ana babaya bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda İstanbul'da yaşayan 20-40 yaş arasında, romantik ilişki deneyimi olan genç yetişkin bireylere anket uygulaması yapılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda anneye bağlanma arttıkça; kaygılı bağlanmanın azaldığı, ancak kaçınmacı bağlanmanın arttığı, öte yandan ilişki doyumunun arttığı görülmüştür. Anneye bağlanmada aşırı koruma arttıkça; anne ilgisi ve ilişki doyumu artarken, kaygılı bağlanma azalmıştır. Kaygılı bağlanma arttıkça; ilişki doyumu azalmış, kaçınmacı bağlanma arttıkça ilişki doyumu artmıştır. Kaçınmacı bağlanma ile anne aşırı koruması ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Genç yetişkinlerin babaya bağlanmaları arttıkça; baba ilgisi, baba aşırı koruması, ilişki doyumları, kaçınmacı bağlanmaları artmış, kaygılı bağlanmaları ise azalmıştır. Baba aşırı koruması arttıkça; baba ilgi, ilişki doyumu artmış, kaygılı bağlanma azalmıştır. Baba ilgisi arttıkça; kaçınmacı bağlanma ve ilişki doyumu artmış, kaygılı bağlanma azalmıştır. Kaçınmacı bağlanma ile baba aşırı koruma ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Genç yetişkinlerin anne aşırı koruma, baba bağlanma, baba aşırı koruma, baba ilgi ve kaçınmacı bağlanma puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Bununla birlikte anne bağlanma puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin anne bağlanma puanlarının, kadınların anne bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Kaygılı bağlanma puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, kadınların kaygılı bağlanma puanlarının, erkeklerin kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. İlişki doyumu puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin ilişki doyumu puanlarının, kadınların ilişki doyumu puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Bireylerin anne aşırı koruma, baba bağlanma, baba aşırı koruma, baba ilgi, kaygılı bağlanma ve ilişki doyumu düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Öte yandan katılımcıların anne bağlanma düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma puanlarının, 30-35 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma puanlarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte katılımcıların anne ilgi düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne ilgi puanlarının diğer tüm yaş grupları ile farklılaştığı belirlenmiştir. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne ilgi puanlarının, 30-35 yaş grubundaki ve 35-40 yaş grubundaki bireylerin anne ilgi puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Kaçınmacı bağlanma düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. 20-25 yaş grubundaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarının, 30-35 yaş grubundaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Bireylerin anne bağlanma, anne aşırı koruma, anne ilgi, baba bağlanma, baba aşırı koruma, baba ilgi ve kaçınmacı bağlanma düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak bireylerin kaygılı bağlanma düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Romantik ilişki deneyimi 0-1 yıl ile 5 yıl ve üzeri olan grupta yer alan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının farklılaştığı belirlenmiştir. Katılımcıların ilişki doyumu puanları, romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Buna göre 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların ilişki doyumu puanlarının, 0-1 yıl, 1-3 yıl ve 3-5 yıl romantik ilişki deneyimi olanların ilişki doyumu puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Yukarıda bahsedilen tüm araştırma bulguları, mevcut alanyazının bilgileri ışığında tartışılmış olup aile ve çift danışmanlığı alanında çalışan uzmanların danışanlarına ait bağlanma örüntülerini incelenmesinin, onların ilişki doyumunu anlamada önemli bir rol oynadığını görmelerinde etken olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Genç Yetişkinlik, Ana Babaya Bağlanma, Romantik İlişki, Bağlanma, İlişki Doyumu

ABSTRACT

İstanbul Kent University Institute of Graduate Education - Abstract of Master's Thesis

Title of the Thesis: Examining the Relationship Between Young Adults' Parental Attachment Patterns, Attachments in Their Romantic Relation, and Their Relationship Satisfactions	
Author: Dilek CANSEVER	**Supervısor:** Dr. Lecturer Berke KIRIKKANAT
Date: 03.08.2022	**Nu. of pages:** v (pre text) + 73 (main body)+11 (App.)
Department: Psychology	**Subfield:** Clinical Psychology

The purpose of the study was to examine the relationships among young adults' parental attachment styles, romantic attachment styles and their romantic relationship satisfaction. Based on this purpose, a questionnaire was applied to young adult individuals between the ages of 20 and 40 living in Istanbul, who had a romantic relationship experience. As a result of the research, as the levels of mother attachment increased; the levels of anxious attachment decreased, but the levels of avoidant attachment and relationship satisfaction increased. As the levels of maternal overprotection increased; the levels of maternal interest and the levels of relationship satisfaction increased while the levels of anxious attachment decreased. As the levels of anxious attachment increases; the levels of relationship satisfaction decreases, and as the levels of avoidant attachment increases, the levels of relationship satisfaction increases. There was no significant relationship between the levels of avoidant attachment and the levels of maternal overprotection and the levels of anxious attachment. As the levels of young adults' attachment to their fathers increases; the levels of paternal care, the levels of paternal overprotection, the levels of relationship satisfaction, the levels of avoidant attachments increase, while the levels of anxious attachments decrease. As the levels of the father's overprotection increases; the levels of father's interest and the levels of relationship satisfaction increase, the levels of anxious attachment decreases. As the levels of the father's interest increases; the levels of avoidant attachment and the levels of relationship satisfaction increase, while the levels of anxious attachment decreases. There was no significant relationship between the levels of avoidant attachment and the levels of paternal overprotection and the levels of anxious attachment. The levels of maternal overprotection, the levels of paternal attachment, the levels of paternal overprotection, the levels of paternal care and the levels of avoidant attachment scores of young adults did not differ significantly by gender. On the other hand, it was found that the levels of maternal attachment scores differed according to gender, and the levels of men's mother attachment scores were higher than the levels of women's mother attachment scores. It was found that the levels of anxious attachment scores differed according to gender, and the levels of women's anxious attachment scores were higher than the levels of men's anxious attachment scores. It was found that the levels of relationship satisfaction scores differed according to gender, and the levels of men's relationship satisfaction scores were higher than the levels of women's relationship satisfaction scores.

It is obvious that the individuals' levels of maternal overprotection, the levels of paternal attachment, the levels of paternal overprotection, the levels of paternal care, the levels of anxious attachment and the levels of relationship satisfaction do not differ significantly according to age. On the other hand, it was found that the mothers' attachment levels of the participants differed significantly according to age. It was determined that the levels of mother attachment scores of the individuals in the 20-25 age group were higher than the levels of mother attachment scores of the individuals in the 30-35 age group. In addition, it was found that the maternal interest levels of the participants differed significantly according to age. It was determined that the levels of maternal interest scores of individuals in the 20-25 age group differ from all other age groups. It was found that the levels of maternal attention scores of the individuals in the 20-25 age group were higher than the levels of maternal attention scores of the individuals in the 30-35 age group and the individuals in the 35-40 age group. It is seen that the avoidant attachment levels differ significantly according to age. It was found that the levels of avoidant attachment scores of individuals in the 20-25 age group were higher than the levels of avoidant attachment scores of the individuals in the 30-35 age group.

It is seen that the levels of individuals' maternal attachment, the levels of maternal overprotection, the levels of maternal care, the levels of paternal attachment, the levels of paternal overprotection, the levels of paternal care and avoidant attachment levels do not differ significantly according to

the duration of romantic relationship experience. However, it was determined that the anxious attachment levels of individuals differed significantly according to the duration of romantic relationship experience. It was determined that the the levels of anxious attachment scores of the individuals in the group with a romantic relationship experience of 0-1 year and 5 years or more differed. It was found that the levels of relationship satisfaction scores of the participants differed significantly according to the duration of their romantic relationship experience. Accordingly, it was found that the levels of relationship satisfaction scores of those with 5 or more years of romantic relationship experience were higher than the levels of relationship satisfaction scores of those with 0-1 years, 1-3 years and 3-5 years of romantic relationship experience.

All the research findings mentioned above were discussed in light of the available literature and they provided base for the experts working in the field of family and couples counseling to see that examining the attachment styles of their clients played an important role in understanding their relationship satisfaction.

Keywords: Young Adulthood, Parental Attachment, Romantic Relationship, Attachment, Relationship Satisfaction

GİRİŞ

Etkileşim ve ilişki oluşturma eğilimi ile dünyaya gelen insanoğlu, yaşamı boyunca çeşitli ilişki türleri ile varlığını sürdürmeye çalışmaktadır. Literatürde bireylerin yakın ilişki kurabilme ve bunu sürdürebilme becerisi, Neo-Freudyen akımında başlayarak günümüze kadar pek çok kuramla bireylerin yaşamındaki önemi ve yeri üzerinde durulmuş ve ilk bağlanma deneyimlerinin gelecekte kurulacak ilişkileri nasıl şekillendirdiğine vurgu yapılmıştır (Bowlby, 1969: 54; Ainsworth, 1989: 710). Hatta kişilik gelişim kuramcılarından Erikson, Freud'un ilk çocukluk deneyimlerini psikoseksüel sebeplere bağlamasını eleştirerek ilgili deneyimlerin psikososyal yönüne odaklanıp özellikle bakım veren kişi ile çocuk arasındaki iletişimin ve etkileşimin psiko-duygusal boyutlarına ağırlık vermiştir (Burger, 2006: 23).

Kişilik gelişim kuramlarını etkileyen yapı taşlarından birisi olan Erikson, psikososyal gelişim kuramını, 8 gelişim evresiyle sırasıyla güven karşısında güvensizlik, özerklik karşısında utanç, şüphe, girişkenlik karşısında suçluluk, başarılı olma karşısında aşağılık duygusu, kimlik kazanma karşısında rol karmaşası, yakınlık karşısında yalıtılmışlık, üretkenlik karşısında durağanlık, benlik bütünlüğü karşısında umutsuzluk olarak tanımlamakta ve her bir gelişim evresinde çözülmesi gereken krizleri sıralamaktadır. Özellikle bireylerin yakın ilişki kurma becerisinin temellerinin atıldığı ilk evre (temel güvene karşı güvensizlik) ile onu takip eden altıncı evrenin (yakınlığa karşı yalıtılmışlık) detaylarını sunan Erikson, genç yetişkinlik döneminde bireylerin romantik ilişki deneyimlerinin arka planında ilk evrenin şekillendirici gücüne vurgu yapmaktadır. Buna göre ilk evrede bebeğin bakım verenleriyle olan ilişkisinin gelecekteki ilişkilerine zemin hazırladığı ifade edilmektedir. Bu evrede güven temelli kurulan ilişki, bireyin gelecekte kuracağı ilişkilerinde hem kendisine hem de karşısındakine güvenmesini sağlar. Altıncı gelişim evresi olan yakınlığa karşı yalnızlık, 20'li yaşların başlarında başlar ve 30'lu yaşların sonuna kadar devam eder. Bu evrede bireyin başkalarıyla yakın ilişkiler geliştirebilmesi beklenir. Arkadaşlık, dostluk ve romantik ilişkiler yakın ilişkiler kapsamında değerlendirilmektedir (Collins, 2003: 7). Bu ilişki türleri içerisinde romantik ilişkiler ayrı bir yer tutmaktadır. Romantik ilişkiler, güveni ve bağlılığı içeren, bireyin aşk, sevgi gibi duygularının karşılık bulduğu ve karşılıklı desteğin olduğu ilişki biçimi olarak tanımlanabilir (Solmaz, 2010: 28). Romantik ilişkiler; flört etme, birlikte yaşama, evlilik ve diğer uzun süreli beraberlikleri kapsayan kişilerarası bir ilişki biçimidir

(Hendrick ve Hendrick, 2006: 882). Dolayısıyla genç yetişkinlik dönemini yaşayan bireylerin romantik ilişki kalıplarını ve ilgili ilişkilerdeki doyum düzeylerini incelerken bağlanma süreçlerini ele almak gelişimsel açıdan oldukça önemlidir.

Romantik ilişkiler konusunda sık sık yer verilen ve kişinin yaşadığı ilişki içerisindeki duygu, düşünce ve davranışlarına etki eden değişkenlerden birisi bağlanma stilleridir (Sümer ve Arıcak, 2018: 1). Bağlanma, insanın kendisi için önemli gördüğü başkalarına karşı geliştirdiği güçlü duygusal bağ olarak ifade edilmektedir (Bowlby, 1980: 8). Duygusal bağ kurma eğilimi bebeklerin yaşamlarını devam ettirebilmelerinde gerekli olduğu gibi gelişimsel bakımdan önemli olduğu düşünülen bağlanma sistemini de ifade etmektedir. Bağlanma sistemi bebeklerin anne ve türevleriyle fiziksel yakınlığını güçlü tutması ile birlikte hem onların çevreden gelebilecek tehdit ve tehlikelere karşı korunmasını hem de onların çevreyi keşfetmelerinde gerekli koşulların oluşması için zemin hazırlar. Bu sayede bebekler bakım verenleriyle kurdukları ilişki temelinde güven içinde gelişimlerini sağlayabilirler (Sümer ve Güngör, 1999: 36). Bunun sonucunda, bakım verenleriyle güvenli bağlanma gerçekleştiren çocuklar, stresli ve sıkıntılı durumlar yaşadığında güvenlik duygularını koruyabilmekte ve çevreyi keşfe çıkma davranışlarını sürdürebilmektedirler. Güvenli bağlanan çocuk özerkliğini geliştirebilmekte ve gelecekte kuracağı sosyal yaşamındaki ilişkiler için bir model oluşturabilmektedir (Bowlby, 1979: 637). Bebeklik döneminde temel bakım veren anne ve türevleri ile geliştirilen bağlanma örüntüsünün, kişinin yaşamı boyunca kuracağı ve sürdüreceği sosyal ilişkileri ve romantik ilişkileri üstünde etkisi olduğu bilinmektedir (Fraley ve Shaver, 2000: 133; Meredith ve ark., 2007: 166; Sümer ve Güngör, 1999: 41).

Bağlanma kuramına göre, birincil bakım veren tarafından çocuğa sağlanan bakımın niteliğine ve ihtiyaçlarına cevap verme durumuna göre, çocuklar kendilerine ve çevreye yönelik zihinsel temsiller meydana getirirler. Bu içsel çalışan modeller, çocuğun kendisi, diğerleri ve kişilerarası ilişkiler hakkındaki düşüncelerini ve beklentilerini kapsar (Bowlby, 1973; akt. Aspelmeier ve Kerns, 2003: 6). Bowlby'nin kuramında içsel çalışan modeller bilişsel temsiller olarak isimlendirilmiştir. Çocuk bakım vereninden ihtiyacı olan desteği alırsa ve olumlu tepkisini hissederse kendini değerli hisseder ve bakım vereninin ulaşılabilir, güvenilir ve destek veren olduğuna ilişkin bilişsel temsiller meydana getirir. Eğer çocuk bakım vereninden ihtiyacı olan ilgi ve desteği alamazsa ya da ihtiyaçlarıyla uyuşmayan davranışlarla karşılaşırsa kendini değersiz hisseder ve

bağlanma figürünü ilgisiz, güvenilmez ve reddedici birisi olarak algılar. Bu içsel çalışan modeller, kişinin yaşamında erken çocukluk döneminde şekillenmeye başlar ve yaşamı boyunca devam eder. Ainsworth ve ark. (1978: 73), Bowlby'nin bağlanma kuramından yola çıkarak üç çeşit bağlanma örüntüsünü tanımlamıştır. Çocuğun temel ihtiyaçlarını zamanında karşılayabilen bakım verenin eşliğinde, çocuklar oyunlarını oynarken ya da keşiflerini yaparken, kendilerini güvende hissetmektedirler. Bakım verenle güvenli bir bağlanma ilişkisinin kurulması, çocuğun uyumlu bir yapıda gelişimini sağlamaktadır. Bakım verenin çocuktan gelen işaretlere tutarlı olamayan bir şekilde karşılık verdiğinde ya da zamanında karşılık vermediğinde çocukta kaygılı/kararsız bağlanmanın oluşabildiği, buna karşılık bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarına karşı tutarlı bir şekilde tepkisiz kalmasında ise çocuğun bakım verenine kaygılı/kaçıngan tarzda bağlanabildiğini göstermektedir.

Hazan ve Shaver (1987: 518) romantik ilişkileri bağlanma adı altında değerlendirmiş ve çocukluk döneminde meydana gelen bağlanma ile kişinin yetişkinlik döneminde yaşadığı romantik ilişkisindeki bağlanmanın benzer olduğunu belirtmiştir. Hazan ve Shaver (1987: 520), güvenli bağlanan kişilerin partnerleriyle yakınlık kurma noktasında herhangi bir probleme sahip olmadıklarını, diğerlerini güvenilir gördüklerini ve terk edilme korkusu yaşamadıklarını ifade etmişlerdir. Kaygılı/kararsız bağlanan kişiler partnerleriyle yakınlık kurma noktasında rahatsız oldukları, ilişkilerini sürdürmede isteksiz oldukları, duygusal gelgitler yaşadıkları ve kendilerini sevmedikleri yönünde düşüncelere sahip olduklarını ifade etmişlerdir. Kaçıngan bağlanan kişiler ise duygusal ilişkilerinde partnerlerinin kendi isteklerine göre daha çok yakın davrandığını ve bu fazla yakınlıktan rahatsız olduklarını belirtmişlerdir. Brennan, Clark ve Shaver (1998: 51) ise, yetişkin dönemi bağlanma stillerini kaygılı ve kaçıngan bağlanma stilleri olarak ele almaktadır. Brennan ve arkadaşlarına göre (1998: 52), romantik ilişkilerinde kaygılı düzeyde yakınlık gösteren yetişkinler, partnerlerinden sürekli onaylanma beklemektedirler ve onlara ulaşamadıklarında yoğun bir şekilde stres yaşamaktadırlar. Kaçıngan düzeyde yakınlık gösteren yetişkinler ise bağlanmaktan korktukları için yakın bir ilişki kurmamaya dikkat etmektedirler.

Genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerin incelenmesinde ilişki doyumu kavramı da önemli bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. İlişki doyumu, kişinin beklentileri ile partnerinin davranışları arasındaki ilişki şeklinde tanımlanmaktadır

(Sabatelli, 1988: 218). Kişinin beklentilerinin ve ihtiyaçlarının karşılanmasıyla birlikte ilişkiden alınan doyum, romantik ilişkinin sürekliliğini sağlayan bir unsurdur. Yaşanılan ilişkiye yönelik öznel değerlendirmeler sonucunda bireyin ilişkisi hakkında olumlu değerlendirmeleri ilgili ilişkiden doyum sağladığını; olumsuz değerlendirmelerinde ise ilişki doyumu sağlamadığını işaret etmektedir (Hendrick ve Hendrick, 1989: 788). Romantik ilişkiler kurmak ve ilişkiden alınan doyum yaşamın her döneminde önemli olduğu gibi genç yetişkinlik döneminde de büyük önem taşıdığı düşünülmektedir. Bu dönemde genç yetişkin bireylerin bir eş seçmeleri ve bu eşle beraber yaşama ve aile kurma gibi gelişim görevlerini başarılı bir şekilde yerine getirmeleri beklenmektedir (Havighurst, 1956: 221). Bowlby (1969: 98)'nin geliştirdiği bağlanma kuramı romantik ilişki doyumunu açıklayan kavramlardan biridir. İlişki doyumunun duygusal ve fiziksel yakınlığı artırdığı düşünüldüğünde, yapılan araştırmalarda kaçıngan bağlanan yetişkinler, daha az yakınlık, bağlılık ve ilişki doyumu yaşadıkları ve ilişki kurmaya dair güçlük yaşadıkları için ilişkiden doyum sağlayamadıkları tespit edilmiştir (Sarı, 2008: 64; Sümer ve Arıcak 2018: 74). Güvenli bağlanan yetişkinlerin kaygılı/kararsız ve kaçıngan bağlanan yetişkinlere nazaran daha olumlu ilişki deneyimine sahip oldukları bulunmuştur. Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkinler genelde ilişkilerini yakın, istikrarlı ve tatmin edici olarak ifade etmektedirler. Aynı zamanda güvenli bağlanan kişiler ilişkilerinde kabul edici, hoşgörülü ve güven verici bir pozisyonda olurlar. Bu doğrultuda ilişkilerinden yüksek düzeyde tatmin olurlar. Kaygılı/kararsız bağlanan yetişkinler ise kıskançlık, çatışma ve yüksek düzeyde olumsuz deneyime sahip oldukları görülmüştür. Kaçıngan bağlanan yetişkinler ise partnerlerini kontrol altında tutmak ister, güvensiz ve endişeli bir hal içerisindedirler (Mikulincer ve Shaver, 2003: 67). Bu sebeple bu bireyler ilişkilerinde çatışma yaşarlar ve ilişki doyumları olumsuz etkilenir.

Araştırmanın Önemi

Genç yetişkin bireyler üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde genç yetişkin bireylerin ana babaya bağlanması, romantik ilişkilerindeki bağlanma stillerinde belirleyici bir faktör olarak görülmektedir. Örneğin, Akbay (2015: 123), 1022 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada anneye bağlanmanın bağlanma stilleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu saptamıştır. Buna göre bakım vereniyle güvenli bağlananlar, romantik ilişkilerinde benzer bir şekilde bağlanma biçimi göstermişlerdir. Güvenli bağlanan bireyler romantik ilişkilerinde partnerleriyle yakınlık kurabilmekte ve onları güvenilir

görebilmektedir. Diğer taraftan güvensiz bağlanan kısımdan kaygılı/kararsız bağlanan bireyler partnerleri ile yakınlık kurmada rahatsızlık duymakta, ilişkilerini devam ettirmede isteksiz olabilmekte ve duygusal gelgit yaşayabilmektedir. Kaçıngan bağlanma stiline sahip bireyler ise partnerleri ile daha çok yakın olmaktan rahatsızlık duyabilmektedir. Ayrıca genç yetişkinlerin bağlanma biçimleri ile romantik ilişkilerdeki ilişki doyumlarını elen alan Hazan ve Shaver (1987: 513), bakım verenle güvenli bağlanan bireylerin, romantik ilişkilerinde ilişki doyumlarının güvensiz bağlanan bireylere göre yüksek olduğunu bulmuşlardır. Benzer bir çalışmada ise Sümer ve Arıcak (2018: 74), kaçıngan bağlanma ile ilişki doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

Yukarıda da bahsedildiği gibi literatürde bireylerin ana babaya bağlanması, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ve ilişki doyumları farklı araştırmalar tarafından incelenmiş olsa da ilgili üç değişkeni bir arada inceleyen araştırmaların az sayıda olduğu görülmektedir. Özellikle ilgili değişkenleri bir arada ele alan bir araştırmanın, hem aile danışmanlığı hem çift danışmanlığı alanında çalışanlar açısından önemli bulgular sunacağı düşünülmektedir. Aile ve çift terapistlerinin, romantik ilişkilerinde sağlıklı bir bağlanma gerçekleştiremeyen danışanlarının anne ve babalarıyla olan bağlanma ilişkilerinin irdelenmesi terapi sürecinin olumlu bir şekilde ilerlemesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte bireysel ve çift terapileri ile ilişki doyumunu artırıcı yönde destekleyici çalışmaların yapılabileceği öngörülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı genç yetişkinlerin ana babaya bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bunun yanı sıra söz konusu olan değişkenlerden elde edilen puanlar cinsiyet, yaş ve romantik ilişki deneyimi süreleri açısından bir farklılık gösterip göstermediği ele alınmaktadır.

Araştırmanın Temel Soruları

1. Genç yetişkinlerin anaya bağlanma örüntüleri ne durumdadır?

2. Genç yetişkinlerin babaya bağlanma örüntüleri ne durumdadır?

3. Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ne durumdadır?

4. Genç yetişkinlerin ilişki doyum düzeyleri ne durumdadır?

5. Genç yetişkinlerin anaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

6. Genç yetişkinlerin babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

7. Genç yetişkinlerin anaya bağlanma örüntüleri cinsiyete, yaşa ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

8. Genç yetişkinlerin babaya bağlanma örüntüleri cinsiyete, yaşa ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

9. Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri cinsiyete, yaşa ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

10. Genç yetişkinlerin ilişki doyum düzeyleri cinsiyete, yaşa ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Sayıltıları

1. Araştırmanın yapıldığı örneklemin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan katılımcıların "Kişisel Bilgi Formu'nu", "Ana Babaya Bağlanma Ölçeği'ni" , "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II'yi" ve "İlişki Doyumu Ölçeği'ni" gerçek durumlarını yansıtacak biçimde içten ve samimi bir şekilde doldurdukları varsayılmıştır.
3. Veri toplama araçlarının ölçülmek istenen değişkenleri doğru ölçebilecek nitelikte olduğu varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıklar

1. Araştırma evreni İstanbul ili sınırları içerisinde yaşayan 20-40 yaş arasında ve romantik ilişki deneyimi olan bireylerle sınırlıdır.
2. Araştırma Ana Babaya Bağlanma Ölçeği (ABBÖ), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) ve İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Bu araştırmada bağlanma stilleri kaçınma ve kaygı boyutları ile sınırlıdır.

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. Ana Babaya Bağlanma

Bağlanmaya evrensel açıdan bakıldığında, bu kavramın ilk olarak "John Bowlby" tarafından ele alındığı öne sürülmüştür (Akt. Güvendeğer Doksat ve Demirci Çiftçi, 2016: 491). Anne bebek bağlanmasını ilk olarak Bowlby (1988: 83) tarafından; "anne çocuk arasında sürekli sıcak bir ilişkinin olması ve bu ilişkiden her iki tarafın da memnun olması ve haz alması" şeklinde tanımlanmıştır (Akt. Şahin, 2019: 4). Bu bakımdan Bowlby bağlanmayı insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirmiş oldukları güçlü duygusal bağ olarak tanımlamaktadır (Bowlby, 1973: 47). Bowlby'e göre sürekli bir şekilde bakım verenleriyle olan ilişkide yaşanan etkileşimler doğrultusunda, bebekler ne gibi bir beklenti içine gireceklerini öğrenirler ve davranışlarını bu yönde şekillendirirler.

Bağlanma diğer bir kişide yakınlık arama ve bu yakınlığı devam ettirme olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 2012: 39). Bağlanma, doğum öncesi dönemden başlayarak ve bebek dünyaya geldikten sonra bebek ve bakım vereni arasında oluşan ve gelişen çok güçlü bir bağdır. Anne çocuk arasında oluşan bu bağ, çocuğun yaşamı süresince içinde taşıyacağı bir "ben" ve "öteki" kalıbına dönüşmekte olup çocuğun dünya ile kurduğu ilişki tarzını belirlemektedir (Mahler, Pine ve Bergman, 2003: 197).

Bowlby bağlanma kuramını, insanların kendileri için önemli gördükleri başkalarıyla güçlü duygusal bağlar kurmanın önemini ortaya koyan ve çocuk ve bakım verenleri arasında oluşan bağın, çocuğun güvenlik duygusu ve psikolojik uyumuna yönelik önemini niteleyen bir yaklaşım olduğunu öne sürmüştür (Akt: Bretherton, 1992: 761).

Bowlby'e göre bir bireyin yakın ilişki kurmaya ve geliştirmeye gereksinimi vardır ve bu bağlanma ilişkisi bireyin psikolojik gelişimine etki etmektedir. Çocuklar fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanıp karşılanmamasına göre güven ya da güvensizlik duygusu geliştirirler. Bakım verenlerinin ilgisi doğrultusunda da yakınlık kurabilmeyi deneyimlerler ve geliştirirler. Çocukluk döneminin başlarından itibaren bakım verenlerle

güvenli bir bağlanma gerçekleşmemesi, yetişkinlik döneminde olumlu yakın ilişkiler kurmasını azaltmaktadır (Bosma ve Gerslma, 2003: 456).

Bowlby bağlanma kuramının kavramsal çerçevesini üç temel bileşenle tanımlar; yakınlık sağlama, güvenlik üssü ve güvenli bir sığınak olma. Bağlanma kuramındaki temel varsayıma göre bebekler doğduktan sonraki yetersizliklerinden dolayı, onlara bakım veren ve koruyan bir yetişkin varlığında hayatta kalabilmektedir. Bowlby, stres yaratan durumlarda dünyaya gelmiş bebeklerin güvenlik duygularını artırmak ve yakınlığı korumak için gayret sarf ettiklerini ifade etmektedir. Bebeklere bakım veren kişiler genelde anneler olduğu için bağlanma figürleri de anneler olarak görülmektedir. Bebeğin ihtiyaçlarının bakım vereni tarafından karşılanıp karşılanmamasına göre güven duygusu ya da güvensizlik duygusu gelişme göstermektedir. Bağlanma figürüyle yakınlık sağladığında bebekler, bağlanma figürünün dışında kalan kişilerle ilişki içinde olabileceği ya da keşfedebileceği bir güvenlik üssüne sahip olmaktadır. Böylece bebek ihtiyaç duyduğu ve istediği zaman güvenlik için dönebileceği bir güvenlik üssü olduğunu anlamaktadır. Bağlanma figürü uzaklaşıp döndüğünde, bebeğin yaşadığı sıkıntıyı yatıştırmakta ve bu şekilde güvenli bir sığınak işlevi sergilemektedir (Hazan ve Shaver, 2000: 33).

Bowlby (2012: 64-65) bebeğin bağlanmasının doğasını dört temel teoride ele almıştır; (1) bebeklerin karşılanması gereken temel fizyolojik ihtiyaçlarının olması, (2) bebeklerin içsel olarak anne memesini emmesi, (3) bebeklerin bireye yapışma ve temasta bulunma eğilimlerinin olması ve (4) bebeklerin rahimden çıkarılmaya kızdıkları için rahme geri dönmeye çaba göstermesi şeklinde ifade etmektedir. Bowlby'e (1980: 27) göre erken çocuklukta atılan bağların temelleri anneyle oluşan ilk dokunsal temasa dayanmakta olup gelişerek devam etmektedir. Bir yaş itibari ile erken çocukluk döneminde ihtiyaçların yerinde, yeterince ve zamanında karşılanması çocuk ve anne arasında güven ilişkisinin kurulduğunu ve bu sayede çocuğun güvenle dünyayı keşfe hazırlandığını göstermektedir (Ainsworth ve Bowlby, 1991: 333). İkinci yaş itibariyle hareketleri artan bebek sürekli olarak bağlanma davranışı sergilemektedir. Üç yaş ile de çocuk anneye daha az ihtiyaç duyduğundan bağlanma davranışı azalmaktadır ve çocuğun çevresindeki bağlanma figürleri (akraba, öğretmen vb) artmaktadır (Bowlby, 2012: 367). Üç-altı yaşları arasında çocukların anneyle kurduğu güvenli ve güvensiz bağlanma

örüntüleri, çocukların diğer nesnelerle ve bireylerle kuracakları bağlanma biçimlerini şekillendirmektedir (Dalgar, Civil, Savaş ve Şahin, 2022: 89).

Bağlanma kuramına göre bağlanma figürü olarak daha çok annenin üzerinde durulmasına rağmen baba da bağlanma kuramında önemli bir yere sahiptir. Bowlby (2012: 367) hem annenin hem de babanın çocuğuna karşı destekleyici ve cesaretlendirici davranışlarda bulunmasının, çocuğun diğerleriyle olan ilişkilerinde daha güvenli ve kaliteli ilişkiler kuracağını ifade etmektedir. Erken çocukluk döneminde baba-çocuk ilişkisinde baba oyun arkadaşı olarak rol oynamaktadır (Brown, McBride, Shin ve Bost, 2007; George, Cummings ve Davies, 2010: 201). Anneye bağlanma kadar babaya bağlanma da önemlidir. Appleton (1981: 727) çalışmasında babalarının desteğini alan ve ilgisiyle büyüyen kız çocuklarının yetişkinlik döneminde daha olumlu ilişkilere sahip olduklarını göstermiştir. Amato (1994: 1033) çocukluk döneminde baba ile yakın ve pozitif bir ilişki kurulmasının yetişkinlik döneminde hem kadın hem de erkeklerde eğitim düzeyi, iş hayatı ve psikososyal uyumu pozitif yönde etkilediğini belirtmiştir.

Ainsworth ve ark. (1978: 46) çocukların bağlanma biçimlerini güvenli, kaygılı/ kararsız ve kaçıngan olmak üzere üç gruba ayırmıştır. Çocuğun ihtiyaçlarının zamanında ve uygun bir şekilde karşılanması sonucunda çocuk kendisini değerli, çevresini de güvenilir görmektedir. Böylece çocukta güvenli bağlanma gelişmeye başlar ve ilgili durumu çevresine gösterir (Bowlby, 1982: 603). Ainsworth ve ark. (1978: 47)'e göre anneleri çocukların temel ihtiyaçlarını zamanında karşılarsa, çocuklar güvenli bağlanmakta, güven içerisinde oyun oynamakta ve çevrelerini keşfedebilmektedirler. Anneden ayrı kaldıklarında ise huzursuz hissetmekte ve anne ile olan buluşmalarında anne ile yakın olma ve temasta bulunma arayışına girmektedirler ve çevreyi keşfe çıkmaktadırlar. Ancak birincil bakım veren figürlerin çocuklarının temel ihtiyaçlarını karşılaşamaması, güvenli bağlanma dışında bahsi geçen kaygılı/kararsız ile kaçıngan bağlanma stillerinin görülmesine neden olmaktadır. Laible ve arkadaşları (2004: 559)'e göre güvenli bağlanan çocuklar bakım verenlerine yönelik olumlu zihinsel temsiller meydana getirdikleri için diğerleriyle olan ilişkilerinde daha sosyal olmaktadırlar. Güvenli bağlanan çocuklar yetişkinlik döneminde uzun soluklu romantik ilişki yaşama eğilimi göstermektedirler. Aynı zamanda ilişkileri güven temeline dayanmakta olup, duygu ve düşüncelerini rahatlıkla dile getirebilmektedirler ve ilişki doyumları yüksek

olmaktadır. Öte yanda güvensiz bağlananların zihinsel temsilleri olumsuz olduğundan olumsuz kişilerarası ilişkilerin oluşumu söz konusu olmaktadır.

Çocuğun duygusal veya fiziksel ihtiyaçlarının uygun zamanda ve gerektiği kadar karşılanmaması sonucunda çocuk kendini yetersiz ve bağımlı hisseder ve çevreyi keşfetme konusunda birtakım sıkıntılar yaşar (Bowlby 1982: 579; Bowlby 1988:3). Kaygılı/ kararsız bağlanma biçimine sahip çocuklar annelerinden ayrıldıklarında kaygıya kapılırlar, gergin ve kızgın hissederler. Anneleriyle tekrar yan yana geldiklerinde sakinleşmekte zorlanmaktadırlar, anneleriyle daha fazla yakınlık kurmayı tercih etmektedirler ve ondan ayrılmak istememektedirler (Kocayörük, 2009: 108). Bu bağlanma biçimine sahip çocuklar yetişkinlik döneminde diğerlerine karşı aşırı bağımlı ve aşırı koruyucu bir yapıya sahip olmaktadır. Romantik ilişkilerinde partnerlerine yakın olmak isterler ama reddedilecekleri ve terk edilecekleri konusunda yoğun bir şekilde kaygı yaşarlar.

Kaçıngan bağlanma biçimine sahip çocukların anneleri çocuklarının ihtiyaçlarını tutarlı bir şekilde karşılamamıştır ve çocuklar da annelerine karşı kaçıngan bir davranış geliştirmişlerdir. Kaçıngan bağlanan çocuklar annelerinden ayrıldıklarında çok etkilenmemektedir. Aynı zamanda tekrardan bir araya geldiklerinde ise anneleriyle iletişim kurmakta kaçınmakta ve ilgilerini oyun oynamaya vermektedirler (Kocayörük, 2009: 109). Bakım veren kişi ile çocuk kaliteli vakit geçirmediğinden aralarında sosyal ve duygusal bir bağ oluşmaz. Bakım veren kişi soğuk bir yapıya sahiptir ve genellikle çocuğun temas isteğini reddeder (Soğancı, 2017: 17). Bu bağlanma biçimine sahip bireyler ilişkilerinde yakınlık kurmaktan kaçınan bir yapıya sahiptirler, ilgili ilişkilerde değersiz görüleceğine ve sevilmeyeceğine karşı yoğun korku yaşarlar.

Çocukların bağlanma stillerini incelemek ve somutlaştırmak amacıyla gerçekleştirilen Yabancı Durum Testi (Ainsworth vd., 1978: 73) olarak adlandırılan deneysel çalışmada çocukların temel psikolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının birincil bakım veren kişiler tarafından karşılanıp karşılanmadığı onların bağlanma figürlerinden ayrıldıklarında hangi davranışsal tepkileri gösterdiği ile tespit edilmiştir. Özellikle ilgili deneysel çalışmada çocuk ve annesinin üçer dakika ve yedi ayrı aşamada değerlendirilerek çocuğun bağlanma durumu incelenmiştir. Çocuk üçer dakikalığına yabancı birisiyle anneden ayrı bırakılmıştır. Bu süre zarfında annesinden ayrı bırakılan

ve sonrasında annesiyle bir araya getirilen çocukların tepkileri ile güvenli ve güvensiz bağlanma örüntüleri değerlendirilmiştir. Bu çalışma sonucunda güvensiz bağlanma, kaygılı/ kararsız bağlanma ve kaçıngan bağlanma olmak üzere üç tip bağlanma tespit edilmiştir. Ayrıca güvenli bağlanma türü de bulgulanmış olup güvenli bağlanan çocukların annelerini güvenli bir üs olarak görüp, çevreyi keşfetmeye yöneldiği gözlemlenmiştir. Güvenli bağlanmaya sahip olanların, annelerinden ayrıldıktan sonra stresli oldukları ve annelerinin gidişine tepki verdikleri, anneleriyle tekrar buluştuklarında yeniden çevreyi keşfettikleri görülmüştür. Kaygılı/ kararsız bağlanan çocukların annelerinden ayrıldıktan hemen sonra stresli tepki verdikleri, buluştukları zamanda da benzer tepkiyi sergiledikleri ve ayrıldıkları an da direnç göstererek tepki gösterdikleri ve biraz keşfetme davranışı sergiledikleri gözlemlenmiştir. Kaçıngan bağlanan çocukların annelerinden ayrı oldukları sürede az stres davranışı sergilediği, anneleriyle buluştuklarında ise yakın olma eğiliminden kaçındıkları ve keşfetme davranışına dönmedikleri ortaya çıkmıştır.

Ainsworth (1969: 981)'e göre bebeklerin dünyaya gelmesi ile anne ve babalarıyla kurdukları ilişki onların bağlanma stillerini etkilemektedir. Özellikle çocukluk döneminde ebeveyne bağlanma ile yetişkinlik dönemindeki bağlanmanın benzerlik taşıdığı görülmektedir (Ainsworth, 1989: 712; Barthomelow, 1990: 149; Bowlby, 2012: 31; Strahan, 1995: 35). Bu ilişkinin vurgulandığı kuramsal yaklaşımlardan Nesne İlişkisi Kuramı da nesne ilişkisinin öneminden bahsederek (Bowlby, 2012: 112), nesne ilişkilerini içsel bilinçdışının belirlenmesi ve dışsal bizim için yaşamımızda önemli olan ötekilerin özelliklerinin içselleştirilmesi olarak ifade edilmektedir (Akt: Akbay, 2015: 3).

Nesne ilişkileri kavramı, içselleştirilmiş kişilerarası ilişkiler olarak tanımlanmaktadır. Başka bir ifadeyle nesne ilişkileri, kişilerarası ilişkileri düzenleyen, kişilerarası bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçleri ifade eder. Nesne ifadesi, ilk olarak Freud tarafından kullanılmış olup, bireyin ilişki içinde olduğu, duygularını ve dürtülerini yönlendirdiği belirli bir kişiyi temsil etmektedir. Erken dönemde bireyin içselleştirmiş olduğu nesneler, bireyin yetişkinlik yaşamında tekrar ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultuda bireyin duygusal ilişkisinde partnerine yönelik olan davranışlarının, bireyin içselleştirmiş ebeveyn parçalarıyla ilişkili olduğu görülmektedir (Deveci, 2021: 63). Çocukluk döneminin başlarında ebeveyn ile kurulan ilişkide gelişen bireyin iç temsilleri, gelecekte önemli ötekilerle kuracağı ilişkide duygu, düşünce ve davranışlarını belirlemektedir.

Bağlanma Kuramları ve Nesne İlişkileri Kuramının önemle vurguladıkları kavramlardan biri olan ve bireyin iç temsillerini yansıtan "İçsel Çalışan Modeller", bebeklerin bakım verenleriyle geliştirdikleri bağlanma stiline göre kendilerine ve çevrelerine ilişkin zihinsel temsiller olarak gelişmektedir. Bowlby'nin bağlanma kuramına göre; bireylerin hem kendini hem de yaşamındaki önemli ötekileri algılama şekline göre geliştirdiği zihinsel temsilleri vardır. Bireyler çocukluk döneminde bakım verenleriyle etkileşimlerini içselleştirmekte ve bu etkileşimler bağlanma biçimlerini şekillendirmektedir. Bağlanma kuramına göre; bağlanma örüntülerinde sürekliliğin olması içsel çalışan modellerin aracılık etmesiyle sağlanmaktadır. Bebekler bakım verenleriyle tekrar eden etkileşimler ışığında, onların nasıl tepki vereceğini öğrenmekte olup kendi davranışlarını buna göre ayarlamaktadırlar. Bowlby erken dönemde içsel çalışan modeller aracılığı ile oluşan bağlanma örüntülerinin çok fazla bir değişime uğramadan yaşamın ileriki dönemlerine aktarıldığını ileri sürmüştür (Bowlby, 1969: 202). Bowlby'e göre yetişkin bağlanma biçimleri çocukluk döneminde oluşan içsel çalışan modeller aracılığıyla şekle girmektedir.

Bireyin erken çocukluk döneminde sahip olduğu bağlanma stiline göre şekillenen içsel çalışan modellerin hem kendisine hem de kişilerarası ilişkilere dair bakış açısına zemin hazırladığı görülmektedir (Bowlbly, 1980: 254). Örneğin, erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle sıcak ve tutarlı ilişki deneyimi olan çocuklar bağlanma figürleriyle güvenli bağlanmaktadırlar. Bunula birlikte güvenli bağlanan bireyler kendileri ve diğerleri hakkında olumlu zihinsel temsillere sahip olmaktadır. Daha sonra bu bireyler kendilerini sevilmeye layık ve değerli hissederken, diğerlerini de güven veren, sorumluluk sahibi ve destekleyen bireyler şeklinde nitelendirmektedirler. Diğer taraftan bakım verenleriyle soğuk ve reddedici ilişki deneyimleyen çocuklar, kendilerine ve diğerlerine karşı olumsuz zihinsel temsiller geliştirmektedirler. Bu doğrultuda bu bireyler kendilerini sevilmeye layık olmayan ve değersiz hissederken, diğerlerini de güvenilmez, sorumsuz ve soğuk olarak görmektedirler (Akbay, 2015: 14).

Bebeklik ve çocukluk döneminde geliştirilen içsel modeller gelecekte de gelişim ve değişim göstermeyi sürdürür (Collins, Cooper, Albino ve Allard, 2002: 976). Erken yaş döneminde bağlanma figürü ile yaşanılan yaşantılar, bireyin kendisine ve diğerlerine yönelik içsel çalışan modelleri geliştirir, bu modeller sonraki yıllarda kurulan yakın ilişkilerde bir rehber niteliği taşır. Bu doğrultuda bağlanma örüntülerinin bireylerin

romantik ilişkilerinde kendisine ve partnerine yönelik beklentilerini ve inançlarını etkilediği düşünülmektedir (Bartholomew ve Horowitz 1991: 226; Hazan ve Shaver, 1987: 518).

1.2. Yetişkinlikte Bağlanma

Bowlby (1969; 205) bireyin yaşamının ilk yıllarında bakım vereniyle olan yaşantılarının, bireyin kendisinin kişilik yapısı ve kişilerarası ilişkilerine yönelik ömür boyu süren kalıcı bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Buradan hareketle Ainsworth ve arkadaşlarının (1978: 74) ileri sürdükleri üç bağlanma türünü, Main, Kaplan ve Cassidy (1985: 69) yetişkin bağlanmasında güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçıngan olmak üzere üç şekilde ele almışlardır. Aynı zamanda Hazan ve Shaver (1987: 518) erken çocukluk döneminde geliştirilen bağlanma biçimleri ile yetişkin romantik ilişkilerindeki bağlanma biçimlerinin benzerlik gösterdiğini ifade etmiştir. Hazan ve Shaver (1987: 519) güvenli bağlanan bireylerin romantik ilişki kurmakta zorlanmadıklarını, terk edilme korkularının olmadıklarını ve ilişkilerinde mutlu olduklarını vurgulamıştır. Kaygılı/ kararsız bağlananların romantik ilişkilerinde başkaları ile ilişki kurmaktan rahatsızlık duyduklarını, terk edilme korkularının olduklarını, duygusal inişler çıkışlar yaşadıklarını, sevilmeye layık olmadıklarını düşündüklerini ifade etmişlerdir. Kaçıngan bağlanma biçimine sahip olan bireylerin ise diğerlerinin kendileriyle yakın ilişki kurmak istemesinden rahatsız olduklarını belirtmişlerdir.

Bartholomew ve Horowitz (1991: 227), Bowlby'nin kuramından etkilenerek yetişkin bağlanma boyutunu dörtlü bağlanma modeline göre açıklamıştır. Bu model bağlanma ilişkisi gerçekleştikten sonra oluşan benliğe ve başkalarına yönelik içsel çalışan modellerden yola çıkılarak meydana getirilmiştir. Bu doğrultuda ilgili araştırmacılar dört çeşit bağlanma stili önermişlerdir. Bunlar güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma olarak adlandırılmıştır. Güvenli bağlanan yetişkinler kendilerini sevilmeye layık olarak nitelendirirken, diğer bireyleri de güvenilir olarak belirtmekte olup onlara karşı olumlu yaklaşmaktadır. Bununla birlikte güvenli bağlanan bireyler başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilmektedirler. Saplantılı bağlanma biçimine sahip olanlar kendilerini sevilmeye layık görmezken, diğerlerini olumlu olarak değerlendirirler. Ayrıca ilişkilerine karşı takıntılı tutum sergilerler. Kayıtsız bağlanan bireyler ise kendilerini sevilmeye layık ve değerli görürken, diğerlerine karşı olumsuz düşüncelere sahiptir. Bu

bağlanma biçimine sahip olanlar reddedilmekten ve hayal kırıklığına uğramaktan korktukları için yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar. Son olarak korkulu bağlanma biçimine sahip bireyler kendilerini değersiz olarak görürken diğerlerini de güvenilmez olarak değerlendirirler. Aynı zamanda yakın ilişki kurmaktan uzak durmaktadırlar, reddedileceklerine ve incineceklerine dair düşüncelere sahip olduklarından dolayı kendilerini korumaya alırlar.

Bartholomew ve Horowitz (1991: 227), Hazan ve Shaver (1987: 518)'ın bağlanma modeli ve Bowlby'nin içsel çalışan modellerini dörtlü bağlanma modeli geliştirerek açıklamıştır. Bartholomew ve Horowitz (1991: 227), kişinin kendisine ve başkalarına ilişkin olumlu ve olumsuz düşüncelerinin olmasını, benlik modeli ve başkaları modeli olarak adlandırdığı iki bölüm üzerinde değerlendirilen, güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma biçiminden meydana gelen bir yetişkin bağlanma modeliyle tanımlamıştır. Bu modele göre güvenli ve saplantılı bağlanma biçimine sahip kişiler başkalarına yönelik olumlu düşüncelere sahiptir. Güvenli bağlananlar kendileri için olumlu düşüncelere sahip olurken saplantılı bağlananlar ise kendileri için olumsuz düşüncelere sahip olmaktadır.

Kayıtsız bağlanan kişiler kendilerine karşı olumlu düşüncelere sahip olurken, başkalarına karşı olumsuz düşüncelere sahip olmaktadır. Bu sebeple kayıtsız bağlanan kişiler ilişki kurmaktan kaçınırlar. Korkulu bağlanma biçimine sahip kişiler hem kendilerine hem başkalarına karşı olumsuz düşüncelere sahiptir. Bundan dolayı korkulu bağlanan kişiler reddedileceklerine dair inançlarından dolayı ilişki kurmaktan kaçınırlar. Hem kayıtsız hem korkulu bağlanma biçimine sahip kişiler başkalarına karşı olumsuz zihinsel temsilleri olduğu için ilişki kurmaya yaklaşmazlar. Sümer ve Cozzarelli (2004: 356) çiftler üzerine yaptıkları bir araştırmada yetişkinlerin bağlanma stillerinin ve partnerlerine yaptıkları atıfların ilişki doyumuna etkisini incelemişlerdir. Bulgulara göre güvenli bağlananların kendilerine ve partnerlerine yönelik olumsuz zihinsel temsillerinin daha az olduğu ve bu durumun da ilişki doyumuyla pozitif ilişkisi olduğu bulunmuştur. Korkulu bağlananların kendilerine ve partnerlerine ilişkin olumsuz zihinsel temsillerinin olduğu ve bunun da ilişki doyumunu negatif yönde etkilediği görülmüştür. Kişilerin kendilerine ve ilişkilerine yönelik oluşturduğu zihinsel temsiller, bağlanma biçimleri ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi göstermektedir.

Öte yandan çocuk ve yetişkin bağlanması arasında benzerlikler olduğu gibi önemli farklılıklar da bulunmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994: 4). Erken yaş döneminde çocuk ve bakım vereni arasındaki ilişkide bakım veren çocuğa bakmakla sorumludur fakat çocuk bakım verenine bakmakla sorumlu değildir. Yetişkin bağlanma ilişkisine bakıldığında ise çiftler hem bakım veren hem de bakım alandır. Ayrıca bir bebeğin bakım figürü anne ya da babası olurken, bir yetişkinin bağlanma figürü bir akranı genellikle de karşı cinsten birisi olmaktadır. Bununla birlikte bebek ve çocuklar kendilerini güvende hissetmek için bakım verenle fiziksel temasa geçerken, yetişkinler rahatlamaya ihtiyaç duyduklarında bağlanma figürüne dokunabilecekleri bilgisine sahiptirler. Buradan hareketle yetişkin bağlanma ilişkisinde, çocuk bağlanmasından farklı olarak, cinsellik ve bakım ihtiyaçlarının bütünleştirilmesi önemlidir (Fraley ve Shaver, 2000: 148).

1.3. Gelişimsel Açıdan Bağlanma Kavramına Bakış

Bağlanma süreci gelişimsel açıdan ele alındığında doğumla beraber başlar, ilk 2 ayda bebek meme arama, başını döndürme, parmak emme, anneye yönelme gibi birtakım davranışlarda bulunur. 3. ay itibari ile bebek bakım verenle uzun süreli göz teması kurabilmekte, gülümsemekte ve sesler çıkarabilmektedir. Bebekler 7. aydan sonra yabancı kişilere karşı daha çekingen ve kaygılı davranışlar göstermektedirler. Bebek ve bakım vereni arasında olan bağlanma net bir şekilde 6 ile 24 ay arasında gerçekleşmektedir (Kaplan ve ark., 1994: 162).

Ergenlik, çocukluk çağından yetişkinlik dönemine geçerken oluşan dönüşüm ya da başkalaşım süreci olarak tanımlanmaktadır (Parman, 2000: 5). Ergenlik döneminde bireyler fiziksel, duygusal ve bilişsel değişiklikler yaşamaya başlar. Bir yandan da ergenler kimliklerini bulma sürecindedirler. Bunun yanında ergenlik dönemi, ergenlerin ahlaki değer yargılarını oluşturduğu, topluma faydalı bir birey olma bilincini edindiği ve meslek seçimiyle ilgili kararlar aldığı bir dönemdir (Deniz, 2008: 75).

Bağlanma süreçleri, ergenlerin kimlik gelişim sürecine etki etmektedir. Yapılan araştırmalara göre, güvenli bağlanma stiline sahip ergenlerin başarılı kimlik geliştirdikleri öne sürülmektedir. Aynı zamanda güvenli bağlanma süreçleri akran ilişkilerinde de güvenli ilişkilerin oluşmasını sağlamaktadır (Çıkıt, 2017: 11).

Çocuklukta birincil bakım verenle kurulan bağlanma, ergenlikte yerini akranlarla kurulan bağa bırakmaktadır. Çocukluk döneminde birincil bakım verenle kurulan bağlanma şekli, ergenlik döneminde olan bireylerde akranlarıyla kurdukları ilişkiyi etkilemektedir (Hamarta, 2004: 22). Güvenli bağlanan bireyler sosyal hayatlarında rahat iletişim kurabilmekte, ergenlik süresince daha az agresif davranış sergilemekte ve stresle daha kolay başa çıkabilmektedir. Güvensiz bağlanan bireyler aile içinde huzursuzluk ve birtakım problemler yaşayabilmektedir. İlgili bireyler, ailelerini bağımsızlıklarına karşı bir tehdit olarak görmekte olup onlara karşı gelmektedir. Bu kişiler sadece aileleriyle olan ilişkilerinde değil, diğer ilişkilerinde de sorunlar yaşayabilmektedirler (Sroufe, 2005: 352).

Güvenli bağlanan çocuklar, ergenlik dönemi boyunca daha dışa dönük olurlar. Bu çocuklar kişiler arası ilişki kurmakta zorlanmazlar ve öz saygıları yüksektir. Aynı zamanda daha az depresif davranış sergilerler ve kaygı seviyeleri düşüktür. Korkulu bağlanma stiline sahip ergenler kişilerarası kurdukları ilişkilerde daha doyumsuzdurlar ve kısa süreli ilişkiler yaşarlar. Kaçıngan bağlanma yaşayan ergenler ise sosyal ilişki içerisine girmekten çekinirler ve duygusal ilişki kuramazlar (Deniz, 2006: 90).

1.4. Romantik İlişkilerde Bağlanma

Yakın ilişkiler insan yaşamının vazgeçilmez bir parçasıdır. Romantik ilişkiler yakın ilişkiler adı altında değerlendirilen ilişki biçimidir. Romantik ilişkiler; flört etme, birlikte yaşama, evlilik ve diğer uzun süreli beraberlikleri kapsayan kişilerarası bir ilişki türüdür (Hendrick ve Hendrick, 2006: 82). Colins (2003: 13) romantik ilişkiyi her iki bireyin isteyerek ve gönüllü olarak devam ettirdiği, karşılıklı duygusal alışverişin olduğu bir tür beraberlik biçimi şeklinde tanımlamıştır. Colins (2003: 14) romantik ilişkiyi beş özellik içerisinde ele almıştır. Bu özellikler; katılım, partner seçimi, ilişki içeriği, bilişsel-duyuşsal süreçler ve ilişki kalitesidir. Katılım, ilişki yaşayan kişilerin ilişkiye katılımı olup olmadığını, ilişkiye başlama yaşını ve ilişkiyi ne sıklıkta sürdürdüğünü; partner seçimi, kişinin ilişki kuracağı partnerinin ne tür özelliklere sahip olduğu; ilişki içeriği; kişinin partneri ile nasıl vakit geçirdiği, ne tür faaliyetlerde bulunduğu; bilişsel-duyuşsal süreçler ilişkide olan kişilerin kendilerine özgü yapıları, duyguları, algıları; ilişki kalitesi ise ilişkinin kişiye kazandırdığı yararlı özellikleri ifade eder (Colins, 2003: 14).

Son yıllarda romantik ilişkiler üzerine yapılan çalışmalar git gide artmaktadır. Sternberg'e (1988: 120) göre romantik ilişkiler üç temel ögeden meydana gelmektedir; yakınlık, tutku ve bağlılık. Moss ve Schwebel (1993: 34) ise romantik ilişkiyi bağlanma, duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık, fiziksel yakınlık ve karşılıklılık olmak üzere beş bileşen temelinde değerlendirmiştir.

Psikososyal gelişim kuramı romantik ilişkide iki önemli evreye vurgu yapar. İlk olarak Temel Güvene Karşı Güvensizlik Evresidir. Bu evrede çocuğun bakım vereniyle kurduğu ilişki güven temelli oluşturulmuş ise kişinin gelecekteki ilişkilerinde karşısındakine güvenmesini sağlar. Aksi takdirde bakım veren figürle çocuk arasındaki güvensizlik, gelecekteki ilişkilerin temelini sarsar. İlgili kuramın vurguladığı diğer evre ise Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık Evresidir. Bu evrede kişi ilişki kurmaya ihtiyaç duyar, kişi sağlıklı ilişkiler kurabilirken, olumsuz ilişkiler de kurabilir. Bu olumsuz ilişkiler de kişinin güven duygusuna zarar verir ve yalıtılmışlık hissetmesine sebep olur. Bireyin bebeklik ve ergenlik döneminde yaşadığı ilişkiler ileride yaşayacağı romantik ilişkilerini etkileyecek örüntüler geliştirmesine neden olur.

Yetişkinlikte yaşanan romantik ilişkilerde sevgi duygusu bebeklik ya da çocukluk döneminde bakım verenle kurulan bağlanma ilişkisi bağlamında değerlendirilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987: 516). Hazan ve Shaver Ainsworth'un bağlanma biçimlerini temel alarak bireylerin yetişkinliklikteki bağlanma biçimlerine ve romantik ilişkilerine açıklık getirecek biçimde şekillendirmişlerdir (Bartholomew, 1994: 29). Buna göre üç yetişkin bağlanma biçimi yer almaktadır: güvenli bağlanma (bakım verenle güven geliştirmiş olan); kaygılı bağlanma (bakım verenle duygusal açıdan kararsız ve kıskanç davranan); kaçıngan bağlanma (bakım verenle yakın olma korkusu nedeniyle kaçıngan davranış geliştirmiş olan) (Fraley ve Shaver, 2000: 137).

Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler için önemli olan şeyin güvenlik duygusu olduğu görülmektedir. Bu kişiler kendilerine ve başkalarına güven duyarlar ve yakın ilişkiler geliştirme konusunda başarılıdırlar. Kaygılı ve kararsız bağlanma stiline sahip bireyler reddedilmek ve terk edilmek gibi korkularının olduğu görülmektedir. Bu kişiler ilişkilerinde kıskanç ve aşırı takıntılıdırlar. Aynı zamanda duygusal iniş çıkışları yoğun bir şekilde yaşarlar. Bu bağlanma stilini geliştirmiş bireyler romantik ilişkilerinde

partnerlerini kaybetme korkusu yaşadıkları için partnerlerine karşı daha fazla yakınlık kurma istekleri bulunmaktadır (Atak ve Taştan, 2012: 525). Kaçıngan bağlanma stiline sahip bireyler ilişkilerinde güvenlik duygusunu korumak için yakın olmaktan kaçındıkları görülmektedir. Bu kişilerin partnerleriyle her zaman aralarında bir mesafe bulunmaktadır, bu mesafe aşıldığı zaman kendilerini huzursuz ve rahatsız hissetmektedirler (Yıldız, 2012: 11). Bu kişilerin ilişkiye karşı beklentileri ve inançları olumsuz olmaktadır.

1.5. İlişki Doyumu

İlişki doyumu, bireyin romantik partnerinin duygu, düşünce ve davranışlarını kendi kıstaslarına uygun bulması şeklinde tanımlanmıştır (Fletcher ve Simpson, 2000: 933). Benzer şekilde ilişki doyumu, bireyin romantik ilişkilerindeki kendi beklentileri ile beraber olduğu bireyin davranışları arasındaki ilişki olarak tanımlanmıştır (Sabatelli, 1988: 218). Yapılan bir başka tanımlamada ise ilişki doyumu, ilişkinin algılanan niteliği bakımından, kişinin partnerine ve ilişkiye dair tutumu şeklinde ifade edilmektedir (Dainton, Stafford ve Canary, 1994: 90). İlişkilerin sağlıklı olması, ilişkiden sağlanan doyumla alakalı bir durumdur. Partnerlerin ilişkiden karşılıklı bir şekilde tatmin olması ve ilişkinin sürekliliği, ilişki doyumuyla ilintilidir (Stackert ve Bursik, 2003: 1420). Bireyler yaşamları boyunca birçok kişiden etkilenmekte olup, sadece bir ya da birkaçıyla yakın birliktelik yaşamaktadır. Bu birliktelikte kişisel özellikler, çekicilik ve benzerlikler anlamlı ve derin bir ilişki yaşamakta önemli bir rol oynamaktadır (Tüfekçi, 2008: 53).

Bireyler hayatlarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri için fizyolojik gereksinimlerin yanı sıra duygusal gereksinimlere de ihtiyaç duymaktadır. Duygusal gereksinimlerin giderilmesinde romantik ilişkiler önemli bir rol oynamaktadır. Romantik ilişkiler de bireyin yaşadığı tutku, bağlanma ve yakın birliktelikler ön plana çıkmaktadır (Yavuz, 2018: 17). Romantik ilişkiler sadece aşk ile ilgili olan ilişkilerle ele alınmamaktadır. Romantik ilişkiler kavramı aidiyet duygusu, bağlanma, destek gibi ögeleri içine almakta olup kapsamlı bir açıdan ele alınmaktadır (Terzi ve Özbay, 2016: 172).

1.5.1. Romantik İlişkilerde İlişki Doyumu

Romantik ilişkiler pek çok bireyin hayatında önemli bir yere sahiptir. Yapılan çalışmalar da bireylerin diğerleriyle yakın ilişki içerisinde olmasını gelişim süreçleri açısından ele almaktadır. Örneğin, Erikson'ın (1968: 29) geliştirdiği psikososyal gelişim kuramında yer alan gelişim evrelerinden "Yakınlığa karşı Yalnızlık" evresi 20-40 yaş aralığına denk gelmektedir. Bu evrede bireyin yakın ilişkiler kurması bireyin kendi gelişiminde önemli katkı sağlamaktadır. Arkadaşlık, akraba ilişkileri, romantik ilişkiler yakın ilişki türleri arasında yer almaktadır. Romantik ilişki; her iki partnerin isteyerek ve gönüllü olarak devam ettirdiği ve karşılıklı duygusal alışverişin olduğu bir tür beraberlik biçimidir (Collins, 2003: 967).

Sağlıklı romantik bir ilişkinin olmazsa olmazı ilişkiden elde edilen doyumdur. Bradbury, Fincham, Beach (2000: 966)'e göre romantik ilişki doyumu, ilişkilerin olumlu etkilerinin olumsuz etkilerinden daha baskın olduğuna yönelik öznel değerlendirmeleridir. İlgili araştırmacılara göre kişinin yaşadığı ilişki ile ilgili yaptığı öznel değerlendirmeleri ilişki doyumunu göstermektedir. Bu değerlendirmeler olumlu ise bireyin ilişkiden tatmin olduğunu, olumsuz ise ilişkiden tatmin olmadığını göstermektedir. Ayrıca bireyler yaşadıkları ilişkiden ne kadar çok doyum alırsa, partnerine daha fazla bağlanarak ilişkilerini uzun süre sürdürmek istemektedir. Birey yaşadığı ilişkide partneri ile duygu, düşünce ve davranış yönünden ne kadar çok uyum göterirse, alacağı doyum da bir o kadar yüksek olabilir (Hendrick & Hendrick, 1988: 982). Aynı zamanda ilişkiden alınan doyum bireye kişisel huzur sağlamaktadır (Dush ve Amato, 2005: 609).

Birçok araştırmacı romantik ilişkideki "ilişki doyumu" kavramını tanımlamıştır. Hawkings'e (1968: 648) göre ilişki doyumu; bireyin ilişkiye karşı heyecan, sevgi ve tatmin duygularını ilişki içinde yaşıyor ve karşılıyor durumda olmasıdır. Hendrick'e (1988: 981) göre ilişki doyumu kavramı ilişkiye yapılan yatırım, cinsellikle ilgili tutumlar, ilişkideki duygu, düşünce ve davranışlar ile partnerlerin birbirlerine ifade ettikleri sevgi sözcükleri olarak ifade edilmiştir. Rusbult (1983: 276) ilişki doyumunu, bireyin partnerine olan duygularının olumluluğu ve ilişkinin kişiler arası değerlendirmesi olarak tanımlamıştır. Campbell (1976: 120)'a göre ilişki doyumu ise bireylerin mutluluğunun ve genel iyilik halinin önemli bir noktasıdır. Sabatelli (1988: 218)'e göre

ise ilişki doyumu partnerin ilişkideki davranışları ile diğer partnerin ilişkiye dair beklentileri arasındaki etkileşimdir.

Thibaut ve Kelley (1961: 127)'e göre ilişki doyumunun kuramsal temeli "Etkileşim Kuramı'na" kadar gitmektedir. Bu kuram; ilişkilerin başlatılmasına, sürdürülmesine ve sonlandırılmasına yönelik bazı açıklamalar getirmektedir. Bu kuram doğrultusunda bireyler ilişki doyumuna ilişkin kararlar verirken öznel ölçütlerden yararlanmaktadırlar. Bu ölçütler "karşılaştırma düzeyi" ve "seçenekler arası karşılaştırma düzeyi" şeklinde iki ayrı ölçüt olarak adlandırılır. Bireylerin ilişkilerine yönelik bakış açıları, kendi yaşantısı ve gözlemleri sonucunda oluşturdukları karşılaştırma düzeyi tatmin ve tatminsizlik boyutları arasındaki orta noktayı işaret etmektedir. İlişkiye dair ölçümler bu noktanın üzerinde ise kişi ilişkiyi doyum verici, ilgili ölçümler ilgili noktanın altında ise kişi ilişkiyi doyumsuz olarak değerlendirmektedir. Diğer ölçüt ise seçenekler arası karşılaştırma düzeyidir. Bu düzey de bireyin ilişkisinden aldığı duygusal tatmin ile olası farklı bir ilişkiden alacağı duygusal tatmine yönelik beklentilerini ifade eder. Eğer alternatif ilişkilerin sağlayacağı duygusal tatmin fazla ise kişi mevcut ilişkisini ya terk eder ya da ilgili ilişkisinde partnerini aldatma yoluna gider.

1.6. İlgili Araştırmalar

1.6.1. Anne Babaya Bağlanma Örüntüsü ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Çiftçi (2010: 80), çalışmasında genç yetişkin bireylerin bağlanma düzeyleri üzerinde ilişkisi olabileceği öngörülen ebeveyn bağlılığı, cinsiyet ve yaş gibi değişkenlerin akranlara ve romantik partnerlere bağlanma biçimleriyle ilişkisini incelemiştir. Araştırma grubu 95 kadın, 68 erkek olarak 163 üniversite öğrencisinin katılımıyla oluşmuştur. Araştırma sonucunda, ele alınan değişkenlerden genç yetişkinlerde akran bağlılığı ile en fazla ilişkisi olan ebeveyn bağlılığı olarak bulunmuştur. Anne babalarına karşı yabancılık yaşayan ve iletişimi fazla olmayan kişilerin akranlarına ve duygusal/ romantik partnerlerine daha güvensiz bağlandığı (daha kaygılı ya da kaçıngan) saptanmıştır. Ayrıca ebeveyne olan bağlanma davranışının yaşa göre anlamlı farklılık görüldüğü; 18-21 yaş grubunun, 22-25 ve 26 yaş ve üstü gruba göre akranlarına daha çok korkulu bağlandığı, anneyle iletişimin kadınlarda erkeklere göre daha çok olduğu bulgulanmışken, babayla iletişimin cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark göstermediği bulunmuştur. Ayrıca güvenli ve korkulu bağlanmanın cinsiyete göre

anlamlı fark gösterdiği saptanmıştır. Kadınların güvenli ve korkulu bağlanma puanları erkeklere göre yüksek çıkmıştır.

Gleeson ve Fitzgerald (2014: 1647), romantik ilişkilerde genç yetişkinlerin bağlanma stilleri, çocukluktan itibaren ebeveyn algıları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 18-39 yaş aralığında 227 (177'si kadın, 50'si erkek) katılımcı oluşturmuştur. Genç yetişkinler mevcut romantik ilişkilerindeki bağlanma stillerini ve ilişki doyumlarını değerlendiren bir dizi öz bildirim ölçümü ve onların aileleri ve ailelerinin birbiriyle ilişkisini tanımlayan bir sıfat kontrol listesi tamamlamıştır. Araştırma sonucunda erkeklerin çoğunluğu kaçıngan-korkulu tarza sahipken, kadınların kaçıngan-korkulu veya güvenli tarza sahip olma eğiliminde oldukları görülmüştür. Bulgular katılımcıların anne, baba ve ebeveyn ilişkisine ilişkin tanımlamalarının bağlanma stilleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Güvenli bağlanan genç yetişkinlerin güvensiz bağlanan genç yetişkinlere göre ilişki doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Cinsiyet ve bağlanma stilleri arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır.

Akbay (2015: 101), çalışmasında üniversite öğrencilerinin ana babaya bağlanmaları ile romantik yakınlıkları ve otantik benlikleri arasındaki ilişkilerde bağlanma stillerinin aracı rolünü inceleyip ortaya koymuştur. Araştırma grubunu Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesinde okuyan 711'i kadın, 361'i erkek olan 1022 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma bulgularına göre, anneye bağlanma davranışının bağlanma stillerine yönelik etkisinin olduğu, babaya bağlanma davranışının bağlanma stillerine yönelik anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Ayrıca romantik yakınlığı babaya bağlanma davranışının ve kaygılı bağlanma stilinin etkilediği tespit edilmiştir. Otantik benliği ise babaya bağlanma davranışının, kaygılı ve kaçınan bağlanma stilinin doğrudan etkilediği saptanmıştır. Sonuçta, anneye bağlanma, romantik yakınlığa kaygılı bağlanma stili aracılığı ile etkide bulunurken; otantik benliğe hem kaçınan hem de kaygılı bağlanma stilleri aracılığı ile etkide bulunduğu görülmüştür.

Akdağ (2017: 33), çalışmasında genç yetişkin bireylerin anne babaları ile kurdukları bağlanma örüntüsünde yaşadıkları romantik ilişkilerdeki bağlanmaya yönelik kaygı ve kaçınma düzeylerini yordama durumunu incelemiştir. Ayrıca adı geçen araştırmacı genç yetişkinlerin yaşlarını, eğitim düzeylerini, cinsiyetlerini, medeni

durumlarını, annelerinin eğitim düzeylerini, kardeş sayılarını, 0-3 yaş bakımlarını kimin gerçekleştirdiği, 0-3 yaş dönemlerinde annelerinin çalışıp çalışmama durumunu, yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdiği yer değişkenlerine göre anne baba bağlanma örüntüsünü ve bağlanmaya yönelik kaygı ve kaçınma düzeylerini incelemiştir. Araştırma grubunu İstanbul'da ikamet eden, 17-35 yaş aralığında ve en az bir ilişkisi olan 461 genç yetişkin (307 kadın, 154 erkek) oluşturmuştur. Araştırma bulgularına göre genç yetişkinlerin anneye bağlanma örüntüsü cinsiyete, annenin eğitim düzeyine, kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Kadınların ortalamasının, erkeklerin ortalamasından kaygılı bağlanma stilinde daha fazla olduğu saptanmıştır. Erkeklerin annelerine daha olumlu bağlanmış oldukları saptanmıştır. Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinin romantik ilişki süresi ve ilişki sayısına göre anlamlı fark gösterdiği bulunmuştur. Üç ve üzeri ilişki yaşamış bireylerin kaygı düzeyi ortalamaları bir ilişki yaşamış bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlişkisi olmayan kişilerin kaygı ve kaçınma boyutları puanları yüksek çıkarken, ilişki süresi arttıkça kaygı ve kaçınma boyutunda düşüş olduğu saptanmıştır. Araştırmanın sonunda anne baba ile kurulan ilişki örüntüsünün, kaygılı bağlanmayı %13, kaçınmacı bağlanmayı %7 düzeyinde yordadığı görülmüştür. Anne bağlanma örüntüsünün romantik ilişkilerdeki bağlanmaya ilişkin kaçınmacı bağlanma düzeyini anlamlı yordadığı tespit edilmiştir.

Ergün (2019: 34), çalışmasında üniversite öğrencilerinin anne babalarıyla bağlanma örüntülerinin romantik ilişkilerdeki bağlanma örüntülerini yordama gücünü incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 18-29 yaş aralığında olan 377 üniversite öğrencisi (256 kadın, 121 erkek) oluşturmuştur. 327 öğrencinin anne babası evli, 50 öğrencinin anne babası boşanmıştır. Araştırma bulgularına göre, romantik ilişkilerde kaygılı bağlanmayı yaş, anneye bağlanma ilgi/kontrol, anneye bağlanma aşırı koruma, anne baba boşanma durumunun anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Romantik ilişkilerde bağlanma kaygısı, yaş, anneye bağlanma ilgi/kontrol ve anneye bağlanma aşırı koruma ile negatif yönde ilişkili olduğu görüşmüştür. Romantik ilişkilerde kaygılı bağlanmanın, anne baba boşanma durumunu pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Babaya bağlanma ilgi/kontrol ve aşırı koruma alt boyutları ve cinsiyet değişkenlerinin romantik ilişkilerde kaygılı bağlanmayı anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmüştür. Romantik ilişkilerde kaçınmacı bağlanma ise, anneye bağlanma ilgi/kontrol ve anne-baba boşanma durumunu anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Romantik ilişkilerde kaçınmacı bağlanma, anneye bağlanma ilgi/kontrol alt boyutu ile negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır.

Romantik ilişkilerde kaçınmacı bağlanma, anne baba boşanma durumu ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Anneye bağlanma aşırı koruma alt boyutu, babaya bağlanma ilgi/kontrol ve aşırı koruma alt boyutlarının yaş ve cinsiyet değişkenleri açısından anlamlı bir şekilde yordamadıkları görülmüştür.

1.6.2. Romantik İlişkilerde Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Abbasi ve ark. (2016: 3), çalışmasında bağlanma stilleri ve duygusal zekânın evlilik doyumu ile ilişkisini incelemiştir. Bu kesitsel araştırma, İran'ın Meşhed kentinde çok aşamalı örnekleme yöntemi kullanılarak 226'sı erkek, 224'ü kadın olmak üzere 450 evli bireyden oluşmuştur. Araştırma sonucunda güvenli bağlanmanın evlilik doyumu ile pozitif yönde, kaçıngan ve kaygılı bağlanmanın evlilik doyumu ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda bağlanma stillerinin evlilik doyumunu önemli ölçüde yordayabildiği görülmüştür. Son olarak duygusal zekâ ve alt boyutlarının (duygusal zekâ ve içsel, uyarlanabilirlik ve genel duygu durum bileşenleri) evlilik doyumu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Mohammadi ve ark. (2016: 3), çalışmasında bağlanma stilleri ve yaşam tarzı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 292 (146 çift) kişi oluşturmuştur. Katılımcılar çok aşamalı rastgele örnekleme yoluyla seçilmişlerdir. Araştırma bulguları, bağlanma stili ve yaşam tarzı faktörlerinin evlilik doyumunu yordadığını göstermiştir. Kaçıngan ve kaygılı-kararsız bağlanma ile evlilik doyumu arasında anlamlı negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Buna karşılık güvenli bağlanma ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Sümer (2017: 32), romantik ilişkilerdeki bağlanma stillerini, romantik kıskançlığı ve ilişki doyumunun arasındaki ilişkiyi inceleyip ortaya koymuştur. Araştırmanın örneklemini Şanlıurfa'da ikamet eden, 18-61 yaş aralığında romantik ilişkiye sahip 460 (237 erkek, 223 kadın) katılımcıdan meydana gelmiştir. Araştırma sonucunda bağlanma stillerinin romantik kıskançlık düzeyini yordadığı, kaygılı bağlanmada artma oldukça kıskançlığın arttığı, kaçınmacı bağlanmada artma oldukça kıskançlığın azaldığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, kaçınmacı bağlanma stili ile ilişki doyumu, her üç tür kıskançlık tetikleyicisi, duygusal tepki, konuşma yöntemi, kıskançlığın olumlu etkilerine ilişkin görüşlere katılma düzeyi arasında negatif yönde; umursamama yöntemi arasında

pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Son olarak, ilişki süresi ile kıskançlık, duygusal tepki, kaybetme korkusu, yapıcı baş etme yöntemi arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir.

Soğancı (2017: 47), çalışmasında bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumuna etkisini incelemiştir. Araştırma grubunu 200 (100 kadın, 100 erkek) romantik ilişkisi olan son ergenlik ve ilk yetişkinlik dönemi içerisinde bulunan bireyler oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, bağlanma stili ile romantik ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Kaçınmacı bağlanma stilinin ilişki doyumu düzeyini azalttığı bulunmuştur. Güvenli bağlananların romantik ilişki doyumu puanları kayıtsız bağlananların romantik ilişki doyumu puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Saplantılı bağlananların romantik ilişki doyumu puanları, kayıtsız bağlananların romantik ilişki doyumu puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Güvenli ve saplantılı bağlananların romantik ilişki doyumu puanları, korkulu bağlananların romantik ilişki doyumu puanlarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bağlanma stilleri ve ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Kaygılı bağlanma stili puanlarının ilişki süresine göre anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur.

Işık (2020: 44), yetişkinlerin romantik ilişki durumu ile bağlanma, kişilik özellikleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemi yaş aralığı 23-45 olan, 400 (281 kadın, 119 erkek) katılımcı oluşmuştur. Bulgulara göre romantik ilişkiye sahip bireylerin yaşam doyumlarının, romantik ilişkiye sahip olmayan bireylerden daha fazla olduğu görülmüştür. Romantik ilişkiye sahip kişilerin yaşam doyumu cinsiyet, yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı bir fark yaratmazken, maddi gelir durumuna göre anlamlı bir fark gösterdiği tespit edilmiştir. Bunula birlikte romantik ilişkiye sahip olmayan kişilerin yaşam doyumları cinsiyet, yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde fark yaratmazken, maddi gelir durumuna göre anlamlı bir fark gösterdiği görülmüştür. Aynı zamanda romantik ilişki durumu ile bağlanma arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Romantik ilişkiye sahip olmayan kişilerin kaçınmacı bağlanma puanları, romantik ilişkiye sahip olanların kaçınmacı bağlanma puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak romantik ilişki, bağlanma, kişilik ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Bayar (2021: 37), yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri, ilişki doyumları ve başa çıkma biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma grubunu rastgele seçilen 18 yaş ve üzeri 356 kadın, 104 erkek olarak 460 katılımcıdan meydana gelmiştir. Araştırma sonucunda ilişki doyumu, erken dönem uyumsuz şemalar ve başa çıkma biçimleri ile negatif yönlü bir ilişkiye, bağlanma stillerinden kaçınmacı bağlanma stili ile pozitif yönlü bir ilişkiye, kaygılı bağlanma stili ile ise negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra yaş grubu, ilişki durumu, ilişki süresi, erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma biçimleri ve bağlanma stillerinin ilişki doyumu üzerinde anlamlı etkisi olduğu görülmüştür. İlişki doyumu ile cinsiyet, yaşanılan yer, eğitim durumu arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Buna karşılık ilişki doyumu ve yaş grubu, ilişki durumu ve ilişki süresi arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre yaş grubu yükseldikçe ilişki doyumunun düştüğü belirlenmiştir. Sözlü/nişanlı olan bireylerin ilişkisi olan ve evli olan bireylere göre ilişki doyumu daha yüksektir. 1-3 yıl ve 3 yıldan fazla süre ile ilişkisi olan yetişkin bireylerin, 6 aydan az süre ile ilişkisi olan bireylerden daha yüksek ilişki doyumu yaşadığı saptanmıştır. Ayrıca erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsiyet, yaş grubu, eğitim durumu, ilişki durumu ve ilişki süresi arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Fakat erken dönem uyumsuz şemalar ve yaşanılan yer değişkeni arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Başa çıkma biçimleri ile cinsiyet, yaş grubu, eğitim durumu, ilişki durumu ve ilişki süresi arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Fakat başa çıkma biçimleri ve yaşanılan yer değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Son olarak bağlanma stilleri ile cinsiyet, yaş grubu, yaşanılan yer ve eğitim durumu arasında anlamlı farklılıklar bulunmazken, ilişki durumu ve ilişki süresi ile arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kaygılı bağlanan bireylerin puanı sözlü/nişanlı ve evli bireylerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Kaygılı bağlanma stilinde 6 aydan az süreyle ilişkisi olan katılımcıların puanı 3 yıldan uzun süredir ilişkisi olan katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

1.6.3. İlişki Doyumu ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Meyers ve Landsberger (2002: 160) çalışmasında, yetişkin bağlanma stili ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 25 ile 48 yaş arasında olan, 73 evli kadın üzerinde gerçekleştirilmiştir. Güvenli bağlanan kişilerin ilişki doyumlarının

yüksek, kaçıngan ve kararsız bağlanan kişilerin ilişki doyumlarının düşük olduğu tespit edilmiştir.

Beştav (2007: 33), çalışmasında üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumu ile bağlanma stilleri, rasyonel olmayan ilişki inançları, aşka ilişkin tutumlar, cinsiyet ve doğup yaşanan yerleşim birimi değişkenleri arasındaki ilişkileri inceleyip ortaya koymuştur. Araştırmanın örneklemini üniversitelerde okuyan 586 (322 kadın, 264 erkek) öğrenciden oluşmuştur. Araştırma sonucunda, romantik ilişki doyumu cinsiyet ve doğup yaşanan yerleşim birimi değişkenleri açısından bir farklılık göstermemiştir. Bağlanma stilleri, rasyonel olmayan ilişki inançları ve aşka ilişkin tutumların cinsiyet ve doğup yaşanan yerleşim birimi değişkenleri açısından bazı farklılıklar oluşturduğu tespit edilmiştir. Romantik ilişki doyumu ile korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri; "oyun gibi aşk" olarak isimlendirilen aşk türü ve "kadın ve erkek birbirini anlayamaz", "anlaşmazlık yıkıcıdır", "zihin okuma beklentisi" ve "kadın ve erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır" şeklinde ifade edilen rasyonel olmayan ilişki inançları arasında negatif ilişki olduğu bulunmuştur. "Arkadaşça aşk" ve "tutkulu aşk" olarak isimlendirilen aşk türleri ile ilişki doyumu arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Sarı (2008: 62), araştırmasında üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançları, bağlanma boyutları ile ilişki doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 434 katılımcı katılmıştır. Araştırmanın sonucunda bağlanmanın ilişki doyumunu yordadığı, bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarında artma oldukça, ilişki doyumunda azalmanın olduğu bulgusunu saptamıştır.

Juric (2011: 53) çalışmasında, evli ve birlikte yaşayan çiftlerin ilişki doyumu ve yetişkin bağlanmasındaki farklılıkları incelemiştir. Çalışmaya 265 heteroseksüel çift katılmıştır. Araştırma sonuçları evli bireylerin birlikte yaşayan bireylere göre daha yüksek ilişki doyumu yaşadıkları tespit edilmiştir. Daha güvenli bağlanan çiftlerin, ilişkide daha az güvenli bağlananlara göre daha fazla tatmin olduğu görülmüştür. Ayrıca yetişkin bağlanması ve ilişki doyumu arasındaki ilişki, katılımcıların cinsiyetine göre farklılık göstermiştir. Evli kadınlar, partnerleriyle birlikte yaşayan kadınlara göre daha güvenli bağlandığı ve daha yüksek ilişki doyumu yaşadığı görülmüştür. Evli erkeklerde ve partnerleriyle birlikte yaşayan erkeklerde anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Kırıt (2017: 56) çalışmasında, romantik ilişkiye sahip yetişkinlerin ilişki doyumlarını bağlanma stillerine, benlik saygısına ve kişilerarası ilişki tarzlarına yönelik incelemiştir. Araştırma 19-67 yaş aralığında olan 250 (143 kadın, 107 erkek) romantik ilişki içinde olan evli ya da evli olmayan yetişkinden oluşmuştur. Araştırma sonucunda, kadınlar ve erkekler arasındaki ilişki doyumu, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzlarına yönelik farklılık görülmezken, bağlanma stillerine yönelik erkek bireylerin daha kaygılı bağlandığı bulunmuştur. Ayrıca yetişkinlerin ilişki doyumlarında artma oldukça, benlik saygılarında ve besleyici ilişki tarzlarında artma olduğu, kaçınmacı bağlanma tarzında ise azalma olduğu görülmüştür. Son olarak, flört ilişkisine sahip olanların diğer ilişkilere (sözlü/nişanlı, evli) nazaran yaşadıkları ilişkide daha düşük düzeyde doyum aldığı ve benlik saygılarının daha az olduğu, evli olanların ise diğer ilişkilere oranla daha düşük ketleyici ilişki tarzına sahip oldukları saptanmıştır.

Ezer (2017: 45), yetişkinlerde bağlanma boyutlarının ilişki doyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma grubunu 18-65 yaş arasında olan İstanbul'da yaşayan 120 kişi oluşturmuştur. Araştırma sonuçlarına göre bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutları puanları ile ilişki doyumu puanları arasında negatif yönde ilişkinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca kişilik faktörlerinden olumsuz değerlik alt boyutu ile bağlanma boyutları arasında pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir.

Yavuz (2018: 33), üniversitede okuyan öğrencilerin ilişki doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma grubunu Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan 236 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucunda demografik değişkenler olan yaş, cinsiyet, ilişki durumu, ilişki deneyimi ve ilişki süresine göre kaygılı ve kaçıngan bağlanma stilleri puanlarında ve ilişki doyum düzeylerinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. İlişki doyumu ile kaygılı ve kaçıngan bağlanma arasında negatif yönlü ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Muslu (2018: 36), çalışmasında bağlanma stillerinin evli çiftlerin ilişki doyumu üzerinde etkisi olup olmadığını, aynı zamanda kişisel veya eş davranışlarına atfedilen anlamların bu ilişki üzerinde bir yordayıcı olup olmadığını incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 126 (79 kadın, 47 erkek) kişi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda kaçınan

bağlanma stilinin ilişki doyumu üzerinde etkisi görülürken, kaygılı bağlanma stilinin ilişki doyumu üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Aynı zamanda olumsuz partner atıflarının ilişki doyumunu düşürdüğü buna karşılık olumsuz kendilik atıflarının ilişki doyumu üzerinde bir etkisinin olmadığı saptanmıştır.

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, genç yetişkinlerin anne babaya bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerdeki bağlanma stilleri ile ilişki doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen keşfedici korelasyonel ilişkisel tarama modeli niteliğinde bir çalışmadır. Korelasyonel araştırmalar iki türlü olup (keşfedici ve yordayıcı), değişkenler arasında bir ilişkinin var olup olmadığını araştıran, sebep-sonuç ilişkisi kurulamayan araştırmalardır. Keşfedici korelasyonel araştırmalarda temel amaç, değişkenler arasında anlamlı bir ilişkinin mevcut olup olmadığını anlamak ve bu ilişkinin gücüne odaklanmaktır (Büyüköztürk ve diğ., 2012: 192).

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, uygun ve ölçüt örnekleme yöntemi kullanılarak, İstanbul'da yaşayan 20-40 yaş arasında, romantik ilişki deneyimi olan genç yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Uygun örnekleme zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin kolay ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesidir (Büyüköztürk, 2012: 95). Ölçüt örnekleme, örneklemin problemle ilgili olarak belirlenen niteliklere sahip kişiler, olaylar, nesneler ya da durumlardan oluşturulmasıdır (Büyüköztürk, 2012: 92). Çalışmaya dâhil edilen 462 bireyin cinsiyet, yaş ve romantik ilişki deneyimi süresi değişkenlerine göre Tablo 2.3'de gösterilmiştir.

Tablo 2.2. : Demografik Değişkenlere Ait Sonuçlar

	Grup	N	%
Cinsiyet	Kadın	339	73.4
	Erkek	123	26.6
Yaş	20-25 yaş	109	23.6
	25-30 yaş	102	22.1
	30-35 yaş	144	31.2
	35-40 yaş	107	23.2
Romantik İlişki Deneyimi Süresi	0-1 yıl	107	23.2
	1-3 yıl	124	26.8
	3-5 yıl	61	13.2
	5 yıl ve üzeri	170	36.8

Tablo 2.2'de görüldüğü üzere araştırmanın çalışma grubunun %73.4'ü (n=339) kadın, %26.6'sı (n=123) erkektir. Katılımcıların %23.6'sı (n=109) 20-25 yaş, %22'1'i (n =102) 25-30 yaş, %31.2'si (n=144) 30-35 yaş, %23.2'si (n=107) 35-40 yaş aralığındadır. Katılımcıların %23.2'si (n=107) 0-1 yıl, %26.8'i (n=124) 1-3 yıl, %13.2'si (n=61) 3-5 yıl, %36.8'i (n=170) 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi süresine sahiptir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Ana Babaya Bağlanma Ölçeği (Kapçı ve Küçüker, 2006: 287), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri- II (Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal, 2005: 2) ve İlişki Doyumu Ölçeği (Curun, 2001: 2) kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, araştırmacı tarafından geliştirilmiş olup araştırmaya katılan genç yetişkin bireylerin cinsiyeti, yaşı ve romantik ilişki deneyimi süresi ile ilgili bilgileri içeren sorulardan oluşmaktadır.

2.3.2. Ana Babaya Bağlanma Ölçeği (ABBÖ)

Ana Babaya Bağlanma Ölçeği, Parker ve arkadaşları tarafından 1979 yılında çocuk-ana baba bağlanma örüntüsünü ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 25 maddeden oluşmakta olup ilgi boyutunda 12 madde ve kontrol/ aşırı koruma boyutunda ise 13 madde bulunmaktadır. Ölçeğin puanlanması ilgi alt boyutunda 0-36 puan aralığında ve kontrol/ aşırı koruma alt boyutunda 0-39 puan aralığında değişmektedir. İlgi alt boyutunda yüksek puanlar sıcak, anlayışlı, kabul edici ana baba tutumlarını işaret ederken, düşük puan ise soğuk ve reddedici ana baba tutumlarını yansıtmaktadır. Kontrol/aşırı koruma boyutunda yüksek puanlar aşırı kontrolcü ya da özerkliğe izin vermeyen ana baba tutumlarını göstermektedir. Ölçek bireyin algısına ilişkin anne ve babasıyla olan ilişki örüntüsünü geriye dönerek değerlendirmektedir. Bireylerden yaşamlarının ilk 16 yılını düşünmesi, ölçekte yer alan ifadelerin annelerinin ya da babalarının kendilerine karşı davranışlarını ne derecede yansıtıp yansıtmadığını dörtlü likert tipi derecelendirmeyle (Tamamen böyleydi=3, Kısmen böyleydi=2, Pek böyle değildi=1, Hiç böyle değildi=0) işaretlemesi ifade edilmektedir. Bireyler anne ve babaları için ayrı ayrı değerlendirmeler yapmaktadırlar. Ölçekte 2., 4., 8., 9., 10., 13., 14., 16., 18., 19., 20., 23. ve 24. maddeler tersine puanlanmıştır. İlgi boyutunun puanlanmasında 2,3,4,7,14,15,16,18,21,22,24 ve 25. maddeler; kontrol/aşırı koruma boyutunun puanlanmasında ise 8,9,10,13,19,20 ve 23. maddeler yer almaktadır. İlgili ölçekten sağlanan iki faktörlü yapı iki farklı ölçek şeklinde değerlendirme yapılmakta olup her alt boyuttan ayrı ayrı toplam puan sağlanmaktadır. İlgi boyutundaki puanın artması, aşırı koruma/kontrol boyutundaki puanın azalması ise, algılanan olumlu anne baba davranışlarını göstermektedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Kapçı ve Küçüker tarafından 2006 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği anne formunda tüm ölçek için Cronbach alpha değeri .90, baba formu için .89'dur. Alt ölçeklerde ilgi boyutunda bu değerler anne formunda .91, baba formunda .90; kontrol/ aşırı koruma boyutunda ise anne formunda .64, baba formunda .78 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmanın ölçeğin güvenirliğine yönelik, anne formunda Cronbach alpha değeri .93, baba formunda .93 olarak tespit edilmiştir. Anne ve baba formlarında ilgi alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı sırasıyla .94 ve .94; kontrol/ aşırı koruma alt boyutu için ise .71 ve .73'dür.

2.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II)

Brennan, Clark ve Shaver(1998: 52) Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterini geliştirmişlerdir. Ölçek bağlanmaya ilişkin kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma olarak iki alt boyuttan meydana gelmektedir. Ölçek iki alt boyutunda 18'er maddenin bulunduğu, 36 maddeden oluşmaktadır. Fraley, Waller ve Brennan (2000: 135) ise yeni yaptıkları analizlerle yetişkin bağlanma boyutlarını ölçmek amacıyla YİYE-II'yi geliştirmişlerdir. İlgili ölçek 18 kaygı alt boyutu ve 18 kaçınma alt boyutu olarak 36 maddeden meydana gelmektedir. Katılımcılardan, her bir maddenin romantik ilişkilerindeki duygu ve düşüncelerini ne oranda yansıttığını 7 dereceli bir cevaplandırma sistemi üzerinden değerlendirmeleri istenmiştir (hiç katılmıyorum = 1,…kesinlikle katılıyorum = 7). Ölçekte 4., 8., 16., 17., 18., 20., 21., 22., 24., 26., 30., 32., 34 ve 36. maddeleri ters puanlanmaktadır. Kaygı boyutunun puanını için tek sayılı maddelerin ortalamaları, kaçınma boyutunun puanını için çift sayılı maddelerin ortalamaları hesaplanmaktadır. Ölçeğin puanlaması iki alt boyut için 18 ile 126 puan aralığında değişmektedir. Ölçekten elde edilen puanda artma oldukça kaçınmacı ya da kaygılı bağlanma puanlarında artma olduğu görülmektedir.

YİYE-II'nin Türkçeye uyarlaması Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005: 6) tarafından yapılmıştır. Kaçınma ve kaygı boyutları yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olup Cronbach alpha katsayıları ilgili boyutlar için sırasıyla .90 ve .86'dır. Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık kat sayısı kaçınma boyutu için .67; kaygı boyutu için .81 olarak tespit edilmiştir.

2.3.4. İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)

İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ), Hendrick tarafından 1988 yılında özellikle romantik ilişkilerdeki ilişki doyumunu ölçmek üzere geliştirilmiştir. Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır ve tek boyutludur. 7 dereceli likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddelerine verilebilecek cevaplar 1-7 arası (1= Hiç karşılamıyor; 7= Çok iyi karşılıyor) değerlendirilmektedir. Ölçeğin 4 ve 7. maddeleri tersten puanlanmakta olup. Ölçekte çıkan yüksek puanın olması yüksek ilişki doyumunun olduğunu, düşük puanın olması ise düşük ilişki doyumunun olduğunu işaret etmektedir.

Hendrick (1988: 981) ölçeğin yapısını değerlendirmek için temel bileşen analizi yapmıştır. Hendrick öz değeri 1'den büyük olan tek faktör olduğunu bulmuş olup varyansın %46'sını açıklamıştır. Madde toplam korelasyonu .57 ile .76 arasında değişmektedir. İlgili ölçeğin yakınsak geçerliliğini İkili Uyum Ölçeği (İUÖ) ile hesaplamış ve flört eden çiftler örnekleminde İDÖ ile İUÖ arasındaki korelasyon .80 olarak hesaplanmıştır. Vaughn & Baier (1999) ayrıca ölçeğin güvenilirliğini ve geçerliliğini klinik bir örneklemle araştırmıştır. Vaughn ve Baier İDÖ ve İUÖ arasındaki toplam korelasyonun .84 olduğunu bulmuşlardır. Klinik örneklem ile bu örneklem arasında alfa kat sayısı .91 ve madde toplam korelasyonları .35 ile .80 arasında değişmektedir.

Ölçek Curun (2001: 2) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olup, uyarlama çalışması romantik ilişkiye sahip 140 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleşmiştir. İDÖ 7 maddeden meydana gelen, 7 dereceli likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddelerine verilebilecek yanıtlar 1 (Kesinlikle Katılmıyorum) ve 7 (Kesinlikle Katılıyorum) arası puanlanmaktadır. Ölçekte yer alan 4 ve 7. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekte puanlarda artma olması ilişki doyumunun arttığına, puanların azalması ise ilişki doyumunun azaldığına işaret etmektedir. Faktör analizi sonucunda ölçeğin tek bir faktörlü yapısı olduğu görülmüş ve iç tutarlılık kat sayısı .86 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı .91 bulunmuştur.

2.4. Verilerin Toplanması

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulundan gerekli izinler alındıktan sonra, ölçekler katılımcılara internet üzerinden erişim sağlanan çevrimiçi bir form yoluyla ulaştırılmıştır. Veri toplama aşamasında Kişisel Bilgi Formu, Ana Baba Bağlanma Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II ve İlişki Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın başında Bilgilendirilmiş Onam Formuna yer verilmiş olup bu formun içeriğinde araştırmanın yüksek lisans tezi amacıyla yapıldığı, verilerden alınacak sonuçların sadece bu araştırma için kullanılıp gizli kalacağı ve katılımcıların isimlerini yazmaması gerektiği, soruları dikkatli bir şekilde okumaları, samimi ve doğru cevap vermeleri ve cevaplanmamış soru bırakmamaları belirtilmiştir. Bu şekilde katılımcılar Bilgilendirilmiş Onam Formu ile bilgilendirilmiş ve gönüllü katıldıklarına

dair onamları alınmıştır (EK.1). Anket formlarının doldurulması 20 dakika sürmüş olup, verilerin toplanması 1 haftalık bir zaman zarfı içinde tamamlanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS21 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri setinin hazırlanması sürecinde ilgili veriler de kayıp değer ve uç değerler incelenmiştir. Veriler de kayıp değer belirlenmemiştir. Verilere tek yönlü uç değer taraması yapılmış, Z puanları sonucunda kesme noktası olarak ±3 belirlenerek (Raykov ve Marcoulides, 2008: 37), bu kesme noktasının dışında kalan değer tespit edilememiştir. Ayrıca araştırma verilerinin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ve çarpıklık-basıklık katsayıları ile kontrol edilmiştir. Kolmogorov-Smirnov testi sonuçlarına göre anlamlılık düzeyi .05, çarpıklık-basıklık katsayıları için∓1 aralığı kesme noktası olarak kabul edilmiştir (Hair ve ark., 2013: 259). Verilerin hepsi normal dağılım gösterdiği için tüm testler parametrik yöntemlerle analiz edilmiştir. Buna göre araştırmanın ana amacı ve alt amaçları doğrultusunda kullanılan parametrik analizler sırasıyla t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova)'dır. Bu bağlamda;

1. Genç yetişkinlerin anaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek amacıyla *Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı*,
2. Genç yetişkinlerin babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ile ilişki doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek amacıyla *Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı*,
3. Genç yetişkinlerin anne ve babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ile ilişki doyum düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla bağımsız gruplar için *t-testi*,
4. Genç yetişkinlerin anne ve babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ile ilişki doyum düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla *Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA)*,

5. Genç yetişkinlerin anne ve babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ile ilişki doyum düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla *Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA)* kullanılmıştır.

BÖLÜM 3: BULGULAR

3.1. Veri Setine Ait Tanımlayıcı İstatistik ile Normal Dağılım Varsayımlarına Dair Bulgular

Katılımcıların anne babaya bağlanma düzeyleri ve alt boyutları, bağlanma stilleri ve ilişki doyumlarına ait betimsel değerler Tablo 3.1'de verilmiştir.

Tablo 3.1

Katılımcıların Anne Ve Babaya Bağlanma Düzeyleri Ve Alt Boyutları, Bağlanma Stilleri Ve İlişki Doyumlarına Ait Betimsel Sonuçlar İle Çarpıklık Ve Basıklık Katsayıları

	$\bar{X}$	Max.	Min.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Anne bağlanma	49.57	74.00	7.00	14.14	-0.592	-0.070
Anne aşırı koruma	12.78	21.00	2.00	4.16	-0.290	-0.403
Anne ilgi	36.79	54.00	4.00	11.58	-0.699	-0.036
Baba bağlanma	46.13	75.00	3.00	15.69	-0.393	-0.459
Baba aşırı koruma	13.44	21.00	1.00	4.39	-0.391	-0.506
Baba ilgi	32.69	54.00	0.00	13.22	-0.470	-0.546
Kaygılı bağlanma	67.37	112.00	33.00	15.91	0.317	-0.437
Kaçınmacı bağlanma	81.03	107.00	36.00	9.00	-0.673	0.494
İlişki doyumu	36.19	49.00	8.00	9.39	-0.540	-0.594

Tablo 3.1'de görüldüğü üzere anne bağlanma alt boyutundan alınan puanların ortalaması 49.57 (*SS*=14.14), anne aşırı koruma alt boyutunda alınan puanların ortalaması 12.78 (*SS*=4.16), anne ilgi alt boyutundaki puanların ortalaması 36.79 (*SS*=11.58), baba bağlanma alt boyutundaki puanların ortalaması 46.13 (*SS*=15.69), baba bağlanma alt boyutundan alınan puanların ortalaması 46.13 (*SS*=15.69), baba aşırı koruma alt boyutundan alınan puanların ortalaması 13.44 (*SS*=4.39), baba ilgi alt boyutundaki puanların ortalaması 32.69 (*SS*=13.22), kaygılı bağlanma alt boyutundan alınan puanların

ortalaması 67.37 (*SS*=15.91), kaçınmacı bağlanma alt boyutundan alınan puanların ortalaması 81.03 (SS=9.00) ve ilişki doyumu alt boyutundan alınan puanların ortalaması 36.19 (SS=9.39) olarak bulunmuştur.

Tablo 3.1.'de görüldüğü üzere araştırmanın değişkenlerinin çarpıklık ve basıklık katsayılarının, -0.699 ile 0.494 arasında değiştiği görülmektedir. İlgili katsayıların +1.5 ile -1.5 arasında olması sebebiyle ilgili veri setinin normal dağıldığı kabul edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007).

3.2.Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin anaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile incelenmiş analiz sonuçları Tablo 3.2'de verilmiştir.

Tablo 3.2

Genç Yetişkinlerin Anaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma İle İlişki Doyumları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. Anne bağlanma	-					
2. Anne aşırı koruma	0.707**	-				
3. Anne ilgi	0.967**	0.503**	-			
4. Kaygılı bağlanma	-0.350**	-0.329**	-0.309**	-		
5. Kaçınmacı bağlanma	0.188**	0.088	0.198**	-0.054	-	
6. İlişki Doyum	0.258**	0.199**	0.244**	-0.506**	0.318**	-

****p<0.01**

Tablo 3.2'de görüldüğü üzere, genç yetişkinlerin anne bağlanma puanları ile anne aşırı koruma (r=0.707, p<.01) ve anne ilgi (r=0.967, p<.01) puanları arasında pozitif güçlü anlamlı bir ilişki vardır. Anne bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutlarına ait puanlar arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (r=-0.350, p<.01). Anne bağlanma puanları ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir (r=0.188, p<.01). Anne bağlanma ve ilişki doyumları arasında ise pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır (r=0.258, p<.01).

Anne aşırı koruma ve anne ilgi puanları arasında pozitif orta düzeyde (r=0.503, p<.01), kaygılı bağlanma ile negatif orta düzeyde (r=-0.329 p<.01,) ve ilişki doyumu ile pozitif düşük düzeyde (r=0.199, p<.01) anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Anne ilgi ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde (r=-0.309, p<.01), kaçınmacı bağlanma ile pozitif düşük düzeyde (r=0.198, p<.01), ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde (r=0.244, p<.01) anlamlı bir ilişki belirlenmiştir.

Kaygılı bağlanma ve ilişki doyumu arasında negatif orta düzeyde (r=-0.506, p<.01) anlamlı ilişki olduğu ve ilişki doyumu ile kaçınmacı bağlanma arasında pozitif orta düzeyde (r=0.318, p<.01) anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kaçınmacı bağlanma ile anne aşırı koruma ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki yoktur (p>.05).

3.3.Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile incelenmiş olup analiz sonuçları Tablo 3.3'te verilmiştir.

Tablo 3.3

Genç Yetişkinlerin Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma İle İlişki Doyumları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. Baba bağlanma	-					
2. Baba aşırı koruma	0.656**	-				
3. Baba ilgi	0.968**	0.446**	-			
4. Kaygılı bağlanma	-0.326**	-0.255**	-0.302**	-		
5. Kaçınmacı bağlanma	0.161**	0.064	0.170**	-0.054	-	
6. İlişki Doyumu	0.280**	0.143**	0.285**	-0.506**	0.318**	-

****p<0.01**

Tablo 3.3'te gösterildiği gibi, genç yetişkinlerin baba bağlanma puanları ile baba aşırı koruma (r=0.656, p<.01) puanları arasında pozitif orta anlamlı bir ilişki ve baba ilgi (r=0.968, p<.01) puanları arasında pozitif güçlü anlamlı bir ilişki vardır. Baba bağlanma ile kaygılı bağlanma puanları arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (r=-0.326, p<.01). Baba bağlanma puanları ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında pozitif düşük anlamlı bir ilişki belirlenmiştir (r=0.161, p<.01). Baba bağlanma ve ilişki doyumları arasında ise pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır (r=0.280, p<.01).

Baba aşırı koruma ve baba ilgi arasında pozitif orta düzeyde (r=0.446, p<.01), kaygılı bağlanma ile negatif düşük düzeyde (r=-0.255, p<.01) ve ilişki doyumu ile pozitif düşük düzeyde (r=0.143, p<.01) anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Baba ilgi ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde (r=-0.302, p<.01), kaçınmacı bağlanma ile pozitif düşük düzeyde (r=0.170, p<.01), ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde (r=0.285, p<.01) anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Kaçınma bağlanma ile baba aşırı koruma ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki yoktur (p>.05).

3.4.Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin anne ve babaya bağlanma düzeyleri ve alt boyutları, bağlanma stilleri ve ilişki doyumlarının cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için t-testi ile kontrol edilmiş, analiz sonuçları Tablo 3.4'te verilmiştir.

Tablo 3.4

Genç Yetişkinlerin Anne Ve Babaya Bağlanma Düzeyleri Ve Alt Boyutları, Bağlanma Stilleri Ve İlişki Doyumlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

	Grup	**N**	$\bar{X}$	**SS**	***Sd***	**t**	***p***	**Cohen's d**
Anne bağlanma	Kadın	339	48.68	14.84	460	-2.526	**0.012***	0.25
	Erkek	123	52.04	11.71				
Anne aşırı koruma	Kadın	339	12.83	4.25	460	0.395	0.693	-
	Erkek	123	12.65	3.94				
Anne ilgi	Kadın	339	35.85	12.10	460	-3.252	**0.001***	0.32
	Erkek	123	39.38	9.57				
Baba bağlanma	Kadın	339	45.84	16.03	460	-0.654	0.514	-
	Erkek	123	46.92	14.72				
Baba aşırı koruma	Kadın	339	12.83	4.25	460	-1.046	0.296	-
	Erkek	123	12.65	3.94				
Baba ilgi	Kadın	339	32.53	13.57	460	-0.428	0.669	-
	Erkek	123	33.13	12.47				
Kaygılı bağlanma	Kadın	339	68.45	15.94	460	2.439	**0.015***	0.26
	Erkek	123	64.39	15.50				
Kaçınmacı bağlanma	Kadın	339	80.62	9.01	460	-1.615	0.107	-
	Erkek	123	82.15	8.93				
İlişki doyumu	Kadın	339	35.53	9.52	460	-2.501	**0.013***	0.27
	Erkek	123	38.00	8.84				

***p*<0.05**

Tablo 3.4'teki analiz sonuçlarına göre katılımcıların anne aşırı koruma (*t* (460) = 0.395, *p*>.05), baba bağlanma (*t* (460) = -0.654, *p*>.05), baba aşırı koruma (*t* (460) = -1.046, *p*>.05), baba ilgi (*t* (460) = -0.428, *p*>.05) ve kaçınmacı bağlanma (*t* (460) = -1.615, *p*>.05) puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Bununla birlikte anne bağlanma (t(460) = -2.526, p<.05) puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin puanlarının ($\bar{X}$=52.04, *SS*=11.71), kadınların puanlarından ($\bar{X}$=48.68, *SS*=14.84) yüksek olduğu görülmüştür. Ortalamalara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (dAB=.25) ise küçük olduğu belirlenmiştir. Cohen d değerinin 0,2' den küçük olması durumunda, etki büyüklüğünün zayıf, 0.5 olması durumunda orta ve 0,8' den büyük olması durumunda ise kuvvetli olduğu ifade edilmektedir (Kılıç, 2014).

Anne ilgi (t (460) = -3.252, p<.01) puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin puanlarının ($\bar{X}$=39.38, SS=9.57), kadınların puanlarından ($\bar{X}$=35.85, SS=12.10) yüksek olduğu görülmüştür. Ortalamalara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (dAİ=.32) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

Kaygılı bağlanma (t (460) = 2.439, p<.01) puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, kadınların puanlarının ($\bar{X}$=68.45, SS=15.94), erkeklerin puanlarından ($\bar{X}$=64.39, SS=15.50) yüksek olduğu görülmüştür. Ortalamalara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (dAİ=.26) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

İlişki doyumu (*t* (460) = -2.501, *p*<.01) puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin puanlarının ($\bar{X}$=38, *SS*=8.84), kadınların puanlarından ($\bar{X}$=35.53, *SS*=9.52) yüksek olduğu görülmüştür Ortalamalara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün ($d_{Aİ}$=.27) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

3.5.Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin anneye bağlanma örüntüleri, babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri, ilişki doyum düzeyleri yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı tek faktörlü ANOVA ile analiz edilmiş, sonuçlar Tablo 3.5'te verilmiştir.

Tablo 3.5

Genç Yetişkinlerin Anneye Bağlanma Örüntüleri, Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma Stilleri, İlişki Doyum Düzeyleri Yaşa Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	*Sd*	Kareler Ortalaması	F	*p*	n_p^2
Anne bağlanma	Gruplar arası	2642.995	3	880.998	4.503	**0.004****	0.029
	Gruplar içi	89615.700	458	195.667			
	Toplam	92258.695	461				
Anne aşırı koruma	Gruplar arası	72.257	3	24.086	1.389	0.246	0.009
	Gruplar içi	7943.529	458	17.344			
	Toplam	8015.786	461				
Anne ilgi	Gruplar arası	2308.447	3	769.482	5.920	**0.001****	0.037
	Gruplar içi	59527.605	458	129.973			
	Toplam	61836.052	461				
Baba bağlanma	Gruplar arası	1610.885	3	536.962	2.198	0.088	0.014
	Gruplar içi	111880.79	458	244.281			
	Toplam	113491.68	461				
Baba aşırı koruma	Gruplar arası	29.580	3	9.860	0.509	0.676	0.009
	Gruplar içi	8874.342	458	19.376			
	Toplam	8903.922	461				
Baba ilgi	Gruplar arası	1361.592	3	453.864	2.620	0.050	0.017
	Gruplar içi	79326.763	458	173.203			
	Toplam	80688.355	461				
Kaygılı bağlanma	Gruplar arası	423.678	3	141.226	0.556	0.644	0.004
	Gruplar içi	116366.28	458	254.075			
	Toplam	116789.96	461				
Kaçınmacı bağlanma	Gruplar arası	746.462	3	248.821	3.107	**0.026***	0.020
	Gruplar içi	36676.051	458	80.079			
	Toplam	37422.513	461				
İlişki doyumu	Gruplar arası	469.095	3	156.365	1.779	0.150	0.012
	Gruplar içi	40249.372	458	87.881			
	Toplam	40718.468	461				

***p*<0.05, *****p*<0.01**

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen bireylerin anne aşırı koruma ($F(3, 461) = 1.389$, $p>.05$), baba bağlanma ($F(3, 461) = 2.198$, $p>.05$), baba aşırı koruma ($F(3, 461) = 0.509$, $p>.05$), baba ilgi ($F(3, 461 = 2.620$, $p>.05$), kaygılı bağlanma ($F(3, 461) = 0.556$, $p>.05$) ve ilişki doyumu ($F(3, 461) = 1.779$, $p>.05$) düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Anne bağlanma düzeyleri yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($F(3, 461) = 4.503$, $p<.01$). Varyans analizinin anlamlı çıkması durumunda farklılığın hangi yaşlar arasında olduğunu belirlemek için Tukey testi yapılmıştır. Tukey testi her gruptaki gözlem sayısının eşit olduğu durumlarda kullanılmakta, hatta gözlem sayıları eşit olmadığında bile gerçek değere en yakın değeri hesaplayabilen istatistiksel analizdir (Mason ve ark., 2003). Tukey testi sonucunda, 20-25 yaş grubundaki bireylerin puanlarının ($\bar{X}$=53.37, SS=12.89) 30-35 yaş grubundaki bireylerin puanlarından ($\bar{X}$=46.91, SS=14.80) yüksek olduğu belirlenmiştir Pallant'a (2020) göre etki değeri olarak ,01 küçük etki; ,06 orta düzey etki; ,14 büyük etki olarak yorumlanır. Elde edilen bulgulara bakıldığında varyanslara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (n_p^2= 0.029) küçük olduğu belirlenmiştir (Pallant, 2019).

Anne ilgi düzeyleri yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($F(3, 461) = 5.920$, $p<.01$). Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış, 20-25 yaş grubundaki bireylerin puanlarının diğer tüm yaş grupları ile farklılaştığı belirlenmiştir. 20-25 yaş grubundaki bireylerin puanlarının ($\bar{X}$=40.55, SS=10.77), 25-30 yaş ($\bar{X}$=36.45, SS=10.61), 30-35 yaş grubundaki ($\bar{X}$=34.53, SS=11.78) ve 35-40 yaş grubundaki bireylerin puanlarından ($\bar{X}$=36.32, SS=12.19) yüksek olduğu belirlenmiştir. Varyanslara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (n_p^2=0.037) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

Kaçınmacı bağlanma düzeyleri yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($F(3, 461) = 3.107$, $p<.01$). Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış, 20-25 yaş grubundaki bireylerin puanlarının ($\bar{X}$=83.16, SS=7.57) 30-35 yaş grubundaki bireylerin puanlarından ($\bar{X}$=79.74, *SS*=9.72) yüksek olduğu belirlenmiştir. Varyanslara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (n_p^2=0.020) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

3.6.Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin anneye bağlanma örüntüleri, babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri, ilişki doyum düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı tek faktörlü ANOVA ile analiz edilmiş, sonuçlar Tablo 3.6'da verilmiştir.

Tablo 3.6

Genç Yetişkinlerin Anneye Bağlanma Örüntüleri, Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma Stilleri, İlişki Doyum Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Sürelerine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	*Sd*	Kareler Ortalaması	F	*p*	n_p^2
Anne bağlanma	Gruplar arası	870.382	3	290.127	1.454	0.226	0.009
	Gruplar içi	91388.313	458	199.538			
	Toplam	92258.695	461				
Anne aşırı koruma	Gruplar arası	50.532	3	16.844	0.969	0.407	0.006
	Gruplar içi	7965.254	458	17.391			
	Toplam	8015.786	461				
Anne ilgi	Gruplar arası	970.659	3	323.553	2.435	0.064	0.016
	Gruplar içi	60865.393	458	132.894			
	Toplam	61836.052	461				
Baba bağlanma	Gruplar arası	381.584	3	127.195	0.515	0.672	0.003
	Gruplar içi	113110.096	458	246.965			
	Toplam	113491.680	461				
Baba aşırı koruma	Gruplar arası	98.668	3	32.889	1.711	0.164	0.006
	Gruplar içi	8805.254	458	19.225			
	Toplam	8903.922	461				

Tablo 3.6

Genç Yetişkinlerin Anneye Bağlanma Örüntüleri, Babaya Bağlanma Örüntüleri, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma Stilleri, İlişki Doyum Düzeylerinin Romantik İlişki Deneyimi Sürelerine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları (Devamı)

Baba ilgi	**Gruplar arası**	**401.984**	**3**	**133.995**	**0.764**	**0.514**	**0.003**
	Gruplar içi	80286.371	458	175.298			
	Toplam	80688.355	461				
Kaygılı bağlanma	Gruplar arası	4703.456	3	1567.81	6.406	**0.000****	0.040
	Gruplar içi	112086.51	458	244.730			
	Toplam	116789.96	461				
Kaçınmacı bağlanma	Gruplar arası	259.182	3	86.394	1.065	0.364	0.007
	Gruplar içi	37163.331	458	81.143			
	Toplam	37422.513	461				
İlişki doyumu	Gruplar arası	3068.422	3	1022.80	12.442	**0.000****	0.075
	Gruplar içi	37650.046	458	82.205			
	Toplam	40718.468	461				

***p*<0.05. *****p*<0.01**

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen bireylerin anne bağlanma ($F_{(3.461)}$=1.454 *p*>.01, anne aşırı koruma (F(3, 461) = 0.969, *p*>.01), anne ilgi (F(3, 461) = 2.435, *p*>.01), baba bağlanma (F(3, 461) = 0.515, *p*>.01), baba aşırı koruma (F(3, 461) = 1.711, *p*>.01), baba ilgi (F(3, 461) = 0.764, *p*>.01) ve kaçınmacı bağlanma (F(3, 461) = 1.065, *p*>.01) düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Kaygılı bağlanma düzeyleri romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır (F(3, 461) = 6.406, p<.01). Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış, 0-1 yıl ile 5 yıl ve üzeri grupta yer alan bireylerin puanlarının farklılaştığı belirlenmiştir. 0-1 yıl süre ile ilişki deneyimi olan

bireylerin puanlarının ($\bar{X}$=70.90, SS=16.10), 5 yıl ve üzeri grubundaki bireylerin puanlarından ($\bar{X}$=64.39, SS=16.36) yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ayrıca 3-5 yıl grubundaki bireylerin puanlarının 0-1 yıl ve 5 yıl ve üzeri bireylerin puanlarından farklılaştığı belirlenmiştir. 3-5 yıl grubundaki bireylerin puanlarının ($\bar{X}$=72.47, SS=14.41), 0-1 yıl süre ile ilişki deneyimi olan bireylerin puanlarından ($\bar{X}$=70.90, *SS*=16.10) ve 5 yıl ve üzeri grubundaki bireylerin puanlarından ($\bar{X}$=64.39, *SS*=16.36) yüksek olduğu belirlenmiştir. Varyanslara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (n_p^2=0.040) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

İlişki doyumu puanları romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($F(3, 461) = 12.442$, $p<.01$). Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış, 5 yıl ve üzeri ilişki deneyimi olan bireylerin puanlarının diğer tüm grupların puanlarından farklılaştığı belirlenmiştir. 5 yıl ve üzeri ilişki deneyimi olanların puanlarının ($\bar{X}$=39.29, *SS*=9.10), 0-1 yıl ($\bar{X}$=33.00, *SS*=8.38), 1-3 yıl ($\bar{X}$=35.84, *SS*=9.74) ve 3-5 yıl ($\bar{X}$=33.85, *SS*=8.65) ilişki deneyimi olanların puanlarından yüksek olarak belirlenmiştir. Varyanslara dayalı hesaplanan etki büyüklüğünün (n_p^2=0.075) ise küçük olduğu belirlenmiştir.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Mevcut araştırmanın temel amacı genç yetişkinlerin ana babaya bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın diğer amacı; söz konusu değişkenlerde cinsiyet, yaş ve romantik ilişki deneyimi süreleri açısından bir farklılık görülüp görülmediğini ele almaktır. Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, anne bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutlarına ait puanlar arasında negatif orta düzeyde, kaçınmacı bağlanma ile pozitif düşük düzeyde, ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde baba bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutlarına ait puanlar arasında negatif orta düzeyde, kaçınmacı bağlanma ile pozitif düşük düzeyde, ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Anne bağlanma puanlarının cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre farklılaştığı fakat romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Buna karşılık baba bağlanma puanlarının cinsiyete, yaşa ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca kaygılı bağlanma puanlarının cinsiyet ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaştığı fakat yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Kaçınmacı bağlanma puanlarının yaşa göre farklılaştığı fakat cinsiyet ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaşmadığı saptanmıştır. İlişki doyumu puanlarının cinsiyet ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaştığı fakat yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgular ilgili alan yazın ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

İlgili araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, anne bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutlarına ait puanlar arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Anneye bağlanma ilgi alt boyutu ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde bir ilişki belirlenmiştir. Akbay (2015: 102) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirmiş olduğu çalışmada, anneye bağlanmanın kaygılı bağlanmanyı orta düzeyde ve negatif yönde etkilediğini bulmuştur. Benzer şekilde Ergün (2019: 35) üniversitede okuyan 18-29 yaş arası öğrenciler üzerinde yapmış olduğu çalışmada, anne bağlanma alt boyutları olan ilgi ve kontrol/ aşırı korumanın, romantik ilişkilerdeki bağlanmanın alt boyutu olan kaygıyı negatif yönde yordağını saptamıştır. Mevcut bu bulgu, kuramsal varsayımları destekler niteliktedir (Hazan ve Shaver, 1987: 520; Main, Kaplan ve Cassidy, 1985: 70). Ainsworth (1969: 970)'e göre bebeklerin dünyaya gelişi

ile birlikte ebeveynleriyle kurdukları ilişki onların bağlanma stillerini etkilemektedir. Araştırmanın sonucunda çocukluk döneminde annelerini yakın, sıcak ve ilgili algılayan bireylerin, yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerinde reddedilmekten ya da terk edilmekten daha az korkan bireyler olduğu görülmektedir. Buradan hareketle anneleriyle olumlu bağlanma gerçekleştiren bireylerin, romantik ilişkilerinde daha az kaygılı bağlandığı düşünülebilir.

Araştırmadaki bir başka bulgu ise, anne bağlanma puanları ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğudur. Anneye bağlanma ilgi alt boyutu ve kaçınmacı bağlanma arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Ancak bu çalışma bulgusundan farklı olarak Ergün (2019: 36) anne bağlanma ile kaçınmacı bağlanma arasında negatif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Benzer şekilde Akbay (2015: 103) anne bağlanma ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulmuştur. İlgili değişkenlere ait farklı araştırma bulgularının ortaya çıkmış olması, mevcut araştırmanın örnekleminin karakteristik özelliklerinden kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmadaki bir diğer bulgu da, anne bağlanma ve ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğudur. Anne bağlanma ilgi alt boyutu ve ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Nitekim, Gleeson ve Fitzgerald (2014: 1648) da çalışmasında benzer bir bulgu bularak, araştırma sonucunda genç yetişkinlerin anne ve baba ilişkisine ilişkin tanımlamalarının bağlanma stilleri ile ilişkili olduğunu, güvenli bağlananların güvensiz bağlananlara nazaran ilişki doyumlarının daha yüksek düzeyde olduğunu bulmuştur. Mevcut bulgudan hareketle, annesini sıcak, anlayışlı ve kabul edici algılayan bireylerin, kendilerini ilişki içinde güvende hissedebildikleri, ilişkilerine olumlu bir bakış açısıyla yaklaşabildikleri ve bu sayede; mevcut ilişkiden doyum alabildikleri söylenebilir (Ainsworth vd., 1978: 47; Bowlby, 1969: 202 ; Hazan ve Shaver, 1987: 519).

İlgili araştırmanın bulgularından bir diğeri de, anne bağlanma aşırı koruma alt boyutu ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Ayrıca anne bağlanma aşırı koruma alt boyutu ve ilişki doyumu arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alanyazında buna benzer bir bulgu bulunmamıştır. İlgili araştırmadaki bu bulgu, genç yetişkinlerin kolektif kültür paternleri

içerisinde yetiştirilmesinden dolayı annelerinin aşırı koruma yaklaşımını bir sosyal destek sistemi olarak içselleştirdiği ve ilişkilerde kaygılı bağlanmayı azaltarak ilişki doyumlarını arttırdığı düşünülebilir (Demirutku, 2007 :102; Grusec ve ark., 2000: 207; Kağıtçıbaşı, 2007: 176; Maccoby ve Martin, 1983: 54).

Bununla birlikte ilgili araştırmada anne bağlanma aşırı koruma alt boyutu ve kaçınmacı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu ile anneye bağlanmada aşırı korumayı deneyimlemiş genç yetişkinlerin ilişkilerde kaçınmacı olup olmadığı mevcut bağlanma alt boyutu ile ilişkili olmadığı farklı değişkenlerin (örneğin, erken çocukluk döneminde anne-baba ayrılığı vs. gibi) kaçınmacı bağlanmayla ilişkili olabileceğini ortaya koymaktadır.

Araştırmadaki bir başka bulgu da, baba bağlanma ile kaygılı bağlanma puanları arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğudur Baba bağlanma ilgi alt boyutu ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak Ergün (2019: 37)'ün çalışmasında ise babaya bağlanma ile kaygılı bağlanma puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Sonuçlar arasındaki farklılıklar incelendiğinde farklı örneklemlerle çalışılmış olmakla birlikte farklı ölçüm araçlarının kullanılmış olması ilgili farklılığı doğuran etmenlerden biri olabilir.

Araştırmada, baba bağlanma puanları ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Öte yandan Akdağ (2017: 34) ve Ergün (2019: 37)'ün çalışmalarında ise babaya bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. İlgili araştırmalardan farklı olarak ortaya çıkan mevcut araştırmadaki bu bulgu ele alındığında ilgili araştırmaların desenleri ve seçilen yöntemlerin farklılığı ilgili bulgular arasındaki değişkenliği meydana getirmiş olabilir.

Araştırmadaki diğer bir bulgu da, baba bağlanma ve ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Baba bağlanma ilgi alt boyutu ve ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Literatürde bu konuda herhangi bir çalışma bulunamamıştır. Mevcut bulgu doğrultusunda, babasını sıcak, anlayışlı ve kabul edici algılayan bireylerin, romantik

ilişkilerinde olumlu bir yaklaşım sergiledikleri ve söz konusu ilişkiden doyum sağlayabildikleri söylenebilir.

İlgili araştırmanın bulgularından bir diğeri de, baba bağlanma aşırı koruma alt boyutu ve kaygılı bağlanma arasında negatif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Ayrıca baba bağlanma aşırı koruma alt boyutu ve ilişki doyumu arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatürde bu sonuca benzer bir bulgu bulunmamıştır. Mevcut araştırmadaki bu bulgu, anne bağlanma aşırı koruma alt boyutunda olduğu gibi genç yetişkinlerin kolektif bir toplum içerisinde yetiştirilmesinden dolayı babalarının aşırı koruma tarzını sosyal destek olarak özümsediği ve bunun gençlerin ilişkilerinde doyumu artırdığı söylenebilir (Demirutku, 2007: 102; Grusec ve ark., 2000: 207; Kağıtçıbaşı, 2007: 176; Maccoby ve Martin, 1983: 54).

Bununla birlikte ilgili araştırmada baba bağlanma aşırı koruma alt boyutu ve kaçınmacı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgudan hareketle, babaya bağlanmada aşırı koruma yaklaşımıyla yetiştirilmiş genç yetişkinlerin ilişkilerde kaçınmacı olup olmadığı farklı değişkenler ele alınarak incelenebilir; hatta aile içinde aldatma, ailede sevilen birinin kaybı vb. gibi faktörler göz önüne alınarak kaçınmacı bağlanmayla olan ilişkisi çalışılabilir.

Araştırmadaki bir başka bulgu ise, anne bağlanma puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin anne bağlanma puanlarının, kadınların anne bağlanma puanlarından yüksek olduğudur. Buna karşılık Akdağ (2017: 38) çalışmasında anne bağlanma örüntüsü puanlarının cinsiyete göre farklılaştığını, erkeklerin annelerine daha olumlu bağlanmış olduklarını bulmuş olup ilgi/kontrol ve aşırı koruma alt boyutlarında kadınların erkeklere göre daha yüksek puan aldığını saptamıştır. Cinsiyet değişkeni açısından anne bağlanma puanlarının farklı bulgular doğurması, örneklemin karakteristik özelliklerinden kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmadaki bir diğer bulgu da, anne bağlanma düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığıdır. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma puanlarının, 30-35 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma puanlarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte katılımcıların anne bağlanma ilgi alt boyutunun yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne

bağlanma ilgi alt boyutu puanlarının diğer tüm yaş grupları ile farklılaştığı belirlenmiştir. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma ilgi alt boyutu puanlarının, 30-35 yaş grubundaki ve 35-40 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma ilgi alt boyutu puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu incelendiğinde 20-25 yaş grubundaki bireylerin anneleriyle daha çok iletişim ve paylaşım içerisinde olması, yaş aldıkça ilgili bireylerin hayatlarında birtakım değişikliklerin olması (iş, evlilik, çocuk vs gibi) ve annelerinden uzaklaşma deneyimini yaşaması olabilir.

Araştırmada, anne bağlanma puanlarının romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Romantik ilişki deneyimi süresinin anne bağlanma örüntüsüne etkisini ele alan yeterli çalışma bulunmadığından ilgili bulgu, benzer çalışmalarla karşılaştırılamamıştır. İlgili bulgu incelendiğinde romantik ilişki deneyimi ne olursa olsun anneye bağlanmanın değişmediğini gösterebilir.

Araştırmadaki bir başka bulgu da; baba bağlanma puanlarının cinsiyete, yaşa ve romantik ilişki deneyimi sürelerine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Alanyazında demografik değişkenler açısından baba bağlanma ile ilgili yeterli çalışma bulunamadığından ilgili bulgular karşılaştırılamamıştır. Baba bağlanma puanlarının her cinsiyet ve her yaş grubunda eşit dağıldığı, romantik ilişki deneyimi süresi değişse bile ilgili puanların değişmediği, babaya bağlanma sürecinin bahsedilen gruplarda aynı olduğu gösterebilir.

İlgili araştırmanın bulgularından bir diğeri de, kaygılı bağlanma puanlarının cinsiyete göre farklılaştığının bulunmasıdır. Kadınların kaygılı bağlanma puanlarının, erkeklerin kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Akdağ (2017: 38) genç yetişkin bireyler üzerinde yapmış olduğu çalışmasında, YİYE II'nin kaygı alt boyutundan alınan puanların cinsiyet faktörü açısından incelediğinde kadınların ortalamasının erkeklerin ortalamasından daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ancak yapılan bazı araştırma sonuçları, erkeklerin kadınlara göre daha fazla kaygılı bağlandığını ifade etmektedir (Kırıt, 2017: 57). Bu çalışmalara karşılık kaygılı bağlanmanın cinsiyete göre anlamlı fark göstermediği çalışmalar da vardır (Bayar, 2021: 37; Çiftçi, 2010: 80; Ergün, 2019: 34; Soğancı, 2017: 47; Yavuz, 2018: 33). Yakın ilişkilerde yaşanan terk edilme korkusu, yeterince değer verilmeme kaygısı ve aşırı duyarlı olma bağlanmanın kaygı boyutuyla ilintilidir (Mikulineer ve Shaver, 2005: 58). Farklı çalışmalarda farklı

bulguların ortaya çıkması, ilgili çalışmaların desen, örneklem ve ölçüm araçları açısından farklı olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmadaki bir diğer bulgu da, bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının yaşa göre farklılaşmadığının bulunmasıdır. Bu bulgu Akdağ (2017: 34), Bayar (2021: 38), Çiftçi (2010: 81) ve Yavuz (2018: 34)'un araştırma bulgusuyla tutarlılık göstermektedir. Ancak literatürde kaygılı bağlanmanın yaşa göre anlamlı bir fark gösterdiği araştırma bulgusu da bulunmaktadır (Ergün, 2019: 38). Mevcut çalışma bulgusundan yola çıkılarak genç yetişkinlerin yaştan bağımsız olarak kaygılı bağlanma oluşturdukları söylenebilir.

Araştırmadaki bir başka bulgu da, bireylerin kaygılı bağlanma düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığının bulunmasıdır. Romantik ilişki deneyimi 0-1 yıl ile 5 yıl ve üzeri olan grupta yer alan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının farklılaştığı belirlenmiştir. 0-1 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olan bireylerin puanlarının, 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca 3-5 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarının, 0-1 yıl ve 5 yıl ve üzeri süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından farklılaştığı görülmüştür. 3-5 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarının, 0-1 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından ve 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Mevcut araştırmadaki bu bulgu Bayar (2021: 40)'in araştırma bulgusuna benzerdir. Bayar (2021: 40) çalışmasında kaygılı bağlanma stilinde 6 aydan az süre ile ilişkisi olan bireylerin puanları, 3 yıldan uzun süredir ilişkisi olan bireylerin puanından anlamlı düzeyde yüksek bulmuştur. Benzer şekilde Sümer (2017: 34) çalışmasında ilişki süresi arttıkça, kaygılı bağlanmanın azaldığını bulmuştur. Bu çalışmalara karşılık romantik ilişki deneyimi süreleri ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı farkın çıkmadığı çalışma da vardır (Yavuz, 2018: 34). Alanyazında bağlanmanın kaygı boyutu ile; bireylerin romantik ilişkilerinde terk edilme korkularının oldukları, duygusal inişler çıkışlar yaşadıkları ve sevilmeye layık olmadıkları düşüncesi hakimdir (Hazan ve Shaver, 1987: 514). Buradan hareketle, kaygılı bağlanmanın temelinde terk edilme korkusu düşünüldüğünde, katılımcıların ilişki süresi arttıkça, daha az terk edilme korkusu yaşadıkları böylece kaygılı bağlanmalarının azaldığı söylenebilir.

Araştırmada, bireylerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu Akdağ (2017: 33), Çiftçi (2010: 80), Ergün (2019: 34), Soğancı (2017: 47) ve Yavuz (2018: 33)'un araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Toplumsal cinsiyet rolünden bağımsız olarak bireylerin kaçınmacı bağlanma geliştirdikleri düşünülebilir.

Araştırmadaki bir diğer bulgu da; kaçınmacı bağlanma düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığıdır. 20-25 yaş grubundaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarının, 30-35 yaş grubundaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak araştırmanın bu bulgusundan farklı olarak kaçınmacı bağlanma puanlarının yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği çalışmalar vardır (Akdağ, 2017: 34; Çiftçi, 2010: 81; Ergün, 2019: 35). 20-25 yaş grubundaki kişilerin kaçınmacı bağlanma puanlarının 30-35 yaş grubundaki kişilerden yüksek olmasının, 20-25 yaş döneminin ergenlik döneminin sonlarına rastlaması ve bu dönemde bireylerin yakın ilişki kurmaktan kaçınmaları, 30-35 yaş grubunda olan bireylerin ise daha olgun bir yaşta olmasıyla, daha çok yakın ilişki kurmak ve aile olmak istemesinden kaynaklı olabilir.

Araştırmada, bireylerin kaçınmacı bağlanma düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu Yavuz (2018: 36)'un araştırma bulgusuyla tutarlılık göstermektedir. Ancak araştırmanın bu bulgusundan farklı olarak romantik ilişki deneyimi süresi puanlarının kaçınmacı bağlanmaya göre anlamlı bir farklılık gösterdiği araştırma bulguları da vardır (Beştav, 2007: 35; Kırıt, 2017: 58; Sümer, 2017: 34). Bu sonuca göre, yaşanan ilişkinin süresinden ziyade ilişkinin niteliğinin önemli olduğu düşünülebilir.

İlgili araştırmanın bulgularından bir diğeri de, ilişki doyumu puanlarının cinsiyete göre farklılaştığının bulunmasıdır. Erkeklerin ilişki doyumu puanlarının, kadınların ilişki doyumu puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır. Mevcut araştırmanın bu bulgusu Sarı (2008: 62)'nın araştırma bulgusuna benzerdir. Sarı (2008: 62) araştırmasında kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre ilişki doyumu puanlarını düşük bulmuştur. Ancak araştırmanın bu bulgusundan farklı olarak cinsiyet puanlarının ilişki doyumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği çalışmalar da vardır (Bayar, 2021: 37; Beştav, 2007: 33; Ezer, 2017: 45; Kırıt, 2017: 56; Soğancı, 2017: 47; Sümer, 2017: 32; Yavuz, 2018:

33). Mevcut araştırma sonucuna göre, kadınların kendi ideal ilişki şemalarının mevcut ilişkilerinde göremedikleri ve ilişkilerinde daha az doyum aldıkları söylenebilir.

Araştırmada, bireylerin ilişki doyumu puanlarının yaşa göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu Sarı (2008: 63), Soğancı (2017: 48) ve Yavuz (2018: 34) araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Ancak araştırmanın bu bulgusundan farklı olarak yaş puaanlarının ilişki doyumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği araştırma bulgusu da vardır (Bayar, 2021: 39).

Araştırmadaki bir diğer bulgu da, bireylerin ilişki doyumu puanlarının, romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığının bulunmasıdır. 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olan bireylerin ilişki doyumu puanlarının diğer tüm grupların ilişki doyumu puanlarından farklılaştığı belirlenmiştir. 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların ilişki doyumu puanlarının, 0-1 yıl, 1-3 yıl ve 3-5 yıl romantik ilişki deneyimi olan bireylerin ilişki doyumu puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Mevcut araştırmanın bu bulgusu Bayar (2021)'ın araştırma bulgusunu desteklemektedir. Bayar (2021: 41) çalışmasında 1 ve 3 yıl arası ve 3 yıl ve üzeri süre ile ilişkisi olan yetişkinlerin, 6 aydan az süre ile ilişkisi olan yetişkinlerden daha yüksek ilişki doyumu yaşadığı bulgusunu bulmuştur. Bu çalışmalara karşılık romantik ilişki deneyimi süresi puanlarının ilişki doyumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği çalışmalar da vardır (Sarı, 2008: 64; Soğancı; 2017: 49; Yavuz, 2018: 35). Araştırma sonucuna göre, romantik ilişki deneyimi süresi olarak 0-1 yıl arasında birlikteliği olan partnerlerin birbirini tanıması için yeterli bir süre olmaması dolayısıyla da olumsuz algılarının, ilişki doyumunu düşürdüğü söylenebilir; 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olan bireylerin ilişki doyumu puanlarının diğer tüm gruplardan yüksek olması ise çiftlerin birbirlerini artık daha yakından tanıması ve sevgili olarak görmenin yanında arkadaş, eş, dost, aile gibi görmesi ve olumlu algılarının daha fazla olmasının etkili olduğu düşünülebilir. Ayrıca romantik ilişki deneyimi süresi arttıkça, partnerler arasındaki yaşantılar arttıkça ilgili bireylerin mevcut ilişkilerini ideal ilişki şemalarına yakınlaştırdıkları düşünülebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç

Bu çalışmada genç yetişkinlerin ana babaya bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bunun yanı sıra söz konusu değişkenlerde cinsiyet, yaş ve romantik ilişki deneyimi süreleri açısından bir farklılık görülüp görülmediği ele alınmıştır.

Anne bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutlarına ait puanlar arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Anne bağlanma puanları ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Anne bağlanma ve ilişki doyumları arasında ise pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anne aşırı koruma ve anne ilgi puanları arasında pozitif orta düzeyde, kaygılı bağlanma ile negatif orta düzeyde ve ilişki doyumu ile pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Anne ilgi ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde, kaçınmacı bağlanma ile pozitif düşük düzeyde, ilişki doyumları arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Kaygılı bağlanma ve ilişki doyumu arasında negatif orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu ve ilişki doyumu ile kaçınmacı bağlanma arasında pozitif orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kaçınmacı bağlanma ile anne aşırı koruma ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Genç yetişkinlerin baba bağlanma puanları ile baba aşırı koruma puanları arasında pozitif orta düzeyde anlamlı bir ilişki ve baba ilgi puanları arasında pozitif güçlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Baba bağlanma ile kaygılı bağlanma puanları arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Baba bağlanma puanları ile kaçınmacı bağlanma puanları arasında pozitif düşük anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Baba bağlanma ve ilişki doyumları arasında ise pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Baba aşırı koruma ve baba ilgi arasında pozitif orta düzeyde, kaygılı bağlanma ile negatif düşük düzeyde ve ilişki doyumu ile pozitif düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Baba ilgi ve kaygılı bağlanma arasında negatif orta düzeyde, kaçınmacı bağlanma ile pozitif düşük düzeyde, ilişki doyumları arasında pozitif

düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kaçınmacı bağlanma ile baba aşırı koruma ve kaygılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Genç yetişkinlerin anne aşırı koruma, baba bağlanma, baba aşırı koruma, baba ilgi ve kaçınmacı bağlanma puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bunun yanı sıra anne bağlanma puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin anne bağlanma puanlarının, kadınların anne bağlanma puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Kaygılı bağlanma puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, kadınların kaygılı bağlanma puanlarının, erkeklerin kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. İlişki doyumu puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin ilişki doyumu puanlarının, kadınların ilişki doyumu puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır.

Bireylerin anne aşırı koruma, baba bağlanma, baba aşırı koruma, baba ilgi, kaygılı bağlanma ve ilişki doyumu düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer taraftan katılımcıların anne bağlanma düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma puanlarının, 30-35 yaş grubundaki bireylerin anne bağlanma puanlarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte katılımcıların anne ilgi düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne ilgi puanlarının diğer tüm yaş grupları ile farklılaştığı belirlenmiştir. 20-25 yaş grubundaki bireylerin anne ilgi puanlarının, 30-35 yaş grubundaki ve 35-40 yaş grubundaki bireylerin anne ilgi puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır. Kaçınmacı bağlanma düzeylerinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. 20-25 yaş grubundaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarının, 30-35 yaş grubundaki bireylerin kaçınmacı bağlanma puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Bireylerin anne bağlanma, anne aşırı koruma, anne ilgi, baba bağlanma, baba aşırı koruma, baba ilgi ve kaçınmacı bağlanma düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak bireylerin kaygılı bağlanma düzeylerinin romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Romantik ilişki deneyimi 0-1 yıl ile 5 yıl ve üzeri olan grupta yer alan bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının farklılaştığı belirlenmiştir. 0-1 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olan bireylerin puanlarının, 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca

3-5 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarının, 0-1 yıl ve 5 yıl ve üzeri süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından farklılaştığı görülmüştür. 3-5 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarının, 0-1 yıl süre ile romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından ve 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların kaygılı bağlanma puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların ilişki doyumu puanları, romantik ilişki deneyimi sürelerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olan bireylerin ilişki doyumu puanlarının diğer tüm grupların ilişki doyumu puanlarından farklılaştığı belirlenmiştir. 5 yıl ve üzeri romantik ilişki deneyimi olanların ilişki doyumu puanlarının, 0-1 yıl, 1-3 yıl ve 3-5 yıl romantik ilişki deneyimi olan bireylerin ilişki doyumu puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Öneriler

Mevcut araştırmadan elde edilen bulgular neticesinde alan uzmanlarına ve araştırmacılarına çeşitli öneriler aşağıda sunulmuştur:

Uygulayıcıya Yönelik Öneriler

1. Aile ve Çift danışmanlığı alanında çalışan terapistlerin çiftler üzerinde uygulayacağı yeni danışma tekniklerinin belirlenmesinde ve mevcut tekniklerin geliştirilmesinde bağlanma kuramının büyük bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Psikolojik danışmanların, duygusal ilişkilerinde olumlu bağlanma ilişkisi gerçekleştiremeyen danışanlarının, ebeveynleriyle olan bağlanma ilişkilerine bakılmasının psikolojik danışma sürecine olumlu yönde etki sağlayacağı düşünülmektedir.

3. Ebeveyn ve çocuk arasındaki bağlanma biçiminin çocuğun ileriki yaşamındaki ilişkilerindeki bağlanmaları ve duygusal ilişkilerindeki bağlanmalarını büyük ölçüde etkileyeceği için, bu dönemde oluşturulan bağlanma ilişkilerine dair katkı sağlayabilecek psikolojik danışma programları geliştirilebilir.

4. Psikolojik danışmanların aile ve çift danışmanlığında, romantik ilişkisi olan bireylere bağlanma kuramı ile ilgili bilgi vererek romantik ilişkilerde kendilerini ve partnerlerini daha iyi tanımasına ve anlamasına katkı sağlayabilir. Bu şekilde yetişkinlik döneminde yaşanan romantik ilişkilerin doyumu artırılabilir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Araştırma grubundaki kadınların çoğunluk göstermesi nedeniyle, ileriki çalışmalarda kadın erkek katılımcıların birbirine yakın sayıda olmasına dikkat edilebilir.

2. Araştırmada 20-40 yaş arasında olan bireylerle çalışılmış olup, 20 yaş altı ve 40 yaş üstü katılımcıların ana babaya bağlanma örüntüleri, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri ve ilişki doyumları üzerinde herhangi bir çıkarım sunulmamıştır. Gelecekte yapılacak araştırmalar, daha geniş bir yaş aralığına sahip bir örneklemle ilgili değişkenleri ele alabilir.

3. Araştırma romantik ilişkisi olan bireyler üzerinde yapılmıştır. İleriki araştırmalarda katılımcıların romantik ilişki statüleri göz önünde bulundurulup, sözlü/ nişanlı ve evli şeklinde gruplanmaları sağlanabilir.

4. Araştırma İstanbul'da yaşayan bireylerle sınırlıdır. İleride yapılacak olan çalışmalar, mevcut araştırma değişkenlerini farklı şehirlerdeki örneklem gruplarıyla inceleyebilir.

5. Araştırmadan elde edilen veriler "Ana Babaya Bağlanma Ölçeği", "Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II" ve "İlişki Doyumu Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda aynı değişkenleri ölçen farklı ölçekler kullanılabilir.

KAYNAKÇA

Abbasi, A. R. K. , Tabatabaei, S. M. , Sharbaf, H. A. ve Karshki, H. (2016). Relationship of Attachment Styles and Emotional Intelligence With Marital Satisfaction. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, *10*, 3.

Ainsworth, M. D. S. (1969). Object Relations, Dependency, and Attachment: A Theoretical Review of the Infant-Mother Relationship. *Child Development, 40*, 969-1025.

Ainsworth, M. D. , Blehar, M. C. , Waters, E. ve Wall, S. (1978). Patterns of Attachment: *A Psychological Study of The Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Ainsworth, M. D. S. (1989) Attachments Beyond Infancy. *American Psychologist, 44*, 709- 716.

Ainsworth, M. D. S. ve Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist*. (46), (S. 333).

Akbay, S. E. (2015). Ana-Babaya Bağlanma ile Romantik Yakınlık ve Otantik Benlik Arasındaki İlişkilerde Bağlanma Stillerinin Aracı Rolünün İncelenmesi *(Yayınlanmamış Doktora Tezi).* Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.

Akdağ, C. (2017). Genç Yetişkin Bireylerin Anne-Babalarıyla Kurdukları İlişki Örüntüsünün Romantik İlişkilerindeki Kaygı Ve Kaçınma Düzeylerini Yordama Gücü *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Amato, Paul R. (1994). Baba-Çocuk İlişkileri, Anne-Çocuk İlişkileri ve Erken Yetişkinlikte Çocukların Psikolojik İyi Oluşları. *Evlilik Ve Aile Dergisi*, 1031-1042.

Appleton, S. F. (1981). Beyond The Limits Of Reproductive Choice: The Contributions of The Abortion-Funding Cases to Fundamental-Rights Analysis and to The Welfare-Rights Thesis. *Columbia Law Review*, *81*(4), 721-758.

Aspelmeier, J. E. ve Kerns, K. A. (2003). Love and School: Attachment/Exploration Dynamics in College. *Journal Of Social and Personal Relationships, 20,* 5-30.

Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik İlişkiler ve Aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4*(4), 520-546.

Aydın, C. (2010). Yeme Tutumu, Ortorektik Belirtiler ve Ana Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkiler *(Yüksek Lisans Tezi).* Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of İntimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships, 7*(2), 147-178.

Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Mong Young Adults: A Test Of A Four-Category Model. *Journal of Personality And Social Psychology, 61,* 226-244.

Bartholomew, K. (1994). Assessment of Individual Differences in Adult Attachment. *Psychological Inquiry*, *5*(1), 23-67.

Bayar, B. (2021). Yetişkin Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Romantik İlişkilerindeki Bağlanma Stilleri, İlişki Doyumları ve Başa Çıkma Biçimleri Arasındaki İlişki *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Beştav, G. F. (2007). Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi *(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Biller, H. B. (1993). Fathers and Families Paternal Factors in Child Development. 1st Ed. , Auburn House Westport: Connecticut London.

Bosma, H. ve Gerslma, C. (2003). From Early Attachment Relations to the Adolescent and Adult Organisation of Self. J. Valsiner, ve K. J. Connolly, Handbook of *Developmental Psychology* (pp. 450-488). İçinde. London: SAGE.

Bowlby, J. (1969). *Attachment: Attachment and Loss Volume One*. London: Hogarth.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Seperation Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.

Bowlby (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock Publications.

Bowlby, J. (1980*).* Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression. in Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression (pp. 1-462). London: *The Hogarth Press and The Institute of Psycho-Analysis.*

Bowlby, J. (1982), Attachment and Loss: Retrospect and Prospect, *American Journal of Orthopsychiatry*, *52*(4), 578-751.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books.

Bowlby, J.(1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Book. 197, New York, USA.

Bowlby, J. (2012). *Bağlanma ve Kaybetme-1, Bağlanma*. Tuğrul Veli Soylu (Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Bradbury, Thomas N. , Frank D. Fincham., Steven RH Beach. (2000). *Research on The Nature and Determinants of Marital Satisfaction: A Decade in Review*. Journal of Marriage and Family, C. 62 S. 4: 964-980.

Brennan, KA, Clark CL ve Shaver, PR. (1998). *"Self-Report Measurement of Adult Attachment: An Integrative Overview". In Attachment Theory and Close Relationships*. Edited By: Simpson, J.A. and Rholes, W. S. 46-76. New York: Guilford Press.

Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. Dev Psychol, 28(5), 759-75.

Brown, G. L. , Mcbride, B. A. , Shin, N. ve Bost, K. K. (2007). Parenting Predictors of Father-Child Attachment Security: Interactive Effects of Father Involvement and Fathering Quality. *Fathering: A Journal of Theory, Research ve Practice About Men As Fathers*, *5*(3), 197–219.

Burger, J.M. (2006). *Kişilik.* İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Büyüköztürk, Ş. , Kılıç Çakmak, E. , Akgün, Ö.E. , Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi

Büyükşahin, A. (2001). Yakın İlişki Kuran Ve Kurmayan Üniversite Öğrencilerinin Çeşitli Sosyal Psikolojik Etkenler Yönünden Karşılaştırılması *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Campbell, A. (1976). *Subjective Measures of Well-Being*. American Psychologist, 31, 117-124.

Collins, N. L. , Cooper, M. L. , Albino, A. ve Allard, L. (2002). *Psychosocial Vulnerability From Adolescence To Adulthood: A Prospective Study of Attachment Style Differences in Relationship Functioning and Partner Choice*. Journal of Personality, 70, 965–1008.

Collins, W. A. (2003). *More Than Mayth: The Developmental Significance of Romantic Relationships During Adolescence*. Journal of Research on Adolescence, 13 (1), 1-24.

Cummings, E. M. , Merrilees, C. E. ve George, M. W. (2010). Fathers, Marriages, and Families. *The Role of The Father in Child Development*, 154-176.

Curun, F. (2001). The Effects of Sexizm and Sex Role Orientation on Romantic Relationship Satisfaction *(Yüksek Lisans Tezi)* Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Çıkıt, B. (2017). Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi *(Yüksek Lisans Tezi).* Haliç Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı.

Çiftçi, D. (2010). Kişinin Ebeveyn İlişki Algısı ile Yetişkinlik Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Dainton, M. , Stafford, L. , ve Canary, D. J. (1994). Maintenance Strategies and Physical Affection as Predictors of Love, Liking, and Satisfaction in Marriage. *Communication Reports*, *7*(2), 88-98.

Dalgar, G. , Civil, F., Savaş, E. ve Şahin, A. (2022) . Erken Çocuklukta Bağlanma: John Bowlby ve Mary Ainsworth Açısından İncelenmesi. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, *5*(1), 85-92.

Demirutku, K. (2007). Parenting Styles, Internalization of Values, and Self-*Concept (Yayınlanmamış Doktora Tezi)*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89-99.

Deniz, M. E. (2008*). Ergenlik Çağı Sosyal İlişkileri*. Konya: Eğitim Akademi Yayınları.

Deveci, G. (2021). Yetişkin Bireylerin Nesne İlişkileri ve Savunma Düzenekleri ile Romantik İlişki Doyumları ve Cinsel Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *(Yüksek Lisans Tezi).* İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Dush, C. M. K. ve Amato, P. R. (2005). Consequences of Relationship Status and Quality for Subjective Well-Being. *Journal of Social and Personal Relationships, 22,* 607-627.

Ergün, E. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Anne-Babalarıyla Bağlanma Boyutlarının, Romantik İlişkilerdeki Bağlanma Boyutlarını Yordama Gücünün İncelenmesi *(Yüksek Lisans Tezi).* Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis (No. 7). WW Norton ve Company

Ezer, E. (2017). Yetişkinlerde Bağlanma ile İlişki Doyumu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Fletcher, Garth JO, Jeffry A. Simpson. , Geoff Thomas. (2000). Ideals, Perceptions, and Evaluations in Early Relationship Development. *Journal of Personality and Social Psychology*, C. 79 S. 6: 933.

Fraley, R. C. ve Shaver, P. R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology*, *4*(2), 132-154.

Gleeson, G. ve Fitzgerald, A. (2014). Exploring the Association Between Adult Attachment Styles in Romantic Relationships, Perceptions of Parents from Childhood and Relationship Satisfaction. *Health, 2014.*

Grusec, J. E. , Goodnow, J. J. ve Kuczynski, L. (2000). New Directions in Analyses of Parenting Contributions to Children's İnternalization of Values. *Child Development, 71*(1), 205-211.

Gülaydın N, G. , ve Semerci, B. (2018). Romantik İlişkisi Olan Yetişkin Bireylerin İlişki Doyumlarının Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları, 3*(6), 14-25.

Güvendeğer Doksat, N. ve Demirci Çiftçi, A. (2016). Bağlanma ve Yaşamdaki İzdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*. 25 (4), 489-501.

Hair, J. F. , Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. ve Tatham, R. L. (2013). Multivariate Data Analysis: Pearson Education Limited.

Hamarta, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkideki Bazı Değişkenlerin(Benlik Saygısı, Depresyon ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi *(Doktora Tezi)*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Havighurst, R. J. (1956). Research on the Developmental-Task Concept. *The School Review*. 64(5), 215-223.

Hawkins, J. L. (1968), Associations Between Companionship, Hostility, and Marital Satisfaction. *Journal of Marriage and The Family*. 11 (1), 647-650

Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52* (3), 511-524.

Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Frame Work for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry, 5*(1), 1-22.

Hazan, C. ve Shaver, P. R. (2000). Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili, Araştırmalar için Bir Çerçeve. *Türk Psikoloji Bülteni*, 16(7), 29-50.

Hendrick, S. S. , Hendrick, C. ve Adler, N. L. (1988). Romantic Relationships: Love, Satisfaction, and Staying Together *Journal of Personality and Social Psychology, 54* (6), 980-988.

Hendrick, S.S. (1988). A Generic Measure of Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50: Pp.93-98.

Hendrick, S. ve Hendrick, C. (1989). Research on Love: Does It Measure Up? . *Journal of Personality and Social Psychology*. 56, 784-794.

Hendrick, S. ve Hendrick, C. (2002). Linking Romantic Love with Sex: Development of the Perceptions of Love and Sex Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*. *19* (3), 361-378.

Hendrick, S. S. ve Hendrick, C. (2006). Measuring Respect in Close Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *23*(6), 881-899. Doi: 10.1177/0265407506070471

Işık, K.Y. (2020). Erişkinlerde Romantik İlişki Durumu ile Bağlanma, Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. İstanbul Gelişim Üniversitesi Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Işınsu, M. (2003). İkili İlişki Biçimi ve Süresi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantılar *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Jurič, S. (2011). Difference in Relatıonshıp Satisfaction and Adult Attachment in Married and Cohabitating Couples. *Anthropos: Casopis Za Psihologijo in Filozofijo Ter Za Sodelovanje Humanisticnih Ved*, *43*.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). *Family, Self and Human Development Across Cultures: Theory and Applications* (Genişletilmiş 2. Baskı). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Kapçı, G.E. ve Küçüker, S. (2006). Ana Babaya Bağlanma Ölçeği: Türk Üniversite Öğrencilerinde Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *17*(4): 286-295.

Kaplan, H. I. , Sadock, B. J. , ve Grebb, J. A. (1994). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences, Clinical Psychiatry*. Williams ve Wilkins Co. , S.161-165.

Karataş, Z. (2019). Romantik İlişki Doyumu ile Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Kişiler Arası Tarz Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Karayağız, L. Z. (2019). Anksiyete Bozukluğu olan Çocukların Annelerinde Ebeveyn Bağlanma Örüntülerinin İncelenmesi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Kavlak, O. , Şirin A. (2009). Maternal Bağlanma Ölçeğinin Türk Toplumuna Uyarlanması. *Journal Of Human Services*, *6*(1), 188-202.

Kılıç, S. (2014). Etki Büyüklüğü. *Journal Of Mood Disorders*, *4*(1), 44-6.

Kırıt, G. (2017). Romantik İlişkisi Olan Yetişkin Bireylerin İlişki Doyumlarının Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından İncelenmesi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Kocayörük, E. (2009). Anne-Baba ve Akran Bağlanmasının Ergenlerin Uyum Düzeylerini Yordama Gücü. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*. 8(15), 103-118.

Laible, D. , Carlo, G. , Ontai, L. (2004). Children's Perceptions of Family Relationships as Assessed in a Doll Story Completion Task: Links to Parenting, Social Competence and Externalizing Behavior. *Social Development*, 13(4), 551-569

Maccoby, E. E. Ve Martin, J. A. (1983). Socialization in the Context of the Family: Parent–Child Interaction. P. H. Mussen, (Seri Ed.), E. M. Heatherington, (Cilt Ed.), *Handbook of Child Psychology: Vol. 4. Socialization, Personality, and Social Development.* Wiley, New York.

Mahler, M. S. , Pine, F. , ve Bergman, A. (2003). *İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu*. Ali Nihat Babaoğlu (Çev.). İstanbul: Metis Yayıncılık.

Main, M. , Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to the Level of Representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 66-104.

Mason, R.L. , Gunst, R.F. , Hess, J.L., (2003). Statistical Design and Analysis of Experiments with Application to Engineering and Science. *John Wiley ve Sons Publication*, ISBN: 978- 0-471-37216-5, Pp. 200-214

Meredith, P.J. , Feeney, J.A. (2007). Adult Attachment Variables Predict Depression Before and After Treatment for Chronic Pain. *Europen Journal of Pain*, 11, 164-170.

Meyers, S. A. ve Landsberger, S.A. (2002). Direct and Indirect Pathways Between Adult Attachment Style and Marital Satisfaction. *Personal Relationships, 9*(2), 159-172

Mikulincer, M. ve Shaver, P.R. (2003). The Attachment Behavioral System in Adulthood: Activation, Psychodynamics, and Interpersonal Processes. *Advances in Experimental Social Psychology*. 35, 53-152.

Mohammadi, K. , Samavi, A. , ve Ghazavi, Z. (2016). The Relationship Between Attachment Styles and Lifestyle with Marital Satisfaction. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, *18*(4).

Moss, B. F. ve Schwebel, A. I. (1993). Defining Intimacy in Romantic Relationships. *Family Relations*, *42*(1), 31-37.

Muslu, Z,İ. (2018). Bağlanma Stillerinin İlişki Doyumu Üzerindeki Etkisi ve Bu İlişkiye Kendilik ve Partner Atıflarının Aracı Etkisi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ottu, I. F. ve Akpan, U. I. (2011). Predicting Marital Satisfaction from the Attachment Styles and Gender of A Culturally and Religiously Homogenous Population. *Gender and Behaviour*, *9*(1), 3656-3679.

Pallant, J. (2020). *SPSS Survival Manual: A Step By Step Guide to Data Analysis Using IBM SPSS*. Routledge.

Parman, T. (2000). *Ergenlik ya da Merhaba Hüzün*. İstanbul: Bağlam Yayınları

Raykov, T. ve Marcoulides, G. A. (2008). *An Introduction to Applied Multivariate Analysis*. Routledge.

Rusbult, C. E. ve Zembrodt, I. M. (1983). Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements: A Multidimensional Scaling Analysis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 19, 274-293.

Sabatelli, R. M. (1988). Exploring Relationship Satisfaction: A Social Exchange Perspective on the Interdependence Between Theory, Research, and Practice. *Family Relations*, 217-222

Sarı, T. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerle ilgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler *(Yayınlanmamış Doktora Tezi).* Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Satıcı, B. , Deniz, M.E. (2018). Cinsiyetin Romantik İlişki Doyumu Üzerindeki Etkisi: Bir Meta-Analiz Çalışması. *İlköğretim Online*, 2018; 17(2): 1077-1095.

Selçuk, E. , Günaydın, G. , Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin Bağlanma Boyutları İçin Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II'nin Türk Örnekleminde Psikometrik Açıdan Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, *8*(16), 1-11.

Simpson, J.A. (1990). Influence of Attachment Styles on Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (5), 971-980.

Soğancı, D. (2017). Bağlanma Stillerinin Romantik İlişki Doyumu Üzerindeki Etkisi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Sroufe, L. A. (2005). Attachment and Development: A Prospective, Longitudinal Study From Birth to Adulthood. *Attachment ve Human Development*, *7*(4), 349-367.

Stackert, R. A. ve Bursik, K. (2003). Why am I Unsatisfied? Adult Attachment Style, Gendered Irrational Relationship Beliefs, and Young Adult Romantic Relationship Satisfaction. *Personality and Individual Differences, 34*(8), 1419-1429.

Sternberg, R. J. (1988). Triangulating Love. In R. J. Sternberg ve M. L. Barnes (Eds), *The Psychology of Love* (Pp. 119-138). New Haven, CT: Yale University Press.

Sternberg, R. J. (1997). Construct Validation of a Triangular Love Scale. European *Journal of Social Psychology, 27,* 313-335.

Strahan, B. J. (1995). Predictors of Depression: An Attachment Theoretical Approach. *Journal of Family Studies, 1*, 33–47.

Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi. 14*(44): 35-58.

Sümer, N. ve Cozzarelli, C. (2004). The Impact of Adult Attachment Style on Partner and Self-Attributions and Relationship Quality. *Personal Relationships*, 11, 355-371.

Sümer, S. ve Arıcak, T. (2018). Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)* . Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Şahin, D. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Ebeveynlerine Bağlanma Örüntüleri ile Çocukluk Çağı Olumsuz Deneyim Yaşama Durumları Arasındaki İlişki *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)* . Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karaman.

Tabachnick, B. G. , Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2007). *Using Multivariate Statistics* (Vol. 5, Pp. 481-498). Boston, MA: Pearson.

Terzi, S. ve Özbay, Y. (2016). Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeğinin Geliştirilmesi. *21.Yüzyıl Eğitim ve Toplum*, 13(5):Ss.169-185.

Thibaut, J. W. , Kelley, H. H, (1961), *The Social Psychology of Groups* (Cilt 2), New York: John Wiley ve Sons

Tüfekçi, S. (2008). Romantik İlişkilerde Genç Yetişkinlerin Aşka İlişkin Tutumları ve Kişilik Özellikleri: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir Değerlendirme *(Yüksek Lisans Tezi).* Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Umay, U. (2019). Ebeveyne Bağlanma ile Romantik İlişkilerde Bağlanma Örüntüsünün Üç Kuşak Kuşaklararası Aktarımı ve Üçüncü Kuşaktaki Evlilik Beklentisine Etkisi *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.

Yavuz, T. (2018). Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantı *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).* Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yıldız, M. (2012). Bağlanma Kuramı Açısından Yaşlılık Dönemine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *36*(1), 1-30.

EKLER

Ek.1.Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında gerçekleştirilen bir tez çalışmasıdır. Dr. Öğr. Üyesi Berke KIRIKKANAT'ın danışmanlığında Uzm. Psk. Dan. Dilek CANSEVER tarafından yürütülmektedir.

Bu çalışmanın amacı genç yetişkinlerin ana babaya bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasında bir ilişki olup olmadığını incelemektir. Bu amaç doğrultusunda katılımcılara anne ve babalarının tutum ve davranışları ile ilgili görüşleri, romantik ilişki deneyimlerindeki duygu ve düşünceleri ve ilişki doyumuna ilişkin sorular sorulacaktır.

Bu çalışmaya romantik ilişkisi olan veya daha önce romantik ilişki deneyimi yaşamış 20-40 yaş arasındaki bireyler katılabilir. Bu araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanır.

Size doldurmanız için 3 adet ölçek verilecektir. Ölçek formlarının başta verilen yönergeyi izleyerek doldurulması önemlidir. Çalışmada ***kişisel bilgilerin gizliliği*** esas alınmıştır ve kimlik bilgileriniz talep edilmemektedir. ***Alınan cevapları anonim olarak ve toplu halde istatistiksel olarak çalışılacaktır ve çalışmanın amacı dışında kesinlikle kullanılmayacaktır.***

Çalışmaya katılmaktan herhangi bir zamanda vazgeçilebilir ve yarım bırakabilirsiniz. Ancak bilimsel bir araştırma için vereceğiniz yanıtların gerçekliği ve tüm soruların samimi bir şekilde belleğinizde kaldığı kadarıyla ve eksiksiz bir biçimde cevaplanması oldukça önemlidir.

Rahatsızlık duyduğunuz bir konu veya bir sorununuzun olması durumunda benimle iletişime geçebilirsiniz.

Soruları yanıtlamanız yaklaşık 20 dk. sürecektir.

Katılımınız için teşekkürler…

Araştırmacı: Uzm. Psk. Dan. Dilek CANSEVER
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Berke KIRIKKANAT

*( ) Bilgi formunda belirtilenleri göz önünde bulundurarak hiçbir baskı olmaksızın kendi isteğimle araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

Ek.2. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma genç yetişkinlerin ana baba bağlanma örüntüsü, romantik ilişkilerindeki bağlanma ile ilişki doyumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla planlanmıştır. Araştırmadan elde edilecek veriler yalnızca İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans programı kapsamında yürütülen bir tez çalışmasında kullanılacak, ***tüm bilgiler ve cevaplar gizli tutulacaktır. Anketler bireysel olarak değerlendirilmeyeceği için isminizi yazmanız gerekmemektedir. Araştırmanın sonuçlarının güvenirliği için soruları dikkatlice okumanız, samimi ve doğru bir şekilde yanıt vermeniz ve cevaplanmamış soru bırakmamanız gerekmektedir.*** Anketlerde yer alan her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi yansıttığını düşündüğünüz ifadeyi çarpı (X) ile işaretleyiniz.

Araştırmaya yaptığınız katkı için teşekkür ederim.

Uzm. Psk. Dan. Dilek CANSEVER
İstanbul Kent Üniversitesi
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

1. Cinsiyetiniz

( ) Kız ( ) Erkek

2. Yaşınız

( ) 20-25 yaş ( ) 25-30 yaş ( ) 30-35 yaş ( ) 35-40 yaş

3. Romantik ilişki deneyiminizi düşünerek ortalama ilişki süreniz ne kadar?

( ) 0-1 yıl ( ) 1-3 yıl ( ) 3-5 yıl ( ) 5 yıl ve üzeri

Ek.3. Ana-Babaya Bağlanma Ölçeği-I

Aşağıda, anne babanızın çeşitli tutum ve davranışlarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. 16 yaşınıza kadar olan dönemde **ANNENİZİ** hatırlamaya çalışarak, her bir ifadede en uygun seçeneğin karşısındaki paranteze **X** işareti koyunuz.

	Tamamen Böyleydi	**Kısmen Böyleydi**	**Pek Böyle Değildi**	**Hiç Böyle Değildi**
1.Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu.	( )	( )	( )	( )
2.İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi.	( )	( )	( )	( )
3. Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi.	( )	( )	( )	( )
4.Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü.	( )	( )	( )	( )
5.Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.	( )	( )	( )	( )
6. Bana karşı sevgi doluydu	( )	( )	( )	( )
7. Kendi kararlarımı vermemden memnuniyet duyardı.	( )	( )	( )	( )
8. Büyümemi istemezdi.	( )	( )	( )	( )
9.Yaptığım her şeyi kontrol etmeye çalışırdı.	( )	( )	( )	( )
10. Mahremiyetime müdahale ederdi.	( )	( )	( )	( )
11.Olan-bitenler hakkında benimle konuşmaktan keyif alırdı.	( )	( )	( )	( )
12. Genellikle bana karşı güler yüzlüydü.	( )	( )	( )	( )
13.Bana, bebekmişim gibi davranma eğilimi vardı.	( )	( )	( )	( )
14. İhtiyaçlarımı ve isteklerimi anlamıyor gibiydi.	( )	( )	( )	( )

	Tamamen Böyleydi	**Kısmen Böyleydi**	**Pek Böyle Değildi**	**Hiç Böyle Değildi**
15. Kendimle ilgili kararları almama izin verirdi.	( )	( )	( )	( )
16. İstenmediğimi hissettirirdi.	( )	( )	( )	( )
17. Üzgün olduğum zamanlarda kendimi daha iyi hissetmemi sağlardı	( )	( )	( )	( )
18. Benimle pek fazla konuşmazdı.	( )	( )	( )	( )
19. O'na bağımlı olduğum duygusunu yaşatmaya çalışırdı.	( )	( )	( )	( )
20. Benimle pek fazla konuşmazdı.	( )	( )	( )	( )
21. İstediğim kadar özgürlük tanırdı.	( )	( )	( )	( )
22. İstediğim zaman dışarı çıkmama izin verirdi	( )	( )	( )	( )
23. Bana karşı aşırı koruyucuydu.	( )	( )	( )	( )
24. Beni övmezdi.	( )	( )	( )	( )
25.İstediğim gibi giyinmeme izin verirdi.	( )	( )	( )	( )

Ek.4. Ana-Babaya Bağlanma Ölçeği-II

Aşağıda, anne babanızın çeşitli tutum ve davranışlarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. 16 yaşınıza kadar olan dönemde **BABANIZI** hatırlamaya çalışarak, her bir ifadede en uygun seçeneğin karşısındaki paranteze **X** işareti koyunuz.

	Tamamen Böyleydi	**Kısmen Böyleydi**	**Pek Böyle Değildi**	**Hiç Böyle Değildi**
1.Benimle yumuşak ve arkadaşça bir tarzda konuşurdu.	( )	( )	( )	( )
2.İhtiyaç duyduğum kadar yardım etmezdi.	( )	( )	( )	( )
3. Hoşlandığım şeyleri yapmama izin verirdi.	( )	( )	( )	( )
4.Duygusal olarak bana karşı soğuk görünürdü.	( )	( )	( )	( )
5.Sorunlarımı ve endişelerimi anlıyor görünürdü.	( )	( )	( )	( )
6. Bana karşı sevgi doluydu	( )	( )	( )	( )
7. Kendi kararlarımı vermemden memnuniyet duyardı.	( )	( )	( )	( )
8. Büyümemi istemezdi.	( )	( )	( )	( )
9.Yaptığım her şeyi kontrol etmeye çalışırdı.	( )	( )	( )	( )
10. Mahremiyetime müdahale ederdi.	( )	( )	( )	( )
11.Olan-bitenler hakkında benimle konuşmaktan keyif alırdı.	( )	( )	( )	( )
12. Genellikle bana karşı güler yüzlüydü.	( )	( )	( )	( )
13.Bana, bebekmişim gibi davranma eğilimi vardı.	( )	( )	( )	( )
14. İhtiyaçlarımı ve isteklerimi anlamıyor gibiydi.	( )	( )	( )	( )

	Tamamen Böyleydi	**Kısmen Böyleydi**	**Pek Böyle Değildi**	**Hiç Böyle Değildi**
15. Kendimle ilgili kararları almama izin verirdi.	( )	( )	( )	( )
16. İstenmediğimi hissettirirdi.	( )	( )	( )	( )
17. Üzgün olduğum zamanlarda kendimi daha iyi hissetmemi sağlardı	( )	( )	( )	( )
18. Benimle pek fazla konuşmazdı.	( )	( )	( )	( )
19. O'na bağımlı olduğum duygusunu yaşatmaya çalışırdı.	( )	( )	( )	( )
20. Benimle pek fazla konuşmazdı.	( )	( )	( )	( )
21. İstediğim kadar özgürlük tanırdı.	( )	( )	( )	( )
22. İstediğim zaman dışarı çıkmama izin verirdi	( )	( )	( )	( )
23. Bana karşı aşırı koruyucuydu.	( )	( )	( )	( )
24. Beni övmezdi.	( )	( )	( )	( )
25.İstediğim gibi giyinmeme izin verirdi.	( )	( )	( )	( )

Ek.5.Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II

Bu ölçek romantik ilişkilerde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şuan da değil, genel olarak ne olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını düşünerek, size uygun şıkkı işaretleyiniz. "Hiç Katılmıyorum-1", "Katılmıyorum-2", "Kısmen Katılmıyorum-3", "Kararsızım/Fikrim Yok-4", "Kısmen Katılıyorum-5","Katılıyorum-6" ve "Tamamen Katılıyorum-7" seçeneklerinden birini seçerek ilgili rakamı işaretleyiniz.

	Hiç Katılmıyorum	**Katılmıyorum**	**Kısmen Katılmıyorum**	**Kararsızım/ Fikrim Yok**	**Kısmen Katılıyorum**	**Katılıyorum**	**Tamamen Katılıyorum**
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım/ Fikrim Yok	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24.Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım/ Fikrim Yok	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34.Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35.Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

Ek.6.İlişki Doyumu Ölçeği

Aşağıda romantik ilişkilerden sağlanan doyuma ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Eğer şuan ilişkiniz yoksa daha önceki romantik ilişki deneyiminizi referans alarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak belirtiniz.

	Hiç Karşılamıyor						**Çok iyi Karşılıyor**
1. Partneriniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç memnun değilim						**Çok memnunum**
2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Çok daha iyi						**Çok daha kötü**
3. Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiçbir zaman						**Her zaman**
4. Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç karşılamıyor						**Tamamen Karşılıyor**
5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç sevmiyorum						**Çok seviyorum**
6. Partnerinizi ne kadar seviyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç yok						**Çok var**
7. İlişkinizde ne kadar problem var?	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Uzm. Psk. Dan. Dilek CANSEVER, 2010 yılında Yeditepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü lisans programından onur derecesi ile mezun oldu. Akdeniz Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programını tamamladı. Tezinde "Ergenlerde Algılanan Ana Baba Çatışması ve Saldırganlık Arasındaki İlişkiyi" inceledi. Psikoterapi Enstitüsü tarafından verilen "Bütüncül Psikoterapi Eğitimi" (4 yıl süren, bütün teori ve ekolleri içeren teori, formülasyon ve süpervizyondan oluşan ileri seviye psikoterapi eğitimi) ve "Uluslararası Sertifika Onaylı Duygu Odaklı Terapi Eğitimini" tamamladı. Birçok konuda eğitim, seminer, kongre, workshop çalışmalarına katıldı. Milli Eğitim Bakanlığına bağlı çeşitli kurumlarda psikolojik danışman olarak görev yapmakta olup, Psikolojik danışmanlık merkezlerinde Ergen ve Yetişkin Terapi, eğitim ve seminer çalışmalarına devam etmektedir.