



T.C.

UFUK ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

**GENÇ YETİŞKİNLERİN ROMANTİK İLİŞKİLERDE AKILCI
OLMAYAN İNANÇLARI İLE ALGILADIKLARI EBEVEYN
TUTUMLARININ İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TÜRKAN MERVE CEYLAN

TEZ DANIŞMANI

PROF. DR. MUSTAFA KILIÇ

ANKARA

2022

T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

GENÇ YETİŞKİNLERİN ROMANTİK İLİŞKİLERDE AKILCI
OLMAYAN İNANÇLARI İLE ALGILADIKLARI EBEVEYN
TUTUMLARININ İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
TÜRKAN MERVE CEYLAN

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. MUSTAFA KILIÇ

ANKARA

2022

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

† Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

18.02.2022

TÜRKAN MERVE CEYLAN

ADAMA



Bu yüksek lisans tezimi, beni her koşulda destekleyen her zaman yanımda hissettiğim bana güç veren biricik anne ve babama ithaf ediyorum.

TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın her aşamasında hem akademik hem de manevi olarak beni destekleyen, yanımda olan çok kıymetli hocam Sayın Prof. Dr. Mustafa KILIÇ’a teşekkürlerin en büyüğünü sunuyorum. Sayın hocam ile birlikte çalışma fırsatı bulduğum için kendimi çok şanslı hissediyorum. Kendileri ile çalışmış olmak benim için büyük bir onur...

Önerileri ile tezime katkıda bulunan, akademik ve manevi desteğini hissettiğim değerli hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Aslıhan ERMAN ASLANOĞLU’na teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek Lisans ders döneminde bize değerli bilgilerini aktaran, etkileyici kişiliği ile akademik hayatımda örnek aldığım çok değerli hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Olcay YILMAZ’a çok teşekkür ediyorum.

Son olarak maddi ve manevi destekleriyle her zaman yanımda olan canım aileme ve arkadaşlarıma çok teşekkür ediyorum.

ÖZET

CEYLAN, Türkan Merve. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2022.

Bu araştırmanın amacı, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesine dayanmaktadır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve algılanan ebeveyn tutumları araştırma kapsamında cinsiyet, eğitim durumu, ilişki durumu ve ebeveyn birliktelik durumu demografik değişkenleri ile birlikte incelenmiştir. Araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline göre yapılandırılmıştır. Araştırmada amaca dayalı örnekleme yöntemi ile veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Araştırma örneklemini Ankara ilinde yaşayan 20-40 yaş arası 531 genç yetişkin oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulmuş Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu kullanılmıştır. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Algılanan Ebeveyn Tutumları arasındaki ilişki pearson momentler çarpımı ile analiz edilmiştir. Elde edilen verilere göre Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ile Algılanan Ebeveyn Tutumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulgulanmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve algılanan ebeveyn tutumları cinsiyet, ilişki durumu ve ebeveyn birliktelik durumu değişkenlerine göre bağımsız örneklem t- testi ile eğitim durumu değişkeni kruskal wallis analizi ile incelenmiştir. Analiz sonucunda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar cinsiyet ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı fark göstermektedir. Algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk ve anne reddedici tutumları cinsiyete göre anlamlı fark göstermektedir. Ebeveyn birliktelik durumuna göre baba duygusal sıcaklık arasında anlamlı fark ortaya çıkmıştır. Algılanan anne duygusal sıcaklık tutumları eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bulgular paylaşılmış, tartışılmış, yorumlanmış ve bulgular ışığında önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Genç Yetişkinlik, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar, Algılanan Ebeveyn Tutumları

ABSTRACT

CEYLAN, Türkan Merve. Examination of Young Adults' Irrational Beliefs and Perceived Parental Attitudes in Romantic Relationships, Master Thesis, Ankara, 2022.

The aim of this study is to examine the relationship between young adults' irrational beliefs in romantic relationships and their perceived parental attitudes. Irrational beliefs and perceived parental attitudes in romantic relationships were examined together with demographic variables such as gender, educational status, relationship status and parental coexistence status. The research was structured according to the relational survey model, one of the general survey models. In the study, data were carried out with the purposeful sampling method. The research sample consists of 531 young adults aged 20-40 living in Ankara. Personal information form, irrational beliefs in romantic relationships scale, and perceived parental attitudes scale child form were used as data collection tools in the study. The relationship between irrational beliefs and perceived parental attitudes in romantic relationships was analyzed by pearson product of moments. It was found that there was no significant relationship between irrational beliefs in romantic relationships and perceived parental attitudes. Irrational beliefs and perceived parental attitudes in romantic relationships were analyzed by independent sample t-test according to gender, relationship status and parental coexistence variables, and educational status variable by Kruskal Wallis analysis. As a result of the analysis, irrational beliefs in romantic relationships show a significant difference according to gender and educational status variables. Perceived maternal and paternal overprotection and maternal rejection attitudes differ significantly by gender. There was a significant difference between the emotional warmth of the father according to the parental relationship status. It was concluded that perceived maternal emotional warmth attitudes differed significantly according to educational status. The findings were shared, discussed, interpreted and suggestions were made in the light of the findings.

Keywords: Young Adulthood, Irrational Beliefs in Romantic Relationships, Perceived Parental Attitudes

İÇİNDEKİLER

Sayfa No:

BİLDİRİM	i
ADAMA	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
KISALTMALAR DİZİNİ	x
TABLolar DİZİNİ	xi
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM.....	12
KURAMSAL ÇERÇEVE.....	12
1.1. Genç Yetişkinlik.....	12
1.1.1. Genç Yetişkinlik Döneminde Biyolojik Gelişim.....	15
1.1.2. Genç Yetişkinlik Döneminde Bilişsel Gelişim	16
1.1.4. Genç Yetişkinlikte Romantik İlişkiler	19
1.2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar	22
1.2.1. Bilişsel Davranışçı Kuram	22
1.2.1.1. Otomatik Düşünceler	24
1.2.1.2. Ara İnançlar.....	25
1.2.1.3. Temel İnançlar	25
1.2.1.4. Bilişsel Çarpıtmalar.....	26
1.2.2. Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram.....	28
1.2.2.1. ABC Kişilik Modeli	30
1.2.2.2. Akılcı Olmayan İnançlar	32
1.2.2.3. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar	33

1.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları	37
1.3.1. Duygusal Sıcaklık	39
1.3.2. Aşırı Koruyuculuk	40
1.3.3. Reddedicilik	41
1.4. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Araştırmalar	42
1.4.1. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Yurt İçi Yapılan Araştırmalar.	42
1.4.2. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Yurt Dışı Yapılan Araştırmalar	45
1.4.3. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmaların Karşılaştırılması	46
1.5. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Araştırmalar	48
1.5.1. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Yurt İçi Yapılan Araştırmalar	48
1.5.2. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Yurt Dışı Yapılan Araştırmalar	50
1.5.3. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Yapılan Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmaların Karşılaştırılması	51
2. BÖLÜM.....	53
YÖNTEM.....	53
2.1. Araştırmanın Modeli	53
2.2. Çalışma Grubu.....	53
2.3. Veri Toplama Araçları.....	54
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	55
2.3.2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği / RAİNÖ	55
2.3.3 Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları- Çocuk Formu/ KAET-Ç	56
2.4. Verilerin Toplanması ve Verilerin Analizi.....	58

3. BÖLÜM.....	62
BULGULAR.....	62
3.1. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile Algıladıkları Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular.....	62
3.2. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerdeki Akılcı Olmayan İnançları ve Demografik Değişkenler ile İlgili Bulgular.....	63
3.2.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular.....	63
3.2.2. Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular.....	64
3.2.3. İlişki Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular.....	64
3.2.4. Ebeveyn Birliktelik Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular	65
3.3. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumları ile Demografik Değişkenlerine İlişkin Bulgular.....	65
3.3.1. Cinsiyet Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	66
3.3.2. Eğitim Durumu Arasındaki Anlamli Farka İlişkin Bulgular	68
3.3.3. İlişki Durumu Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	70
3.3.4. Ebeveyn Birliktelik Durumu Arasındaki Farka İlişkin Bulgular.....	72
4. BÖLÜM.....	75
TARTIŞMA VE YORUM.....	75
4.1. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerinde Akılcı Olmayan İnançları ile Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkiye Yönelik Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	75
4.2. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının Cinsiyete Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	76
4.3. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının Eğitim Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	77
4.4. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının İlişki Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	78
4.5. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	79
4.6. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Cinsiyete Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....	80

4.7. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Eğitim Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	81
4.8. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının İlişki Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	83
4.9. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	84
5. BÖLÜM.....	86
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	86
5.1. Sonuç	86
5.2. Öneriler.....	88
KAYNAKÇA	93
EKLER.....	105
EK- 1. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği Kullanım İzni.....	105
EK-2. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Kullanım İzni	106
EK-3. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği	107
EK-4 Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu	108
EK-5. Kişisel Bilgi Formu.....	109
EK-6. Etik Kurul İzni	110
ÖZGEÇMİŞ.....	111

KISALTMALAR DİZİNİ

RAINÖ	: Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği
KAETÇ	: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu
TÜİK	: Türk İstatistik Kurumu
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences



TABLÖLAR DİZİNİ

Sayfa No:

Tablo 1. Çalışma Grubu Özellikleri	54
Tablo 2. RAINÖ Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları	59
Tablo 3. KAET-Ç Anne İçin Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları	60
Tablo 4. KAET-Ç Baba İçin Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları.....	60
Tablo 5. RAINÖ ve Alt Boyutları Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	60
Tablo 6. KAET-Ç Anne Alt Boyutları Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	61
Tablo 7. KAET-Ç Baba Alt Boyutları Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	61
Tablo 8. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAINÖ) ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu (KAET-Ç) Anne Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon	62
Tablo 9. RAINÖ ve KAET-Ç Baba Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon	63
Tablo 10. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Cinsiyet.....	63
Tablo 11. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Eğitim Durumu	64
Tablo 12. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve İlişki Durumu.....	65
Tablo 13. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Ebeveyn Birliktelik Durumu	65
Tablo 14. Algılanan Anne ve Baba Duygusal Sıcaklık Tutumu ve Cinsiyet.....	66
Tablo 15. Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk Tutumu ve Cinsiyet	66
Tablo 16. Algılanan Anne Baba Reddedicilik Tutumu ve Cinsiyet.....	67
Tablo 17. Algılanan Anne Baba Duygusal Sıcaklık ve Eğitim Durumu.....	68
Tablo 18. Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk ve Eğitim Durumu	69
Tablo 19. Algılanan Anne Baba Reddedici Tutum ve Eğitim Durumu	70
Tablo 20. Algılanan Anne Baba Duygusal Sıcaklık Tutumu ve İlişki Durumu.....	71
Tablo 21. Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk Tutumu ve İlişki Durumu	71
Tablo 22. Algılanan Anne Baba Reddedici Tutumu ve İlişki Durumu.....	72
Tablo 23. Algılanan Anne Baba Duygusal Sıcaklık Tutumu ve Ebeveyn Birliktelik Durumu	73

Tablo 24. Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk Tutumu ve Ebeveyn Birliktelik Durumu	73
Tablo 25. Algılanan Anne Baba Reddedicilik Tutumu ve Ebeveyn Birliktelik Durumu	74



GİRİŞ

Bu bölümde; problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve araştırma ile ilgili tanımlara yer verilmiştir.

Problem Durumu

Genç yetişkinlik ergenlik dönemi sonrası ile yetişkinlik dönemlerinin ilk yıllarını kapsayan, ergenlikten farklı olarak yetişkinliğin getirdiği farklı rol ve sorumlulukların üstlenildiği, kişilik ve karakterin oluşup sabit bir hale geldiği, geleceğe yönelik fikir, beklenti ve projelerin olduğu bir dönemi ifade etmektedir (Kılıç, 2017, s.2). Genç yetişkinlik dönemi, ergenlik döneminde geçirilen kimlik bunalımı sonrası kendini bulabilmeyi, üretken olma çabası içinde iş hayatında yer edinebilmeyi, sosyal hayatta doyum alacağı ilişkiler kurabilmeyi ve sorumluluk alabilmeyi gerektirmektedir.

Anne karnında başlayarak yaşamın son anına kadar devam eden gelişim bir bütün olarak incelenmekte ve hayatın belirli dönemlerinde farklı hızda farklı özellikler göstermektedir. Belirli zaman dilimlerinde belirli özelliklerin ortaya çıkması gelişim dönemleri olarak adlandırılmaktadır. Her gelişim dönemi kendi içinde bir değişimi barındırmaktadır. Gelişim dönemlerinden biri olan genç yetişkinlik dönemi değişimler içeren bireyin ailesinden bağımsızlaşarak kendi bireyselliğine yöneldiği, ilişkilerinde kendisini keşfettiği bir dönemi ifade etmektedir (Vander, Zanden, 1997; akt. Savur, 2017, s.1).

Yaşamın en kritik dönemlerinden biri olan genç yetişkinlik bir hazırlanma dönemi olarak nitelendirilebilir. Genç yetişkinlik döneminin yaş sınırları uzmanlarca farklılık göstermektedir. Havinghurst genç yetişkinlik dönemini 18-35 yaşları arasında sınırlandırırken, Bühler 25-45 yaşları arasını genç yetişkinlik dönemi olarak değerlendirmiştir. Erikson'a göre ise genç yetişkinlik dönemi 20-40 yaşları arası genç yetişkinlik dönemidir. Genç yetişkinlik kültürel, sosyoekonomik sınıfsal ve bireysel farklılıklardan etkilenmekte ve değişim göstermektedir dolayısıyla genç yetişkinliğin yaş evrelerini sınırlandırmak güçtür (Onur, 2014, s.101-102). Genç yetişkinlik döneminin yaş aralığı net olmamakla birlikte konu ile ilgili yapılan araştırmaların örneklemine 18-40 yaş arası bireyler oluşturmaktadır.

Gelişim bir süreçtir, gelişim dönemlerinin kendinden sonra gelen gelişim dönemini etkileyecek farklı gelişim görevleri ve gelişim özellikleri mevcuttur. Bireyin bu gelişim

görevlerini başarı ile tamamlaması Havinghurst'e göre bireyin mutluluğunda rol sahibidir. Genç yetişkinlik dönemine ait gelişim görevleri eş seçimi, eşle birlikte yaşamayı öğrenme, aile kurma, çocuk yetiştirme, ev işlerini yürütme, bir işe girip kariyerini geliştirme (bir uğraş başlatma), vatandaşlık sorumluluklarını üstlenme, uygun bir toplumsal gruba katılma olarak sıralanabilir (Bacanlı ve Terzi, 2016, s.189-192). Erikson, kişiliği sekiz dönemde incelemiştir. Sekiz gelişim dönemi çatışmalarını zıtlıklarıyla birlikte adlandıran Erikson'a göre bireyin sağlıklı bir şekilde kişilik kazanması içinde bulunduğu dönemin getirdiği çatışmaları başarıyla atlatmasına bağlıdır (Erikson, 1982; akt. Şen, 2015, s.38). Altıncı evre olan yakınlığa karşı yalıtılmışlık dönemi genç yetişkinlik dönemi olarak ifade edilir. Genç yetişkinlik dönemi başkalarıyla yakın ilişkiler kurabilmeyi ve sürdürülebilmeyi gerektirmektedir. Erikson (1968) bireyin kendi benliğini koruyarak hem arkadaşlık hem de romantik ilişkilerinde sevgi dolu paylaşım içerisinde olabilmesini yakınlık kurabilme becerisi olarak adlandırmaktadır (Akbaş, 2018, s.10). Yakınlık ihtiyacı çok yönlüdür birey yakınlığı arkadaşlarıyla, yaşlılarıyla, iş arkadaşlarıyla karşılayabilirken, bu dönemde sürekliliği olan duygusal bir bağ kurma eş bulma ön plana çıkmaktadır. Birey romantik ilişkilerle daha çok ilgilenmektedir.

Genç yetişkinlerin hayatlarında romantik ilişkilerin önemli bir yeri vardır. Romantik ilişkilerin tanımı yapılırken diğer ilişkilerle benzerliklerinden ve farklılıklarından yararlanılmıştır. Romantik ilişkiler, arkadaşlık ilişkileri gibi karşılıklıdır, romantik ilişki tek taraflı değildir (Collins, 2003, s.2). Romantik ilişkiler çiftler için güzel duygular olumlu yaşantılar barındırır (Kılınçer ve Tuzgöl Dost, 2014, s.161). Kişiler romantik ilişkide sevgi, saygı ve güven ihtiyaçlarını karşılamaktadır. Romantik ilişkiler karşılıklı olarak çiftlerin olumlu duygular yaşamasına katkıda bulunmaktadır.

Romantik ilişkilerin barındırdığı bir takım özellikler vardır. Genç yetişkinlikte gelişimin önemli bir parçası olan romantik ilişkilerin katılım, eş seçimi, ilişki içeriği, ilişki kalitesi ve ilişkinin bilişsel duygusal süreçleri olmak üzere 5 önemli özelliği vardır. Katılım flört süresini, flört edip etmediğini ifade eder. Eş seçimi eşin kim olduğunu kimle flört edildiğini açıklar. İlişki içeriği ilişkideki yaşantıları ve deneyimleri ilişkideki aktiviteleri içerir. İlişki kalitesi kişinin bu ilişki içindeki olumlu yaşantılarına değinir. İlişkinin bilişsel ve duygusal süreçlerinde romantik ilişkiyi diğer ilişkilerinden farklılaştıran duygusal tepkilerini, şemalarını, algılarını, beklentilerini ifade eder (Saraç, Hamamcı ve Güçray, 2015, s.69-70).

Romantik ilişkilerin kişiye kendini tanımak, kendine yönelik farkındalık geliştirmek, ilişki içinde olduğu eşine ayna olmak gibi kazanımları vardır. Romantik ilişki yaşamak olumlu bir durum olarak nitelendirilse de önemli olan sağlıklı romantik ilişkiler yaşamaktır. Doğan (2012) Başkent Üniversitesinde yaptığı araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma merkezine başvurma sebepleri arasında romantik ilişkilerinde yaşadıkları problemlerin öne çıktığını belirtmiştir (Turan, 2018, s.2-3). Sarı ve Owen (2015) tarafından gençlerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları problemler sebebiyle psikolojik danışma merkezine başvurdıklarını ve bu konuda akılcı olmayan inançlarını sıkça dile getirdikleri gözlemlenmiştir. Sağlıklı romantik ilişkiler akılcı işlevsel düşüncelerin varlığında kurulmakta ve devam etmektedir.

Birey diğer bireylerin davranışlarını duygularını düşüncelerini etrafında gelişen olayları durumları farklı olarak algılamakta, yorumlamakta ve hayata, insanlara, kendine karşı bir takım inançlar meydana getirmektedir. Bu inançlar bireyin eylemlerini, düşüncelerini, insanlarla ilişkilerini hatta kendisiyle olan ilişkisini büyük ölçüde etkilemekte ve yön vermektedir. Bireyin romantik ilişkilerinde akılcı işlevsel inançlara sahip olması olumlu yönde etkilemektedir (Furman, 2002; akt. Kılıçarslan, 2021, s.2). Kişilerarası ilişkilerde akılcı olmayan inançlar önemli bir role sahiptir. Araştırmacılar ve uygulayıcılar bilişsel davranışçı yaklaşımın kapsamını genişleterek kişilerarası ilişkilerde akılcı olmayan inançların önemine değinmişlerdir. Birçok araştırmacı tarafından romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ilişkiler üzerindeki yıkıcı rolü kabul edilmiştir (Çakmak Tolan, 2015, s.5).

Romantik ilişkilerle ilgili literatür araştırması yapıldığında bireylerin akılcı olmayan düşüncelerinin romantik ilişkileri üzerindeki etkisi sıkça yer almaktadır. Akılcı olmayan ve işlevsiz düşünceleri romantik ilişkileri olumsuz olarak etkilemekte, ilişkilerde sorun yaşama ihtimalini arttırmaktadır (Sarı, 2008, s.2-4). Akılcı olmayan inançlara sahip bireyler ilişkilerinde iletişim çatışmaları yaşarlar, olumsuz iletişim kurmaya yatkındırlar, eşlerinden yüksek beklentileri vardır ve onları idealize ederler.

Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar mantık dışı, esnek olmayan katı inançlardır. Bu inançlar ilişkiye yönelik beklentilerini şekillendirirken ilişkiye ve eşlerine yönelik tutumları da etkilemektedir (Ellis, 1986; akt. Tosun ve Yazıcı, 2021, s.176). Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar bireyin içinde bulunduğu ilişkilerinin nasıl olması gerektiğine dair meli malı içeren olumsuz nitelikli beklentilerini, düşüncelerini ve algılarından meydana gelmektedir (K.Şahin ve Yerlikaya, 2020, s.195). Romantik

ilişkilerde akılcı olmayan inançlara sahip bireylerin eşlerinden bütün sosyal zamanı birlikte geçirmeyi istemek, kendisi söylemeden istek ve arzularının fark etmesini beklemek, bütün duygu ve düşüncelerin paylaşmasını ummak gibi düşüncelerinin olduğu görülmektedir. (Epstein, 1982; akt. Sarı ve Owen, 2015, s.256).

Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar bireyin içinde bulunduğu ilişkiyi olumsuz olarak etkilemektedir. İlişkilerde beklentilerin karşılanmaması olumsuz duygulara, hatta ayrılıklara sebep olmaktadır (Demircioğlu, 2000; akt. Tosun ve Yazıcı, 2021, s.176). Bireylerin evlilik öncesi süreçte evlilik hayatı ile ilgili gerçek dışı beklentilere sahip olmaları yapılan araştırmalarda boşanmaların bir sebebi olarak ortaya çıkmaktadır (Foster, 2007; akt. Akbaba, 2018, s.5). Romantik ilişkilerinde akılcı olmayan düşüncelere sahip bireylerin evlilik doyumlarının azaldığı, ilişkilerinde çatışmaların arttığı görülmektedir (Haferkamp, 1994; Sullivan ve Schwebel, 1995; akt. Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003, s.107)

Birey yaşantısına devam ederken farklı alanlarda zamanını geçirmektedir. Eşi ile zamanını geçirdiği alan ve anne babası ile zamanını geçirdiği alan bireyin hayatındaki iki önemli alanı oluşturmaktadır. Duygusal alan duygusal olarak yakınlık kurduğu kişiyle eşi ile olan ilişkisini kapsamaktadır. Anne- baba-çocuk alanı ise ebeveynleri ile olan ilişkileri oluşturmaktadır (Türkçapar, 2019, s.120). İlk çocukluk yaşantıları bireyin yetişkinlik dönemindeki işlevselliğini, kendisi ve çevresiyle uyumunu etkilemektedir. Bireyin akıl dışı inançlarının oluşturması çocukluk döneminde dayanmaktadır. Akılcı olmayan inançları çocuk büyüklerinden öğrenmekte kendisi de akılcı olmayan inançlar türetmeye başlamaktadır (Corey, 2015, s.348). Akılcı olmayan inançların temeline indiğimizde çocukluk yaşantıları ve ebeveynlerin tutumları davranışları karşımıza çıkmaktadır. Albert Ellis aile danışmanlığı alanında çalışırken, çocukluk yıllarında bireyin kendileri ve çevreleri hakkında bazı değer yargıları oluşturduğunu ifade etmektedir. Ellis'e göre kendisi ve çevresi hakkında değer yargıları oluşturan çocuk aile bireylerinin akılcı olmayan inançlarından etkilenir. Aile üyelerinin yaşadığı duygusal problemler kendi akıldışı inançlarından kaynaklıdır. Kişi farkındalık kazanarak akılcı olmayan düşüncelerini değiştirebilir (Nazlı, 2016, s.202). Kişinin kendi ve başkalarına yönelik akılcı olmayan inançlar geliştirmesiyle ebeveyn tutumları arasında önemli bir ilişki vardır (Şahan ve Doğan Kahtali, 2021, s.97). Kişinin kendine yönelik ve başkalarına yönelik inançları onun romantik ilişkilerindeki inançlarını da etkilemektedir, bu noktada ebeveyn tutumlarının romantik ilişkilere etkisinden söz edilebilir.

Bireyin hayatında ebeveyn tutumları oldukça önemli bir yer tutar. Ebeveyn tutumları, anne baba ve çocuğun duygusal ilişkilerini ve kurdukları iletişimlerinin kalitesini temsil eder (Mehrinejad, Rajabimoghadam ve Tarsafi, 2015, s.57). Baumrind'in öncülüğünde anne baba tutumlarının bireye etkisi alanyazında sıkça araştırılmıştır (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010, s.43). Baumrind ebeveyn tutumlarını otoriter tutum, demokratik tutum ve izin verici tutum olarak 3 başlıkta incelemiştir (Hale, 2008, s.7). Baumrind'in temelini attığı ve Maccoby ve Martin'in geliştirdiği, otoriter tutum, demokratik tutum, izin verici tutum anne baba tutumları olarak kabul edilmiştir. Otoriter ebeveynlerin çocuklarına karşı beklentileri yüksek, duyarlılıkları oldukça azdır. Çocuklarının itaat etmelerini istedikleri kuralları olmasına rağmen onlarla sıcak ve yakın ilişkiler içinde değillerdir. En başarılı yaklaşım olarak kabul edilen demokratik tutuma sahip ebeveynler oldukça beklenti sahibiyken, çocuklarının da itaat etmesini bekleyen kuralları mevcuttur. Aynı zamanda çocuklarıyla oldukça sıcak, sevgi dolu ve kabul edici ilişkiler içindedirler (Krull, 2014; akt. Aksoy ve Kılıç, s.673). İzin verici tutuma sahip ebeveynler demokratik tarza benzer bir şekilde sıcak, ilgili ve kabul eden davranışları söz konusudur. İzin verici tutumu benimseyen ebeveynlerin çocuğa sınır koyma, çocuğu kontrol etme konusunda eksiklikleri vardır (Baumrind, 1989; akt. Darling ve Steinberg, 1993; akt. Spera, 2005; akt. Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010, s.44). Otoriter tutum, demokratik tutum ve izin verici tutum olarak üçe ayrılan anne baba tutumlarına Maccoby ve Martin tarafından dördüncü olarak ihmalkar tutum dahil edilmiştir. İhmalkar tutuma sahip ebeveynler çocuklarının ihtiyaçlarını karşılama yönünde eksik kalırken, talepkar da değillerdir. İhmalkar tutuma sahip ebeveynler reddedici olarak değerlendirilir (Darling, 1999, s.2-3).

Bandura'nın (1986) Sosyal Bilişsel teorisine göre çocuklar anne babalarının tutum ve davranışlarını gözlemleyerek kendi sosyal ilişkilerini oluştururlar (Varıcıer, 2019, s.15). Bu nedenle çocuğun algıladığı ebeveyn tutumları önem kazanmaktadır. Perris ve arkadaşları tarafından 1980 yılında algılanan anne baba tutumlarını konu alan çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalar doğrultusunda ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk olarak tanımlamıştır (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124).

Duygusal sıcaklık tutumu ve reddedici tutum Baumrind'in demokratik tutum ve otoriter tutumu ile benzerlik göstermektedir. (Çalışkan Sarı ve Şahin Acar, 2018, s.30). Duygusal sıcaklık boyutu ebeveynin çocuğa karşı sevgi dolu, çocuğun ihtiyaçlarına karşı ilgili, sıcak, değer veren tutumlarını ifade etmektedir. Yılmazçoban'a (2010) göre ebeveynlerin

çocuk yetiştirme şekli tutumları dolaylı olarak onların evliliklerini, romantik ilişkilerini etkilemektedir. Sağlıklı bir psikoloji içinde sağlıklı düşüncelere sahip yetişkinler demokratik destekleyici aile tutumuna sahip kişilerdir (Çolak Yılmaz, 2018, s.3)

Reddedici tutuma sahip ebeveynler çocuklarının maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılamayı reddederken, çocuklarına karşı yargılayıcı ve eleştirici bir tutum sergilemektedirler. Birey bu dönemde ebeveynleri tarafından yalnız bırakılmıştır (Yılmaz, 2007; akt. Aynur, 2020 s.15). Reddedici tutum ile büyümüş bir çocuğun yetişkin romantik ilişkilere karşı akılcı olmayan inançlar geliştirmesi beklenebilir. Reddedici tutumu benimseyen ebeveynlerin çocuklarının kendilerine, ilişkilere, diğer insanlara ve çevreye yönelik işlevsiz, mantık dışı, olumsuz düşünceleri gözlemlenmektedir.

Bireyin büyüüp ailesinden bağımsızlaşma sürecine girdiğinde karşılaştığı problemlerin temelinde ebeveynin aşırı koruyucu tutumları yatmaktadır. Aşırı koruyucu tutumla yetişmiş çocuklar doyumsuz, duygularını kontrol etmekte zorlanan, sorumluluk duygusu gelişmemiş, bağımsızlığını geç kazanmış bireyler olabilirler (Atalay, Özyürek, 2021, s.819). Bir araştırma sonucunda ebeveynlerini aşırı koruyucu olarak algılayan bireylerin ebeveynlerinin bu tutumundan dolayı kendilerinin özel yaşamları yokmuş gibi hissettikleri ortaya çıkmıştır (Parker, Tupling ve Brown, 1979; akt. Demirsu, 2018). Aşırı korumacı ebeveyn tutumuna sahip bireylerin bir ilişki kurabilme, sürdürebilme ihtimalinin düşük olduğu düşünülmektedir. Anne babaların aşırı koruyucu tutumunun bireylere olumsuz etkisi araştırmalarca desteklenmektedir. Aşırı koruyucu tutum, çocuklukta işlevsiz düşünceler oluşturarak yetişkinlikte romantik ilişkilere de zararı açıkça görülmektedir.

Rohner (1975) sosyalizasyon kuramında çocuğun bilişsel ve sosyal gelişiminde ebeveynin reddedici ya da kabul edici tutumunun yetişkinlik döneminde de gözlemlendiğini dile getirmiştir (Cankardaş, 2019, s.84). Rohner çocuğun algıladığı kabul ya da reddedilmenin anne baba tutumlarından kaynaklı olduğunu, bireydeki farklı davranışların sebeplerinin farklı ebeveyn tutumlarından etkilendiği açıklamıştır (akt. Steinberg, 2007; akt. Çelen, 2008; akt. Akça, 2012, s.7).

Yavuzer (2018) anne baba tutumları söz konusu olduğunda bilinmesi gereken en önemli şey ebeveynler çocuklarında görmek istedikleri tutum davranışlarına öncelikle kendilerini sahip olmalıdır. Ebeveynleri ile sürekli iletişim içinde olan çocuğun sosyalleştiği ilk

ortam ailesidir. Çocuk yetiştirmede çevre şartları önem kazanır. Tutarlı, sağlıklı ilişkiler içinde uyumlu ve özgürlüğün ön planda olduğu bir ortamda yetişen çocuk sağlıklı bir yetişkin olup, işlevsel ilişkiler kurabilir (Yavuzer, 2018, s.26).

Anne babalarının çocuklarıyla kurduğu ilişkiler çocukların kısa ve uzun vadede kuracağı ilişkilerin temelini kurmaktadır (Dönmezer, 2009; akt. Aksoy ve Koçtürk, s.64). Davies ve Cummings (1994) çocukların duygu ve düşüncelerinin ebeveynlerinin arasındaki ilişki sorunlarını çatışmalarını çözerlerken kendilerine ebeveynlerini rol model almalarıyla şekillendiğini ifade etmiştir. Anne ve babanın tutumları çocuğun ilerideki tutumlarının bir belirleyici olabilir (Çelik ve Öziş, 2016, s.51).

Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramına göre bireyin çocukluk dönemini çatışmalı problemli bir ev ortamında geçirmesi onun yetişkinlik dönemindeki ilişkilerini olumsuz olarak etkilemektedir. Birey ailesindeki çatışmalarını romantik ilişkilerine yansıtabilir; olumsuz bir model sonucu olumsuz romantik ilişkiler ortaya çıkabilir (Altınok ve Hamamcı, 2018, s.18). Çocukluk yıllarında anne ve babasının olumsuz tutumlarını gözlemleyen birey bu noktada romantik ilişkiler konusunda akılcı olmayan inançlar üretmeye başlayabilir. Akılcı olmayan inançlarının üretilmesiyle romantik ilişkilerin olumsuz yönde etkilenmesi söz konusu olabilir.

Literatür taraması sonucunda genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkiler ön plana çıkmaktadır. Romantik ilişkileri konu alan araştırmalarda romantik ilişkileri olumsuz etkileyen faktörlerden biri olarak bireyin romantik ilişkilerinde akılcı olmayan inançlara sahip olması olarak açıklanmıştır. Bireyin ilk yaşantıları, ilk öğretileri oldukça değerlidir bu noktada ebeveyn tutumları önem kazanmaktadır. Erikson, ebeveyn tutumlarının kişilik gelişimi açısından önemli bir yere sahip olduğunu, yaşamın ilk yıllarından itibaren bireye karşı tutum ve davranışların bireyin gelecek hayatındaki davranışlarının, duygularının bir yansıması olduğunu vurgulamaktadır (Crain, 1985; akt. Gökmenoğlu, 2011, s.3). Gözlemlenen anne baba tutumları algılanan ebeveyn tutumları olarak bu çalışmada değerlendirilecektir. Algılanan ebeveyn tutumları doğrultusunda birey kendine, insanlara ve dünyaya karşı inançlar geliştirmektedir. Bu geliştirdiği inançlar onun yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerini etkileyen romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar olarak ortaya çıkabilmektedir.

Bireyin genç yetişkinlik döneminde içinde bulunduğu romantik ilişkilerini etkileyen akılcı olmayan inançlarıyla, bireyin algıladığı ebeveyn tutumları arasındaki bir ilişki

olabileceği düşünülmektedir. Bu noktada ebeveynlerin ve genç yetişkinlerin farkındalığını arttırmak alan için bir ihtiyaç olarak görülmektedir.

Araştırmanın Amacı ve Alt Problemleri

Bu araştırma; Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumlarını incelemeyi amaçlamaktadır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır.

- 1) Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumları (duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk, reddedicilik) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2) Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançları;
 - a) Cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - b) Eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - c) İlişki durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - d) Ebeveyn birliktelik durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- 3) Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları;
 - a) Cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - b) Eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - c) İlişki durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - d) Ebeveyn birliktelik durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Araştırmanın Önemi

Bireyin içinde bulunduğu yaşam döneminde bazı görevleri, sorumlulukları, kazanması gereken rolleri ve geliştirmesi gereken davranışları gelişim görevleri olarak açıklanmaktadır (Bacanlı, 1998; akt. Aktu, 2016, s.162). Günümüzde eğitim hayatını bitirmek, evlenmek, anne baba olmak gibi kazanımlar ruh sağlığı uzmanları tarafından yetişkinlik dönemi kazanımları olarak görülmektedir (Atak ve Çok, 2010, s.43). Erikson'a (1968) göre genç yetişkinliğin gelişimsel görevlerinden biri, romantik bir ilişki kurabilmektir (Öztekin, 2016, s.1066). Görev ve sorumlulukların arttığı genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkiler ön plana çıkabilmektedir.

Bireylerin romantik ilişkilerini etkileyen değişkenler arasında ilişkiye yönelik inançlarının olduğu kabul edilmektedir. Bireylerin ilişkilerinin nasıl olması gerektiği, ilişkilerinden bekledikleri, ilişkide yaşadıkları olayları algılamaları ilişkiye yönelik inançlarını oluşturmaktadır (Addis ve Berrard, 2002; akt. Aydemir, 2020, s.15). Akılcı olmayan inançlar romantik ilişkileri olumsuz yönde etkilemektedir. Yapılan araştırmalarda romantik ilişkilerinde problemler yaşayan bireylerin kendilerine, eşlerine ve ilişkilerine yönelik akılcı olmayan inançlara sahip oldukları ortaya çıkmaktadır (Dye ve Eckhardt, 2000; Eidelson ve Epstein, 1982; Hamamcı, 2005; Metts ve Cupach, 1990; Stackert ve Bursik, 2003; akt. Karabacak ve Çiftçi, 2015, s.28).

Ellis (1997) akılcı olmayan düşüncelerin biyolojik ve sosyal faktörlerden kaynaklandığını ve sosyal faktörlerin önemli ölçüde etkisi olduğunu ifade etmektedir (Caserta, Dowd, David ve Ellis, 2010, s.150). Çocukların anne babalarından gördükleri tutumlar onların kişiliklerini, benlik algılarını ve çevresindeki insanlarla ilişkilerini önemli düzeyde etkilemektedir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016, s.570). Anne baba tutumları bu çalışmada algılanmış ebeveyn tutumları başlığında incelenmiştir. Algılanan ebeveyn tutumlarını duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik boyutları oluşturmaktadır (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124). Bireyin algıladığı duygusal sıcaklık, aşırı korumacı ve reddedici tutum yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerinin bir yansıması olarak değerlendirilmektedir.

Bu çalışmada genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarını ve algıladıkları ebeveyn tutumlarını cinsiyet, eğitim durumu, ilişki durumu, ebeveyn birliktelik durumu gibi farklı değişkenlerle incelenmektedir. Romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar ve algılanan ebeveyn tutumları ilişkisi dolaylı olarak

açıklanabilmektedir. Çalışma genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarının algılanan ebeveyn tutumlarıyla incelendiği bir çalışma olarak alanyazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Varsayımlar

Araştırmanın varsayımlarına aşağıda yer verilmiştir.

1. Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının, ölçülmek istenen özellikleri doğru olarak ölçtüğü varsayılmıştır.
2. Bu çalışmada, çalışmaya katılan bireylerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formunu içten, samimi ve güvenilir cevaplar verdiği varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıklarına aşağıda yer verilmiştir.

1. Araştırma 2021 yılında Ankara ilindeki genç yetişkinler (20-40) ile sınırlıdır.
2. Araştırma bulguları Romantik İlişkilerdeki Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formundan elde edilen verilerle sınırlıdır.
3. Çalışmada ele alınan değişkenler uygulanan ölçüm araçlarının güvenilirlik ve geçerlik boyutlarıyla sınırlıdır.

Tanımlar

Genç Yetişkinlik: İnsan yaşamında en önemli dönüm noktalarından biri olarak yetişkinliğe giriş ve hazırlanma dönemidir. Bu çalışmada genç yetişkinlik 20-40 yaşları arasını kapsamaktadır. Erikson'a göre 20-40 yaşları genç yetişkinlik olarak kabul edilmektedir. (Onur, 2014, s.101).

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar: Bireyin romantik ilişkinin doğasına, kendisine ve birlikte olduğu kişiye ilişkin abartılmış, katı, mantıklı olmayan ve değişmeye dirençli inançları olarak tanımlanmaktadır (Ellis, 2003; akt. Sarı, 2008, s.8).

Algılanan Ebeveyn Tutumları: Çocukların yaşamları boyunca ebeveynlerinin davranışlarına ilişkin algılarıdır. Bu davranışlar gerçek davranışlardan ziyade çocuğun algısıdır (Anlı ve Karşlı, 2010, s.725).



1. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın kuramsal çerçevesinin oluşturulduğu bu bölümde sırasıyla genç yetişkinlik, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve algılanan ebeveyn tutumları kavramlarına ayrıntılı olarak yer verilmiştir. Ayrıca araştırma konusu ile ilgili yurtiçi ve yurtdışı çalışmalar da sunulmuştur.

1.1. Genç Yetişkinlik

Bireyin hayatı sosyal yaşantılar, bireysel yeterlilik düzeyi, toplumsal konum ve görevlerdeki değişikliklere bağlı olarak yaşam dönemlerinden oluşmaktadır. Yaşam dönemleri ilkel olarak çocukluk, yetişkinlik ve yaşlılık dönemleri olarak açıklanmaktadır. Modern toplumlarda ve bilim dünyasında ise yaşam dönemleri sosyal yaşamdaki farklılıklar göz önünde bulundurularak daha çok döneme ayrılmaktadır. Genel hatlarıyla üç bölümden oluşan yaşam dönemlerinden biri olarak yetişkinlik dönemi üç farklı dönemi içine almaktadır. Yetişkinlik dönemi günümüzde genç yetişkinlik dönemi, orta yetişkinlik dönemi ve ileri yetişkinlik dönemi başlıklarında incelenmektedir (Uludağlı, 2017, s.264). Jung, Havighurst ve Erikson'u takip eden araştırmacılar tarafından yetişkinlik bir oluşum süreci olarak değerlendirilmekte ve ergenlik ile yaşlılık arasındaki bir evre olarak kabul edilmektedir (Onur, 2014, s.55).

Yetişkin terimi Latince büyüme anlamına gelmektedir. Büyümek hem psikolojik hem de fizyolojik olarak büyümeyi ifade etmektedir. Yetişkin bireyin psikolojik ve fizyolojik olarak olgunluğa ulaştığı kabul edilmektedir (Atak ve diğ., 2016, s.205). Onur (2014) birçok toplum, öğrenim hayatını bitirmeyi, bir işe girmeyi, evlenmeyi yetişkinlik başlangıcı olarak tanımlanmaktadır (Onur, 2014, s.56). Arnett (2001) göre yetişkin olmak yasal ve biyolojik olarak yetişkin kabul edilmenin dışında evlenmeyi, ebeveyn olmayı, çocuk yetiştirebilmeyi, sosyal normlara uyum sağlayabilmeyi, kendi değerlerini oluşturup buna uygun kararlar verebilmeyi gerektirmektedir (Arnett, 2001, s.133). Yetişkin olmanın ölçütleri, yetişkinlerin görevleri ve sorumlulukları vardır. Yetişkinlik ölçütleri kültürel farklılıklardan etkilenmektedir. Toplumdaki her birey için yetişkinlik tanımı farklılık gösterebilmektedir (Atak ve diğ., 2016, s.205). Bu nedenle yetişkinlik döneminin ne zaman başladığına ve ne zaman sona erdiğine yönelik net bir yaş sınırlaması yapabilmeyi güç olduğu düşünülebilmektedir. Yetişkinliğe geçiş süreci

ve yetişkinliğin tanımına yönelik yapılan araştırmalarda beliren yetişkin dönemi ortaya çıkmaktadır (Atak ve dig., 2016; akt. Eroğlu ve Gündoğdu, 2021, s.279). Arnett 18-25 yaş aralığındaki dönemi beliren yetişkinlik dönemi olarak tanımlamıştır. Beliren yetişkinlik dönemindeki birey ne ergen ne de yetişkin olarak kabul edilmektedir. Beliren yetişkinlik dönemi ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinden teorik ve ampirik olarak farklılıklar göstermektedir. Bu dönemde birey ergenlik ve çocukluk dönemindeki bağımlılığından uzaklaşırken, yetişkinlik döneminin getirdiği sorumlulukları tam olarak yerine getirememektedir. Beliren yetişkinlik dönemi bireyin aşk, iş ve dünya görüşüne ilişkin hayatı keşfettiği yıllar olarak görülmektedir (Arnett, 2000, s.469). Salmela-Aro ve Helve (2006) gelişim görevleri göz önünde bulundurulduğunda genç yetişkinlik dönemi ve beliren yetişkinlik döneminin birbirlerine benzeyen özellikler gösterdiği açıklamaktadır. Sorumluluk alabilmek, ekonomik olarak bağımsız olabilmek, aileden bağımsız kararlar verebilmek gibi özellikler beliren yetişkinlik döneminde yavaş yavaş kazanılmakta genç yetişkin sorumluluğu olarak da değerlendirilebilmektedir (Atak ve Çok, 2010, s.43). Genç yetişkinlik ile beliren yetişkinlik dönemi arasında bir ayırım yapmak güç olarak nitelendirilebilir. Beliren yetişkinlik dönemi ergenlik ve yetişkinlik dönemi arasındaki karmaşık bir süreç olarak düşünülmektedir. Bu dönem birey için yetişkinlik yaşamına bir geçiş hazırlık dönemi olarak nitelendirilebilir.

Genç yetişkinlik dönemi yeni oluşumların gerçekleştiği bir dönem olarak düşünülmektedir. Bu dönemi anlamak için tanımlardan yararlanılmıştır. Santrock'a göre genç yetişkinlik onlu yaşların sonunda ve ya yirmili yaşların başında başlayan otuzlu yaşların sonlarında biten bir dönemi ifade etmektedir. Kişisel olarak bağımsızlaşan, ekonomik özgürlüğünü elde eden bireyden bu dönemde kariyer gelişimine devam etmesi, bir eş seçimi yapması ve aile kurması beklenmektedir (Eryılmaz, 2011, s.57). Genç yetişkinlik, kişilerarası ilişkilerin ön plana çıktığı, bireyin yakın ve samimi ilişkiler kurduğu 20-45 yaş arası dönemi ifade etmektedir (Aydın, 2002; akt. İmamoğlu, 2008, s.2).

Genç yetişkinlik dönemini inceleyen araştırmacılardan biri olan, Havighurst yetişkin gelişimin yetişkinliğin farklı yıllarında yerine getirilmesi gereken görevlerden oluştuğunu öne sürmektedir (Onur, 2014, s.86). Bireyin gelişiminde yetişkinlik dönemi 3 dönemde incelenmektedir. Genç yetişkinlik dönemi 20-35 yaşları arasını ifade etmektedir. Bu dönemde yetişkin bireyler için kariyer, aile sorunları, boş zaman

kullanımı, sağlık ve yurttaşlık konuları ön plana çıkar. Genç yetişkinlik döneminin gelişim görevleri aşağıda yer verilmiştir (Havighurst, 1980, s.332):

- Bir eş seçmek ve evlenmek
- Eşi ile birlikte yaşamayı öğrenmek
- Aile kurmak ve çocuk yetiştirmek
- Bir işe başlamak, meslek edinmek
- Yurttaşlık görevlerini yerine getirmek
- Kendine uygun sosyal bir grup içinde olmak

Erikson'un kuramına göre (1968) ergenlik sonrası birey yetişkinliğe geçmektedir ve bu dönemdeki birey genç yetişkin olarak görülmektedir (Bacanlı ve Terzi, 2016, s.77). Erikson yaşamı sekiz gelişim dönemi olarak ayırmaktadır. Bu gelişim dönemlerinin her biri kendine özgü bunalımları, birbirilerine zıt olumlu olumsuz boyutları mevcuttur. Dönemler kendi içinde birbirlerini etkilerken, içinde bulundukları toplum ve kültürden önemli düzeyde etkilenmektedir. Erikson kuramında genç yetişkinlik dönemi yakın ilişkiler ya da soyutlanma olarak adlandırılmıştır. Bu dönemin başarılı bir dönem olması bireyin önceki dönemlerinde anne babası ile olan ilişkisine ve genç yetişkinin çevresi ile olan ilişkisine bağlıdır. Kimliğini kazanmış genç yetişkin bu dönemde yakın ilişkiler kurmaktan çekinmez, kimlik kargaşası yaşayan kişi ise yakın ilişkilerden bir yere bağlanmaktan korkar bunun sonucu uzun süreli yakınlık kuramayan genç yetişkin kendine döner ve soyutlanmış olma duygusunu yaşayabilir (Geçtan, 2017, s.102-106).

Levinson, yetişkinlik dönemini yaşam akışı ve ya süresi başlıkları altında incelemiştir, orta yetişkin erkekleri ve ilerleyen yıllarda orta yetişkin kadınları inceleyerek bireysel yaşam yapısı kuramını oluşturmuştur (Aktu, 2016, s.163). Levinson yaşam döngüsü kuramında yaşamı çağlar sıralaması olarak nitelendirmiştir. Genç yetişkinlik dönemi Levinson'un ikinci çağı olan ilk yetişkinlik dönemini 17-45 yaşlar arasını kapsamaktadır. Bu çağ birey için toplumda uygun bir yer edinmek, aile kurmak, meslek hayatında ilerlemek, hayata dair istekleri gerçekleştirmek açısından oldukça

verimli bir dönemdir. Ödüllerin, kişisel doyumun yüksek olduğu ilk yetişkinlik döneminde bedeller, dönemin getirdiği ezici stresler de söz konusudur (Onur, 2014, s.76).

Jung insan yaşamını çocukluk, gençlik ve genç yetişkinlik, orta yaş ve yaşlılık olarak dört aşamada incelemiştir. Gençlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kişi ergenlikte fiziksel değişimler yaşamakta iken aynı zamanda ruhsal olarak da değişiklikler yaşamaktadır. Ergenlik döneminde topluma uyum sağlayabilen bireyler, gerçek yaşamın gerektirdiği baş etme becerilerini kazanan birey yetişkin hayatında zorlanmamaktadır (Geçtan, 2017, s.182). Genç yetişkin bireyin önceki dönemlerde edindiği kazanımlar ile yetişkin dünyasına uyum sağlamaya çalıştığı düşünülebilir.

Yaşam dönemlerinde gelişim süreçleri biyolojik, bilişsel ve sosyal duygusal faktörler ile birlikte ele alınmaktadır (Eryılmaz, 2011, s.50). Genç yetişkinlik dönemi bu çalışmada biyolojik, bilişsel, sosyal duygusal ve romantik ilişkiler başlıklarında incelenmektedir.

1.1.1. Genç Yetişkinlik Döneminde Biyolojik Gelişim

Gelişimde biyolojik süreçler bireyin fiziksel olarak değişimlerini ifade etmektedir. Biyolojik gelişim sürecinde kalıtım, beyin gelişimi, kilo alıp verme, motor becerileri, hormonal gelişim ve kardiyovasküler alandaki hareketlilik vb faktörler etkili olmaktadır (Eryılmaz, 2011, s.53).

Çocukluk ve gençlik çağında büyüme gözle görülür bir şekilde hızlıdır. Genç yetişkinlik döneminde ergenlik döneminde olduğu kadar net bir büyüme görülmemektedir. Birey bu dönemde kuvvetlenir. Koordinasyonu gelişmiştir. Duyu sistemleri etkili bir şekilde işlemektedir. Yirmili yaşlarda vücut maksimum kapasitesindedir etkin bir şekilde çalışır. Bu süreçten sonra biyolojik yaşlanma başlar. Genetik ve çevresel faktörlerin etkisiyle hücre organ ve sistemlerin fonksiyonlarında azalmalar meydana gelmektedir. Genç yetişkinlik döneminde fiziksel görünümdeki değişimleri ve vücut fonksiyonlarında azalmaları gelecek dönemlere göre gözlemlemek güçtür (Bacanlı ve Terzi, 2016, s.142-147). Genç yetişkinler duysal sistemleri etkin, performansları üst düzey sağlıklı bireyler olarak kabul edilmektedirler (Çelen, 2007; akt. Sağlam, 2014, s.3). Bedensel fonksiyonlara ek olarak kalbin ve ciğerlerin işleyişini inceleyen araştırmacı Shock tarafından insan vücudunun 25-30 yaşları arasında en etkili

düzeyde çalıştığı gözlemlenmiştir. 30 yaşından sonra bireyin bedensel faaliyetlerinde zayıflamalar görülmektedir (Cüceloğlu, 2014, s.364).

Genç yetişkinlik döneminde bireyin fiziksel potansiyelinin zirvesini yaşamakta olduğu görülmektedir. Genç yetişkinlik insan yaşamında fiziksel gücün en üst seviyeye çıktığı dönemdir. Genç yetişkinlerin metabolizmaları hızlıdır, enerjileri yüksektir. Bu dönemde bireyler zorlu çalışma koşullarına dayanabilmekte, daha geç yorulabilmekte, dinlenmeye daha az ihtiyaç duyabilmektedirler. Genç yetişkinlik hem fiziksel hem zihinsel kapasitenin en yüksek olduğu zamanı kapsamaktadır (Kılıç, 2017, s.25).

Genç yetişkinlik döneminde ergenlik dönemine kıyasla ölüm oranının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu dönemde kronik hastalıklar daha seyrek yaşanmaktadır. Bu dönemde hareketsizlik, kötü beslenme kaynaklı obezite, alkol ve madde bağımlılığı gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir (Kılıç, 2017, s.116).

1.1.2. Genç Yetişkinlik Döneminde Bilişsel Gelişim

Bireyin düşünce, dil ve zeka boyutlarında yaşadığı değişiklikler bilişsel süreçler olarak değerlendirilmektedir (Eryılmaz, 2011, s.54). Bilişsel işlevler an içinde ya da öncesinde algılananların değerlendirilme, depolanması, gerekli durumlarda hatırlanıp kullanılması, plan yapılması gibi üst düzey zihinsel faaliyetleri içermektedir. Öğrenme, hatırlama, bellek, problem çözme bilişsel işlevleri ifade etmektedir (Kılıç, 2017, s.26). Yetişkinlik ev hayatı, iş hayatı, boş zaman aktivitelerinin planlanması konusunda muhakeme etme ve problem çözme becerilerini aktif olarak kullanmayı gerektirmektedir. Yetişkin sorunları belirleyip, analiz etme ve etkili başa çıkma becerilerine sahip olan kişi olarak görülmektedir (Vander Zanden, Crandell ve Crandell, 2007; akt. Bacanlı ve Terzi, 2016, s.220).

Spearman (1863-1945) iki faktör kuramı ve ondan üretilmiş testlere göre zekayı iki ayrı boyutta incelemiştir. Genel zekayı akıcı zeka ve kristalize zeka olmak üzere birbirinden farklı ama ilişkili iki boyut oluşturmaktadır. Cattell (1987) akıcı zekanın biyolojik etmenlerden oluştuğunu, yetişkin yaşamı sürecinde azaldığını ifade etmektedir. Akıcı zeka, ilişkileri anlama, algılama yorum yapma, idrak etme, akıl yürütme gibi becerilerden oluşmaktadır. Kristalize zeka boyutu ise eğitim kültür gibi çevresel faktörlerden etkilenirken, yetişkin yaşamı boyunca azalma göstermemektedir. Kristalize zeka deneyim, kavrama ve bilgi genişliği gibi becerilerden meydana gelmektedir. Chen

ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan çalışmada genç yetişkinlerin problem çözmelerinde akıcı zekanın yordayıcı olduğu, ileriki yaşlarda ise kristalize zekanın problem çözme becerilerinde ön plana çıktığı görülmektedir (Oktay, 2019, s.3-5).

Warner Schaie (1977) yetişkinlik döneminde bireylerin soyut işlem dönemini geçtiklerini ve zekalarını daha etkin ve başarılı bir şekilde kullandıkları dile getirmiştir (Çelen, 2007; akt. Gönül, 2008, s.10). Schaie, yetişkinlerin bilişsel sürecinin dört evreden geçtiğini öne sürmektedir. Birinci evre çocukluk ve ergenlik dönemini kazanımlarından oluşan kazanım evresidir. Schaie'ye göre genç yetişkinlik ikinci evre başarıma evresi olarak kabul edilmektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde kazanım evresini geride bırakan genç yetişkin topladığı bilgileri başarıma evresinde hem özel hayatında hem iş hayatında uygulamaktadır. Üçüncü evre orta yetişkinlik dönemini yansıtan sorumlu ve yapıcı evredir. Bu evrede bireyin topluma karşı artan sorumluluklarını yansıtmaktadır. İleri yetişkinlik dönemi ise dördüncü evre yeniden bütünleştirici olarak görülmektedir. Bütünleştirici evrede birey karşılaştığı sorunları tek bir açıdan ele almaktadır, çok yönlü olarak görmemektedir. Evrelere geçişi yaş değil gelişim görevleri oluşturmaktadır (Onur, 2014, s.122). Yetişkinlerin bilişsel yeteneklerini konu alan araştırmalar tarafından (Schaie, 1980) yetişkinlerin gençlik dönemlerine kıyasla problem çözme becerilerinin zayıfladığı fakat yaşantılarının zenginliğine bağlı olarak zihinsel kapasitelerinde gerilemelerin görülmediği ortaya koyulmuştur (Cüceloğlu, 2014, s.365).

Piaget'e göre ergen ve yetişkin benzer bir şekilde düşünmektedir. Birbirlerine benzer bir şekilde düşünme şekillerinde bazı farklılıklar görülmesi söz konusudur. Genç yetişkinlerin ergenlerden farklı olarak problemlere daha sistematik bir şekilde yaklaştıkları, soyut düşünme becerilerinde daha başarılı oldukları, problem çözme becerilerinin daha üst düzeyde gerçekleştiği görülmektedir. Genç yetişkin birey pragmatik mantığı kullanmaktadır (Kılıç, 2017, s.26).

Gisele Labouvie, genç yetişkin ile ergenin farklı olarak akıl yürüttüklerini, genç yetişkinlerin zihinsel olarak daha kanalize olmuş bir şekilde pragmatik ve kararlı olduklarını, kendisi ve çevresi için en uygun olanı düşündüklerini ifade etmektedir. Ergenlerin, genç yetişkinlerin problem çözme stilleri ve karşılaştıkları problemler farklılık gösterir. Genç yetişkinlerin toplumsal sorumlulukları, ahlaki baskıları düşünüldüğünde problem çözme stratejileri ergenlerden ayrılmaktadır. Genç yetişkinlik döneminde birey zaman ve deneyim kazandıkça diyalektik bilgelik de kazanmaktadır (Santrock, 1999; akt. Gönül, 2008, s.9).

1.1.3. Genç Yetişkinlikte Sosyal Duygusal Gelişim

Genç yetişkinlik dönemi duyguların yoğun olarak yaşandığı dönemlerden biridir. Bu dönemde bireyin yalnızlık, kırılganlık, alınganlık gibi duygular içinde olduğu görülmektedir. Birey yoğun duygularının yanı sıra kendine özgü tutkulara sahiptir. Genç yetişkinlerin tutkuları kariyerlerine, hobilerine ya da isteklerine göre değişiklik göstermektedir. Genç yetişkinlik dönemindeki birey kendine özgü ve farklıdır (Kılıç, 2017, s.29-31).

Genç yetişkinlik dönemi bireyin birçok alanda gelişiminin ve değişiminin olduğu özerkliğinin kabul edildiği, bireyin kendisini de artık yetişkin olarak gördüğü dönemi belirtmektedir. Genç yetişkinlik dönemi ergenlik dönemini takip eden, gelişim görevlerin olduğu bir dönemdir. Sağlıklı bir kimlik oluşturma, bir yaşam amacı edinme bu görevler arasında gösterilebilir (Yüksel, 2012, s.81). Genç yetişkinlik döneminde bireyler için kimlik krizi çözümlenmektedir. Yirmili yaşların sonunda genç yetişkin kim olduğunu çok iyi bilmektedir. Otuz yaşında birey yetişkinliğin verdiği derinlik ve sorumluluğun bilincindedir bunun etkisinde otuz yaş dönüm noktası olarak kabul edilmektedir (Gould, 1978; akt. Çok, 1994, s.923).

Jung, Havighurst ve Erikson tarafından yapılan çalışmalar doğrultusunda genç yetişkinlik döneminde bireyin görev ve sorumluluklarının arttığı düşünülmektedir. Bireyin bu dönemde kariyer seçimi, eş seçimi gibi görevleri bulunmaktadır. Genç yetişkin meslek ve eş seçimi yaparken bazı iç sorunlar yaşayabilmektedir. Jung, bu sorunların ortak yönünün çocukluk düzeyindeki bilinçten kopma güçlüğü kaynaklı olduğunu ifade etmektedir (Geçtan, 2017, s.182).

Havighurst, geliştirdiği kuramında genç yetişkinlerin gelişim görevlerini başarılı olarak yerine getirmesi durumunun genç yetişkinlerin mutluluklarında etki sahibi olduğunu açıklamaktadır. (Bacanlı ve Terzi, 2016, s.189).

Erikson'un yakınlığa karşı yalıtılmışlık olarak adlandırdığı genç yetişkinlik döneminde birey toplumsal olarak gereksinimleri karşılama isteğindedir. Genç yetişkin için sevmek, bir yere ait olmak, güçlü hissetmek, saygı duyulmak önemli ihtiyaçlar olarak nitelendirilmektedir (Çok, 1994, s.923). Genç yetişkinlikte bireyin başkalarıyla yakın ilişki içinde olması beklenilmektedir. Kılıç (2017) yakınlaşmayı kişinin somut olarak diğerleriyle, özveriye dayalı bir takım ödünlerin verildiği ilişkiler kurabilmek olarak

tanımlanmıştır (Kılıç, 2017, s.46). Genç yetişkinlikte aşması gereken yakınlığa karşı yalıtılmışlık diğer insanlarla ilişki kurabilmeyi gerekli kılmaktadır.

Yakınlığa girebilmenin ön koşulu bağımsızlıktan vazgeçmektir. Genç yetişkin yakınlığı arkadaşlarıyla, çalışma arkadaşları ile kurabilmekte yakınlık ihtiyacını karşılayabilmektedir fakat bu dönemde yakın ilişkilerde romantik ilişkiler ön plana çıkmaktadır. Genç yetişkin için sürekliliği olan romantik bir ilişkide oldukları bir eş bulmanın önemli olduğu görülmektedir (Bacanlı ve Terzi, 2016, s.190-192).

1.1.4. Genç Yetişkinlikte Romantik İlişkiler

Birey doğduğunda sosyal bir çevrenin içindedir. Yaşamı boyunca bireyden sosyal bir çevrenin parçası olması, ilişkiler kurması beklenmektedir. Birey yalnız olmaktan ziyade diğer insanlar ile ilişki kurmaya yatkındır (Duran ve Hamamcı, 2010, s.88). Fromm'a göre yalnızlık duygusunun bilinç düzeyinde yaşanması huzursuzluk anlamına gelmektedir. Yalnız olmak her şeyden kopmak ve insancıl güçleri kullanamamak olarak nitelendirilmiştir (Fromm, 1995, s.17). Bireyin diğer insanlarla bir arada olmaya sağlıklı ilişkiler kurmaya ihtiyacı olduğu düşünülmektedir. İlişki ihtiyacının özerkliğin kazanıldığı, aileden uzaklaşıldığı, kişinin bağımsızlaştığı genç yetişkinlik döneminde artması beklenilebilir.

Bireyin yaşam dönemleri göz önünde bulundurulduğunda genç yetişkinlik döneminde kimlik keşfetmenin bir uzantısı olarak yakın ilişkiler ve romantik ilişkiler ön plana çıkmaktadır. Romantik ilişkiler, anne baba çocuk ilişkileri, arkadaşlık ilişkileri yakın ilişkiler olarak nitelendirilmektedir. Romantik ilişkiyi diğer yakın ilişkilerden ayıran niteliğe bağlı olarak ilişkideki etkileşimlerin farklılık göstermesidir (Eryılmaz ve Ercan, 2010, s.120). Romantik ilişki kadın ve erkeğin birbirlerine karşı tutku, yakınlık ve bağlılığı barındıran karşılıklı gönüllüğe dayalı yakın ilişkiyi ifade etmektedir (Connolly ve McIsaac, 2011; akt. Deveci Şirin ve Bayrakçı, 2020, s.146). Moss ve Schwebell (1993) bağlanmayı, duygusal yakınlığı, bilişsel yakınlığı, fiziksel yakınlığı ve karşılıklık olma durumunu romantik ilişkilerin beş faktörü başlığı altında incelemektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2010, s.120). Sternberg (1986) romantik ilişkiyi kadın ve erkeğin birbirlerine karşı duyduğu duygusal, cinsel ve psikolojik yakınlık olarak açıklamaktadır. Romantik ilişkileri bireyin kendini yeniden keşfetme süreci olarak görülmektedir (Küçükarslan, 2011, s.4). Romantik ilişkide genç yetişkin ergenlik sonrası ciddi bir oluşum içinde kendini tanımaktadır. Sternberg'e göre romantik ilişkileri yakınlık, tutku ve bağlılık

bileşenleri oluşturmaktadır (Acker ve Davis, 1992, s.22). Hatfield ve Waster tarafından romantik ilişkiler bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenler başlıkları altında incelenmiştir (Hatfield ve Sprecher, 1998, s.263).

Erikson genç yetişkinlerin çoğunun yaşamlarının bir döneminde uzun süreli bir sevgi ilişkisi içinde olduklarını dile getirmektedir. Erikson kalıcı ve toplum tarafından kabul edilebilecek eşeysel uyum ütopyasında romantik ilişkilerin öğelerini karşı cinsten sevgi duyulan bir eş ile karşılıklı doyumun gerçekleştiği güvene dayalı bir ilişkide olmak, birlikte ortak alanlar oluşturmak eğlenmek ve çocuk eğitiminde ortak bir görüş sahibi olmak ve olanak sağlamak olarak açıklamaktadır. (Kılıç, 2017, s.48-49). Genç yetişkinler romantik ilişkileriyle birlikte üç gelişim görevini yerine getirmektedirler;

1. Kendilerine özgü bir kimlik oluşturabilme
2. İlişki becerilerini geliştirirken, karşı cins ile ilişki kurabilme
3. Cinsel dürtülerini sağlıklı bir şekilde yönetebilme romantik ilişkilerde kişinin yerine getirdiği gelişim görevleri olarak açıklanmaktadır (Erikson 1968; Feldman ve Gowen, 1998; akt. Saraç, Hamamcı ve Güçray, 2015, s.70).

Sullivan ilişkiler kuramında kişiler arası ilişkileri ve ilişkilerdeki davranışı vurgulamaktadır. Sullivan'a göre kişilik ilişki durumlarında ortaya çıkmaktadır. Bireyin ilişki ihtiyacının bebeklik döneminde başlamaktadır. Fizyolojik ihtiyaçlar kişilerarası ihtiyaçlara dönüşmektedir. Bireyin ilişki ihtiyacı aradığı davranışları hangi kişilerde görebileceğine göre değişmektedir. Yetişkinlik dönemine ulaşan birey kurduğu ilişkilerin kendisine kazandıklarıyla yaşamına devam etmektedir (Geçtan, 2017, s.254-265). Genç yetişkinlik döneminde bireyin romantik ilişkiler ile meşgul olduğunu ifade etmektedir. Bireyin bu dönemde kurduğu ilişkilerinin kimlik gelişimlerinin temelini oluşturduğunu açıklamaktadır. Bireyin ilerleyen yaşam dönemlerinde tatmin olduğu, sağlıklı ilişkilere sahip olmasına etki eden faktörlerden biri olarak genç yetişkinlik döneminde kurduğu romantik ilişkileri gösterilmektedir (Kılıç, 2020, s.9).

Genç yetişkinlik dönemi ergenlik dönemine göre romantik ilişkiler konusunda bireyin deneyim kazandığı bir dönemdir. Bu dönemde genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde kararlı ve daha özgüvenli oldukları görülmektedir (Kılıç, 2017, s.48-49). Genç yetişkinlik döneminde birey belirli gelişim görevlerini tamamladıktan sonra hayatını bir eş ile paylaşmak isteyebilir ve bu doğrultuda kendisine bir eş seçebilir. Eş

seçimi bireyin yaşantısının dönüm noktalarından biri olarak kabul edilmektedir. Eş seçimi ya da evlilik genç yetişkinlerin yaşam kalitesini etkileyen değişkenlerden biri olarak gösterilmektedir. İlişkilerinde mutlu olan genç yetişkinlerin yaşamlarının diğer alanlarında daha mutlu, kararlı ve sağlıklı oldukları görülmektedir (Ondaş, 2007, s.6). Mutluluk ile ilgili yapılan araştırmalarda yakın ilişkiler gençlerin mutluluk kaynağı olarak görülmektedir (Demir, 2008, s.259). Romantik ilişkiye sahip olmayan bireylerin yalnızlık, depresyon, kaygı, cinsel doyumsuzluk yaşadıkları ortaya çıkmaktadır (Cairney ve diğ., 2003; Khaleque, 2004; Levin, 2000; Schacher, Shaver ve Gillath, 2008; Gizir, 2013, s.374).

Genç yetişkin için romantik ilişkiler ciddi anlamlar ifade etmektedir (Atak ve Taşan, 2012, s.538). Genç yetişkin zamanını romantik ilişkileri ile yoğun bir şekilde ilgilenererek geçirmektedir. Romantik ilişkiler genç yetişkinlerin hayatlarında olumlu yönde etki sahibi olan değişkenler arasında gösterilebilir. Romantik ilişkiler bireyin duygusal olarak iyilik halinde önemli rol oynamaktadır. Romantik ilişkiler genç yetişkinlerin gelişimlerinin bir parçası olarak görülmektedir. Genç yetişkinler için romantik ilişkiler hayata bağlayıcı faktörlerden olarak değerlendirmektedir (Bahadır, 2006, s.1). Romantik ilişkiler bireye sosyal destek sağlamaktadır (Connolly ve Konarski, 1994; akt. Gizir, 2013, s.374).

Furjman ve Schaffer (2003) romantik ilişkileri genç yetişkinlerin kişilik gelişimlerinde bir etki sahibi olarak açıklamaktadır. Sağlıklı romantik bir ilişki genç yetişkinin kişilik gelişimini olumlu olarak etkilemektedir (Doğan, 2012, s.50). Romantik ilişkilerde genç yetişkinlerin özgüvenleri, benlik algıları, sosyal ve duygusal uyumları artış göstermektedir (Larson, 1988; Larson ve Richard, 1994; Carlson ve Rose, 2007; akt. Gizir, 2013, s.374).

Romantik ilişkiler genç yetişkinlerin sosyal, duygusal, cinsel gelişimleri üzerinde etki sahibi olarak görülmektedir. Bireyin kendine yönelik algıları ve diğer bireyler ile olan ilişkilerinde romantik ilişkileri önemli rol oynamaktadır (Kızıl ve Nazlı, 2018, s.199). Romantik ilişkilerdeki olumsuz yaşantıların strese, kişiler arası çatışmalara, cinsel sorunlara ve ilişkilerde kontrol problemlerine yol açtığı araştırmalar tarafından desteklenmiştir (Creasey ve Ladd, 2004; Shi, 2003; Zimmer-Gembeck, 2002; akt. Küçükarslan ve Gizir, 2014, s.149). Romantik ilişkilerin bireyde olumlu duygu ve yaşantıların yanında olumsuz duygu ve yaşantıları da içerdiği düşünülmektedir. Romantik

ilişkileri olumsuz yönde etkileyen birçok değişken arasında akılcı olmayan ilişki inançları ortaya çıkmaktadır.

Romantik ilişki süreçlerinde bireyin çatışmalar, olumsuz duygular yaşanmasının temelinde romantik ilişkilere yönelik inançları bulunmaktadır (Fokkert ve Vankooten, 2009; Knee, 1998; Sprecher ve Metts, 1999; akt. Sumbaş ve Durmuş, 2018, s.715).

Son yıllarda romantik ilişkileri konu alan araştırmalar, ilişkilerde akılcı olmayan işlevsiz inançların belirlenmesi ve bu inançların ilişkiler üzerindeki etkisini açıklamaktadır (Epstein, 1986; Eidelson ve Epstein, 1982; akt. Gizir, 2012, s.38). Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları duygusal sorunlara sebep olan akılcı olmayan inançların fark edilmesinin romantik ilişkilerinde iyileştirici güce sahip olduğu varsayılmaktadır (Küçükarslan ve Gizir, 2013, s.462).

1.2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar

Genç yetişkinlerin ihtiyaçları arasında kabul edilen romantik ilişkiler, bireylerin duygusal ve bilişsel süreçlerinden etkilenmektedir (Henrick, 2009; akt. Gündoğdu, Yavuzer ve Karataş, 2018, s.109). Bireylerin inançları romantik ilişkinin başlangıcında ve romantik ilişki boyunca önemli bir role sahiptir. Eşler akılcı ve işlevsel inançları romantik ilişkilerde devamlılık sağlarken, eşlerin akılcı olmayan işlevsiz düşünceleri ilişkilerde sorunlara sebep olarak gösterilmektedir (Whisman ve Friedman, 1998, s.150).

Ellis, bireyin içsel konuşmaları inançları, duygularını ve davranışlarının üzerinde etki sahibi olduğunu açıklamaktadır (Cüceloğlu, 2014, s.497). Bireyin romantik ilişkilerinde kendisini nasıl hissettiğinin ve nasıl davrandığının belirleyicisi olarak bireyin inançları gösterilebilir.

Bireyin romantik ilişkilerinde sahip olduğu akılcı olmayan işlevsiz düşünceleri anlamak ve tanımlamak için çalışma kapsamında Bilişsel Davranışçı Kuram ve Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram incelenecektir.

1.2.1. Bilişsel Davranışçı Kuram

Bilişsel davranışçı kuramın felsefesi, stoacı filozof Epiktetos'un söylemleri ile benzerlik göstermektedir. Epiktetos mutluluğu ve özgürlüğü bireyin neyi kontrol edip neyi kontrol edemeyeceğinin farkında olması durumu ile açıklamıştır. Hayatın akışında bireyin kontrolünde olan ve olmayan durumlar mevcuttur. Birey kontrolünde olmayan

durumları kontrol edebileceği durumlardan ayırdığında içsel olarak huzuru bulabilmektedir. Epiktetos'a göre bireye dışarıdan gelen herhangi bir değişken zarar veremez, bireye sadece kendi tutumları inançları zarar verme gücüne sahiptir. Bireye rahatsızlık veren durum ya da kişi değil bireyin o durum ya da o kişiye yüklediği anlamdır (Türkçapar, 2021, s.28).

Bilişsel davranışçı terapi bireyin düşüncelerinin inançlarının, duygularını ve davranışlarını belirlediğini belirten bir yapılandırılmış bir terapi yöntemidir (Özcan ve Çelik, 2017, s.115). Aaron T. Beck tarafından 1960-1970 yılları arasında geliştirilen bilişsel davranışçı terapi ekolünün akıl hastalıkları ve psikolojik rahatsızlıklar üzerinde etkili olduğu iki bine yakın klinik araştırma tarafından doğrulanmaktadır. İlk olarak depresyon hastalarıyla çalışan Beck'in bilişsel davranışçı terapisinin depresyon, anksiyete, kişilik bozuklukları, madde kullanımı, intihar eğilimi, yeme bozuklukları, psikoz, öfke problemleri ve çift problemleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir (Beck ve Fleming, 2021, s.1-3).

Bilişsel davranışçı terapi oluşumunda bir çok farklı psikoterapi ekolünden yararlanılmıştır bu nedenle bütünleştirilmiş eklektik bir psikoterapi olarak değerlendirilmektedir (Corey, 2015, s.382). Bilişsel davranışçı terapi adından anlaşılacağı üzere bilişsel ve davranışçı olmak üzere iki unsuru barındırmaktadır (Özdel, 2015, s.10). Bireyin olayları algılama biçimlerinin duygularını etkilemesi durumu bilişsel terapinin temelini oluşturmaktadır. Bilişsel davranışçı terapiye göre birey olayları olduğu gibi değil algıladığı gibi görmektedir. Birey dış dünyayı anlamaya çalışırken tanımlama, anlamlandırma, yorumlama, değerlendirme, tahmin ve öngöründe bulunma gibi bilişsel işlevlerden yararlanmaktadır. Algı ve bilişsel süreçlerden geçen bilginin çarpıtılması durumunda bireyin verdiği duygusal tepki ya da davranışlar uygunsuz olarak nitelendirilebilmektedir (Türkçapar, 2019, s.34-35).

Bilişsel davranışçı terapinin diğer unsuru olan davranışçılıkta ise bireyin yaşamını olumlu yönde etkileyecek davranışların gelişmesi amaçlanmaktadır. Bilişsel davranışçı terapiye göre sorun çözme davranış değişikliği ile mümkün olabilmektedir. Davranışların değişmesi bireyin konuşmasının, hareketlerinin değişmesi anlamına gelmektedir. Buna bağlı olarak kişinin yaşayacağı olaylar da olumlu yönde değişim göstermektedir. Davranışların değişmesi duyguları ve düşünceleri pozitif yönde etkilerken, bireyin yaşam kalitesini de arttırmaktadır (Türkçapar, 2019, s.34-35).

Beck'e (2006) göre bireyin bir duruma yüklediği anlam, bir olaya yönelik algısı bireyin duygusal tepkilerini ve davranışlarını oluşturmaktadır. Bireylerin aynı olaya yönelik algıları ve verdikleri tepkiler birbirlerinden farklılık göstermektedir (Boyacı ve İlhan, 2016, s.736). Bilişsel davranışçı terapi bireyin gerçek dışı düşüncelerini, inanç kalıplarını ve olumsuz kendilik algılarını değiştirmeyi hedeflemektedir. Bilişsel davranışçı terapinin ilk amacı bireyin akılcı olmayan işlevsiz düşüncelerini tanımlamaktır. Birey için sorun olan akılcı olmayan, işlevsiz ya da olumsuz düşünce tanımlandığında düşüncenin birey üzerindeki etkisi anlaşılabilir hale gelmektedir (Demiralp ve Oflaz, 2007, s.133). Birey için akılcı olmayan, işlevsiz olumsuz düşünceler yerini akılcı, işlevsel ve olumlu düşüncelere bıraktığında sorunlar yaşanmayacaktır (Boyacı ve İlhan, 2016, s.736). Bilişsel Davranışçı Terapi üç temel ilkeyi barındırmaktadır (Dobson ve Dozois, 2001; akt. Yılmaz ve Devezer, 2019, s.16):

1. Bilişsel süreçler davranışın belirleyicisidir.
2. Davranışın belirleyicisi olan bilişsel süreçler izlenebilir, takip edilebilir ve değiştirilebilir niteliktedir.
3. Davranışsal değişiklik bilişsel yapılardaki değişiklikle mümkün kılınabilir.

Bilişsel davranışçı terapide bireyin sahip olduğu bilişsel yapıların önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir. Beck, bilişsel kuramında bireyin bilişsel yapılarını otomatik düşünceler, şemalar olarak incelemektedir. Bireyin sahip olduğu şemalar ara inançları ve temel inançları olarak ikiye ayırmaktadır (Türkçapar, 2021, s.108). Bilişsel davranışçı kuramı anlamak için bireyin bilişsel yapısını oluşturan otomatik düşünceler, ara inançlar, temel inançlar ve bilişsel çarpıtmalar kavramları incelenmektedir.

1.2.1.1. Otomatik Düşünceler

Otomatik düşünceler, bireyin anlık olarak aklındaki düşüncelerini ifade eder. Kendiliğinden ortaya çıkan otomatik düşünceler bireyin yönlendirmediği düşüncelerdir. Birey tarafından çoğu zaman fark edilmeyen otomatik düşünceler duygusal olarak zorlanılan zamanlarda ortama duruma özgü bilişlerdir (Türkçapar, 2021, s.110-111). Otomatik düşünceler olay anına eşlik eden hızlı anlık düşünceler olarak nitelendirilebilir. Zihinde hızlı bir şekilde ortaya çıkmasından dolayı bireyin otomatik düşüncelerini kontrol etmesinin güç olduğu düşünülmektedir.

1.2.1.2. Ara İnançlar

Ara inançlar otomatik düşünceler ile temel inançlar arasında yer alan düşünceler olarak nitelendirilebilir. Ara inançlar birey tarafından sözel olarak dile getirilmeyen fakat bireyin inandığı, davranışlarına yaşantısına yön veren kurallar olarak kabul edilmektedir (Türkçapar, 2021, s.111-112). Temelinde tutum, davranış ve sayılıtlar bulunmakta olan ara inançlar temel inançlara göre daha kolay değişim gösterebilmektedir (Beck, 2020; akt. Aydemir, 2020, s.17).

Ara inançlar otomatik düşüncelere göre ulaşılması daha zor olan, temel inançlara göre daha esneklik gösteren inançlar olarak açıklanabilir. Ara inançlar çalışılırken otomatik düşüncelerde tekrar eden düşünceler, derine inme tekniği ya da ölçekler kullanılmaktadır. Ara inançlar eğer ve meli- malının eşlik ettiği cümleler ile ortaya çıkmaktadır (Özcan ve Çelik, 2017, s.116).

1.2.1.3. Temel İnançlar

Bireyin kendisine, diğer insanlara ve hayata karşı inançlarını oluşturan temel inançlar bilişsel yapının zeminini oluşturmaktadır. Temel inançlar katı, aşırı genelleşici ve değişmesi zor inançlardır (Süler, 2017, s.31).

Bireyin çocukluk döneminde olumsuz olarak nitelendirilen yaşantılar olumsuz temel inançları ve ara inançların oluşturduğu olumsuz şemalara neden olmaktadır. Olumsuz şemaların oluşmasında bireyin içinde bulunduğu toplum ve bireyin mizacı etki sahibi olarak gösterilmektedir (Çoban ve Karaman, 2013, s.79)

Çocukluk dönemindeki yaşantılar, çocuğun kendisi için önemli kabul ettiği bireyler ile kurduğu özdeşim temel inançları meydana getirmektedir. Bireyin yetişkinlik dönemi yaşantıları çocukluk dönemindeki deneyimlere benzerlik gösterdiğinde sahip olduğu temel inançları pekişmektedir. Temel inançlar kişiliğin yapı taşlarından birisi olarak gösterilmektedir. Bireyin sahip olduğu temel inançlar tartışmaya kapalı, net, keskin ifadelerden oluşmaktadır. ‘Yetersizim’ ya da ‘sevilmiyorum’ ifadeleri temel inançlara örnek olarak gösterilebilmektedir. Beck temel inançları çaresizlik (güç, başarı, performans eksikliği), sevilme (duygusal olarak yoksunluk) ve değersizlik (suçluluk, ahlaki noksanlık) başlıkları altında incelemiştir (Türkçapar, 2021, s.113). Temel inançların olumsuz niteliğinin daha baskın nitelikte olduğu, bireyin hayatının farklı alanlarında çeşitlenerek ortaya çıktığı düşünülebilir.

Bireyde temel inançlar zıtlarıyla birlikte bulunur. Bireyin değerliyi ve değersizim temel inançları birlikte yer almaktadır (Türkçapar, 2021, s.114). Bireyin temel inançlarından birisi aktif hale geldiğinde, bunu kanıtlayacak nitelikte birçok veri elde ederken, aksi durumu destekleyecek durumları görmezden gelme bilişsel olarak çarpıtma eğilimi göstermektedir (Hiçdurmaz ve Öz, 2011, s.72). Temel inançları devamlılığında bilişsel çarpıtmaların rol oynadığı düşünülmektedir.

1.2.1.4. Bilişsel Çarpıtmalar

Bilişsel çarpıtmalar kişinin gerçekçi olmayan, olumsuz değerlendirmeler ve çıkarımlar yapan içsel konuşmalarının neden olduğu bilişsel, duygusal ve davranışsal sorunlar olarak açıklanmaktadır (Fair, 1986; Bonner ve Rich 1998; Murad, 2002; akt. Ağır ve Yavuzer, 2018, s.178). Bireyin yetiştiği çevreden etkilenen bilişsel çarpıtmalar, bireyin işlevsiz duygu ve davranışların sebebi olarak gösterilmektedir (Akın, 2010; akt. Kuzucu, Tuncer ve Aksu, 2015, s.49). Bilişsel çarpıtmalar bireyin kendisine çevresine olumsuz anlamlar yüklemesinde etkili olduğu görülmektedir (Beck, 1999; akt. Kuzucu, Tuncer ve Aksu, 2015, s.49).

Beck bilişsel çarpıtmaların temelinde olumsuz çocukluk yaşantılarının bulunduğunu ileri sürmüştür (Ağır ve Yavuzer, 2018, s.178). Olumsuz çocukluk deneyimlerine sahip olan bireylerde daha sık sistematik ve düzenli olarak bilişsel çarpıtmalar görülebildiği düşünülmektedir.

Bilişsel çarpıtmalar ‘bilişsel hatalar’, ‘bilişsel işleme’ ya da ‘bilişsel tuzak’ olarak adlandırılmaktadır. Bilişsel çarpıtmalar her bireyde bulunmaktadır fakat ruhsal rahatsızlık ve kişilik bozukluklarına sahip bireylerde daha sık, sistematik ve düzenli olarak görülmektedir (Türkçapar, 2021, s.116).. Bilişsel çarpıtma tipleri aşağıda verilmektedir:

1. Keyfi Çıkarsama: Kanıtlamamış olmasına rağmen, aksini iddia eden durumların varlığında bile bireyin belli bir sonuca inanma durumudur, sonuca atlama olarak adlandırılmaktadır (Türkçapar, 2021, s.117).
2. Seçici Soyutlama: Zihinsel filtreleme olarak da bilinen seçici soyutlama bireyin olayları bağlamından uzaklaştırarak bir detaya takılıp olayın genelini görmezden gelme durumudur (Türkçapar, 2021, s.117).

3. Aşırı Genelleme: Tek bir olaydan yola çıkarak genel inançlar oluşturmak aşırı genelleme olarak adlandırılmaktadır. Aşırı genellemeye örnek olacak inançlar farklı durumlarda ve uygun olmayan şekilde uygulanmaktadır (Corey, 2015, s.361).
4. Büyütme ve Küçültme: Bir duruma ya da bir olaya gereğinden fazla ya da az önemseme ile büyütme ve küçültme inançları açıklanabilir.
5. İkili (Hep ya da Hiç Biçiminde) Düşünme: Olaylara ya da kişilere ya hep ya da hiç algısı ile bakmak siyah ya da beyaz biçimine indirgemek olarak görülmektedir. Bu iki uç arasında kalan noktalar birey için görülmemektedir (Türkçapar, 2021, s.118).
6. Kişiselleştirme: Bireyin kendisi dışında gelişen olayları kendisi ile ilişkilendirme durumudur. Birey nedensiz olarak kendisi dışında gelişen olayı kişisel olarak algılamaktadır (Corey, 2015, s.362).
7. Felaketleştirme: Olası diğer sonuçları görmezden gelip olumsuz düşünceye odaklanmak felaketleştirmek olarak açıklanmaktadır (Türkçapar, 2019, s.112).
8. Olmalı İfadeleri –meli, malı Düşünce Tarzı: Bireyin kendisine diğer insanlara karşı nasıl davranılması ya da davranması gerektiği konusunda dayatmaları içeren sabit fikirler meli malı düşünce tarzını açıklamaktadır. Meli – malı düşünce tarzı gerçekleşmediğinde sonuç felaket olarak görülmektedir (Türkçapar, 2019, s.117).
9. Zihin Okuma: Bireyin diğer bireylerin düşüncesini sanki biliyormuşçasına olumsuz olarak varsayması zihin okuma olarak düşünülebilir. Zihin okuma başlangıçta olmayan olumsuz bir durum haline gelebilmekte kendini gerçekleştiren kehanete dönüşebilmektedir (Burns, 2015, s.58).
10. Duygudan Sonuca Ulaşma: Duyguları gerçeğin koşulsuz bir göstergesi olarak algılanması durumudur (Burns, 2015, s.60). Birey duygudan sonuca ulaşırken gerçeği görmezden gelerek sadece hislerine odaklanmakta ve inandığı şeyin doğruluğundan emin olmaktadır (Türkçapar, 2019, s.113).

11. Etiketleme: Bireyin kendisini tamamen olumsuz bir şekilde yaptığı hataları göz önünde bulundurarak yargılama durumunu ifade etmektedir (Burns, 2015, s.61).

Bireyin olumsuz düşüncelerinin sebepleri arasında bilişsel çarpıtmalar yer almaktadır. Bilişsel çarpıtmaların varlığında bireyin sağlıklı ilişkiler kurabilmesi, içinde bulunduğu ilişkileri sürdürebilmesi ya da sonlandırabilmesinde zorluklar yaşanmaktadır (Başbuğ, Cesur ve Batıgün, 2016, s.3).

1.2.2. Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram

Meslek hayatının ilk yıllarında psikanalitik kuramı benimsemiş olan Albert Ellis 1950-1953 yıllarında New York'un en başarılı psikanalistlerinden birisi olarak gösterilmektedir. Psikodinamik ekolde danışanlarının kazandığı iç görüye rağmen zorlanma durumlarının devam etmesi kurama karşı şüphe duymasına neden olmuştur (Türkçapar, 2021, s76). Sistematik bir çok çalışma doğrultusunda psikodinamik kuramın yüzeysel ve bilimsel olmayan bir terapi yaklaşımı olduğuna karar kılmıştır bu nedenle 1955 yılında davranışçı terapiler ile hümanizmi birleştirerek Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi ekolünün temellerini atmıştır (Corey, 2015, s.343). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi danışanların yeni bir felsefe oluşturarak davranış stillerini yeniden inşa etmelerini sağlamaktadır (Akın, 2009, s.80).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin felsefesi ile Bilişsel Davranışçı Terapinin felsefesi benzerlik göstermektedir. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin temel felsefesi Stoacı filozof Epiktetos'a dayanmaktadır. Epiktetos'un '*İnsanları rahatsız eden dışlarındaki şeyler değil, o şeye yönelik görüşleridir*' sözü Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin felsefesini oluşturmaktadır. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin felsefesini sorumluluk taşıyan hedonizm, insancılık ve akılcılık olarak üç başlıkta incelenmektedir (Sharf, 2014; akt. Tonga ve Voltan Acar, 2017, s.1070):

Sorumluluk Taşıyan Hedonizm: Bireyin kısa süreli hazlar yerine uzun süreli, kalıcı hazlar yaşamasını vurgulayan bir bakış açısıdır. Sorumlu hedonizm bakış açısıyla birey sorumlu bir tutum içerisinde davranışlarının başkalarına ve kendisine etkisini farkındadır.

İnsancılık: Hümanizm ile benzerlik gösteren insancılık, bütüncül bakış açısıyla bireyi bir amaç sahibi olarak önemli görmektedir. Bu yaklaşımda birey kendisini koşulsuz

olarak kabul etmektedir. Bireyin hatalarına rağmen değerli olduğu görüşü mevcuttur. Bireyler kendilerini koşulsuz kabul etmeyi öğrenmeli ve bununla çalışmalıdır aksi durumda birey kendisi kötü ve değersiz olarak nitelendirebilmektedir.

Akılcılık: Bireyin duygularını yok saymaksızın, işlevsel, akla uygun, esnek, verimli bir yollarla hedeflerine ulaşma çabasını içermektedir. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi bireye akılcı olarak hedeflerini yerine nasıl ulaşacağı konusunda yol göstermektedir. Birey bu doğrultuda kendi değerlerini gözden geçirerek sorumlu hedonizm içinde yeni bir yaşam felsefesi oluşturmaktadır. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapide bireyin yeniden bir öğrenme süreci içerisinde kendi değerlerini sorguladığı, akla uygun, mantıklı değerleri ile yeni bir bakış açısına ve yeni davranışlar kazanma süreci içinde bulunduğu düşünülebilir.

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi; düşünmenin, yargılamanın, bir karara varmanın, analiz etmenin ve uygulamanın önemine değinmektedir (Corey, 2015, s.345-346). Dayandığı felsefe ve önem verdiği bilişsel süreçlerden Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin Bilişsel Davranışçı Terapilerle ortak öğelere sahip olduğu görülmektedir. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin diğer terapi ekollerinden ayıran dört farklı yönü bulunmaktadır (Arbuckle, 1967; akt. Doğan, 1995, s.29-30):

1. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye göre bireyin sahip olduğu bütün nevrotik ve psikotik eğilimler doğuştan değildir, öğrenilmiştir.
2. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye göre otistik çocuklar, psikopatlar ve yetişkin psikotiklerin biyolojik ve yapısal eksiklikleri söz konusudur.
3. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye göre akılcı olmayan inançlar geliştirmek, bu inançlardan dolayı rahatsız olmak bireye özgüdür.
4. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye göre birey kendi bilişsel süreçlerini, duygularını ve davranışlarını değiştirme yeteneğine sahiptir.

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi bireyin hem akılcı hem de akılcı olmayan bir düşünce yapısına sahip olduğu varsayımına dayanır. Birey hem mantıklı olma hem de mantıksız olma eğilimlerini bir arada taşımaktadır fakat sorumsuz bireylerin akılcı olmayan inançlar ile mantık dışı davrandığı görülmektedir (Nelson- Jones, 1982; akt. Yıldız, 2020, s.220). Birey kendisini koruma, mutlu olma, düşüncelerini duygularını dile

getirme, sevmeye, diğer bireyler ile ilişkiye kurma ve kendisini geliştirme yönünde ilerleme göstermektedir. Bireyin aynı zamanda kendine zarar veren, mutsuz eden, düşüncelerini ve duygularından kaçan, ilişkilerden kaçınan, kendisini suçlayan, mükemmeliyetçi, taşıdığı potansiyeli görmezden gelen, hoşgöründen yoksun eğilimlerinin varlığı söz konusudur (Corey, 2015, s.347). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye birey (Doğan, 1995, s.30):

1. Birey iyi-kötü, mantıklı- mantıksız olarak nitelendirilmektedir. Ellis'e göre birey her ikisine de sahiptir ancak bireyin mutluluğu, başarısı ve hayattan aldığı doyum akılcı düşünce ve davranışlarına göre değişim göstermektedir.
2. Bireyin duygu ve düşünceleri birbirlerinden ayrı düşünülmemektedir. Duygu, düşüncenin önyargılara sahip, akılcı olmayan, kişisel yönü olarak görülmektedir.
3. Bireyin duygu, düşüncelerin birlikte bulunması ve düşüncelerini duygularından ayırt edememe durumu akılcı olmayan düşünceleri meydana getirmektedir. Bireyin akılcı olmayan düşüncelerinin varlığı huzursuzluğun sebebi olarak gösterilmektedir.

Duygu düşünce ve davranışlar birbirleri üzerinde etki sahibi olduğu Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi kapsamında karşımıza ABC kişilik modeli, akılcı olmayan inançlar kavramları çıkmaktadır. Çalışma kapsamında Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiyi anlamak için Abc kişilik modeli, akılcı olmayan inançlar ve araştırma konusunu oluşturan romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar üç başlık altında incelenecektir.

1.2.2.1. ABC Kişilik Modeli

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin amacı ABC sisteminde bireyin mantıksız ve akılcı olmayan inançlarının yerine mantıklı ve akılcı inançlar geliştirmesini sağlamaktır (Kağan, 2010, s.28). Bu amaç doğrultusunda ABC sisteminin Akılcı Duygusal Davranışçı Terapide önemli bir role sahip olduğu düşünülmektedir. Bireyin kendi memnuniyetinin artmasının ve amaçlarını gerçekleştirmesinin temelinde kendi ABC sistemini bilmesi önem taşımaktadır. Bireyin ABC sisteminde; (A) yaşadığımız, yaşıyor olduğumuz ya da yaşamayı beklediğimiz genelde can sıkıcı olarak tabir ettiğimiz olaylar ve durumlar olarak ifade edilmektedir. (B) bu olay ve durumlara yönelik iç konuşmalarımız inançlarımız ve düşüncelerimizi kapsamaktadır. (C) ise olayları olayları

ve olaylara yönelik inançlarımızı takip eden duygusal ve davranışsal tepkiler halinde meydana gelen sonuçları açıklamaktadır. ABC sistemine göre bireyin duygusal ya da davranışsal tepkileri olayın kendisi tarafından değil, bireyin olaya yönelik inançlarından, düşüncelerinden ve içsel konuşmalarından oluşmaktadır (Clark, 2010, s.63-64).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi bireyin psikolojik problemlerini ABC modeli ile açıklamaktadır. ABC modeline D E F bileşenleri eklenmiş model daha kapsamlı bir hale getirilmiştir. (D) aşamasında birey akılcı olmayan inançları üzerinde tartışabilmekte, inancının geçerliliği sorgulayabilmektedir. (E) aşaması bireyin akılcı olmayan düşünce ve uygunsuz davranışlarının yerine akılcı düşünce ve uygun davranışlar edinebilme sürecini ifade etmektedir. (F) aşamasında ise birey kendisine yeni sağlıklı duygu durum oluşturmaktadır (Corey, 2015, s.349).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin bireyler üzerinde öğretici bir etkisinin bulunduğu görülmektedir. Ellis duygusal ve davranışsal olarak problem yaşayan bireye etkili bir şekilde yardımcı olmanın; bir olay hakkında (A) bireyin ne düşündüğüne kendi inançlarını (B) fark etmesine ve bireyin bu inançları ile baş etmeyi öğrenmesine bağlı olduğunu dile getirmektedir (Doğan, 1995, s.30).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye göre bireyin işlevsel olmayan davranışlarını değiştirmek için yaşam şeklini 7 aşamada yapılandırmak gerekmektedir (Corey,2015, s.350):

1. Birey duygusal problemlerinin ortaya çıkışında kendisini sorumlu olarak görmektedir.
2. Birey bu problemleri değiştirilebileceğini düşüncesini kabul etmektedir.
3. Birey duygusal problemlerinin akılcı olmayan inançlarından kaynaklandığını bilmektedir.
4. Birey akılcı olmayan inançlarının farkındadır.
5. Birey akılcı olmayan inançlarını mücadele etmekte ve doğruluğunu tartışmaktadır.
6. Birey uygunsuz duygusal tepkilerini ve davranışlarını değiştirmek istiyorsa, duygusal ve davranışçı biçimde çalışması gerektiğini kabul etmektedir.

7. Birey Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin olumsuz sonuçların temeline inerek onları yok etme ve ya değiştirme anlayışını yaşamının diğer alanlarında uygulamaktadır.

1.2.2.2. Akılcı Olmayan İnançlar

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin bakış açısına göre birey iyi-kötü, mantıklı mantıksız olarak nitelendirilememektedir. Her birey mantıklı olmaya ya da mantıksız olmaya yönelik bir potansiyele sahiptir. Birey akılcı olduğu akılcı olmayan inançları da barındırmaktadır.

Akılcı olmayan düşünceler Bilişsel Davranışçı Terapide bulunan bilişsel çarpıtmalar ve otomatik düşünceler kavramlarıyla benzerlik göstermektedir (Öcal Yüceol, 2016, s.7). Akılcı olmayan düşüncelerin katı, esnek olmayan, birey kendine ve başkalarının karşı dayatmaları içeren meli malı ifadelerinin yer aldığı düşünceler olarak tanımlanabilir. Olumsuz duygu ve davranışlara neden olan akılcı olmayan düşüncelere aşağıda yer verilmektedir (Doğan, 1995, s30-31):

1. Birey çevresindeki herkes tarafından beğenilmeli ve sevilmelidir.
2. Bireyin kendisini yararlı ve başarılı görebilmesi için yararlı ve başarılı olmalıdır.
3. Bazı insanlar kötüdür ve kötü oldukları için cezalandırılmalıdırlar.
4. Olayların bireyin istediği gibi gitmemesi felakettir.
5. Bireyin mutsuzluk üzerinde bir denetimi söz konusu değildir, mutsuzluk dış etkenlerden kaynaklanır.
6. Tehlikeli ve korku verici şeyler kaygıya neden olur. Kaygının ortaya çıkması sürekli olarak engellenmelidir.
7. Zorluklardan kaçmak zorluklar ile baş etmekten çok daha kolaydır.
8. Birey başkalarına bağımlı olmalıdır, güvenebileceği, danışabileceği güçlü birine bireyin ihtiyaç duymaktadır.
9. Bugünün belirleyicisi geçmiş yaşantılar ve olaylardır.

10. Her sorunun her zaman doğru tek çözümü vardır.

11. Birey kendi dışındaki bireylerin sorunları ve rahatsızlıklarına ilişkin üzüntü duymalıdır.

Akılcı olmayan inançlar genellikle çocukluk yıllarında oluşmaktadır. Çocukluk yılları bireyin çevresel etkilere daha açık olduğu yıllar olarak görülmektedir. Bu nedenle bireye çocukluk yıllarında ailesi, sosyal çevresi ve içinde bulunduğu kültür aracılığı ile akılcı olmayan düşünceler aktarılmaktadır (Hamarta, Arslan, Saygın ve Özyeşil, 2009, s.29). Akılcı olmayan inançlar bireyin için bir öğrenme süreci olarak nitelendirilebilir. Akılcı olmayan inançlar; birey ebeveynlerinin tutum ve davranışlarını model alması, özdeşleşmesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Bireyin hayatının çeşitli alanlarında gözlemlenebilmektedir.

1.2.2.3. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar

Birey farkında olmaksızın çocukluk, ergenlik ve genç yetişkinlik gibi farklı yaşam dönemlerinde deneyimleri sonucunda romantik ilişkilere yönelik bir takım idealler, beklentiler ve standartlar geliştirmektedir. (Sprecher ve Metts, 1999; akt. Deveci Şirin ve Soyer, 2018, s.119). Genç yetişkinlik döneminde olan bireylerin deneyimlerine farklı anlamlar yükledikleri, çözüm bulma konusunda başarısızlığa uğradıkları ve bu nedenle geleceğe yönelik umutsuzluğa kapıldıkları görülmektedir (Şahin, 2009; akt. Kılıç ve Tunç, 2020, s.6248). Genç yetişkin birey hayatının farklı alanlarında, romantik ilişkilerinde deneyimlerine farklı anlamlar yükleyip akılcı olmayan düşüncelere kapılabilmektedir.

Bilişsel davranışçı terapi ilişkileri, bireylerin düşünceleri, hisleri ve davranışları oluşturduğunu varsaymaktadır (Schwebel ve Fine, 1992, 1994 akt; Sullivan ve Schwebel, 1995, s.298). Romantik ilişkilerdeki akılcı inançlar bireyin ilişkideki uyumunda, kişisel gelişiminde, iyilik halinde olumlu etkiye sahip olan inançlar olarak kabul edilmektedir. Başarılı bir ilişki kurmak ve sürdürmek akılcı inançların varlığında mümkün görülmektedir. Romantik ilişkilerde akılcı olan inançlar; her iki tarafın ihtiyaçlarını önemli gören, ilişkinin her zaman mükemmel olmadığını fark eden, ilişkide tartışmaların kaçınılmaz olduğunu bilen, kimi zaman eşlerin birbirlerinden farklı düşündüğünü içeren düşüncelerden oluşmaktadır. Romantik ilişkideki akılcı inançlar gerçeğin yansıması olarak eşlerin sağlıklı iletişim kurabildiği, problemlerini verimli bir şekilde çözebildiği,

birbirlerine karşı ilgilerini ve sevgilerini ifade edebildikleri inançları kapsamaktadır (Sullivan ve Schwebel, 1995, s.299).

Ellis (1986) çiftlerin birbirlerine ya da ilişkilerine karşı katı, esnek olmayan, değişmesi zor, abartılı ve zarar verici nitelikte olan inançlarını romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar olarak açıklamaktadır. Romantik ilişki inançlar ya da beklentiler (Hazan ve Shaver, 1987; Sprecher ve Metts, 1999), gerçekçi olmayan ilişki standartları (DeBord, Romans ve Krieschok, 1996) ya da işlevsel olmayan inançlar (Sharp ve Ganong, 2000) olarak tanımlanan romantik ilişki inançları bireyin romantik ilişkisine, romantik ilişki kurduğu eşine yönelik idealleri, algıları ve beklentilerinden oluşmaktadır (Eidelson ve Epstein, 1982; akt. Küçükarslan ve Gizir, 2014, s.149). Romantik ilişki inançları bireylerin romantik ilişkilerinde beklenti düzeylerini arttırmaktadır. Romantik ilişkide eşler için birbirlerinin beklentilerini karşılamak önemli bir yere sahiptir (Deveci Şirin ve Bayrakçı, 2020, s.147). Eşlerin birbirlerine karşı olan beklentilerinde akılcı olmayan düşüncelerinin yansımaları görülebilmektedir.

Romantik bir ilişki içerisinde ya da romantik bir ilişki başlangıcında oluşan inançlar romantik ilişki idealleri olarak nitelendirilmektedir. Bu idealler romantik ilişki inançları olarak adlandırılmıştır ve romantik ideoloji ya da romantik ilişkinin bileşenleri olarak da görülmektedir (Deveci Şirin ve Soyer, 2018, s.119). Romantik ilişkideki inançlar dört idealden oluşmaktadır (Sprecher ve Metts, 1999, s.835):

1. İlk görüşte aşk mümkündür.
2. Birey için sadece tek gerçek aşk vardır.
3. Gerçek aşk sonsuza dek sürer.
4. Gerçek aşk bütün zorlukların üstesinden gelir.

Romantik ilişki inançları romantik ilişkilerin kalitesi ve eşlerin ilişkiden aldıkları doyumları üzerinde etki sahibidir. Epstein ve arkadaşları (Eidelson & Epstein, 1982; Epstein & Eidelson, 1981; Epstein, Pretzer, & Fleming, 1987) tarafından romantik ilişkide akılcı olmayan beş inanç belirlenmiştir (Metts ve Cupach, 1990, s.171):

1. Eşler arasında anlaşmazlıklar yıkıcı niteliktedir.
2. Eşler değişim göstermezler.

3. Eşler birbirlerinin zihnini okumalıdır.
4. Eşler arasında cinsellik mükemmel olmalıdır.
5. Eşler arasında cinsiyetin getirdiği farklılıklar vardır.

Romans ve Debord (1995) tarafından romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar 9 madde olarak belirlenmiştir (Romans ve Debord, 1995, s.1249);

1. Romantik ilişki içerisindeki eşler birbirlerine karşı her zaman açık olmalıdırlar.
2. Romantik ilişki içerisindeki eşler birbirlerinin zihinlerini okumalıdır.
3. Romantik ilişki içerisindeki eşler her aktiviteyi birlikte yapmalıdır.
4. Romantik ilişki içerisindeki eşler birbirlerinin tüm ihtiyaçlarını karşılamalıdır.
5. Romantik ilişki içerisindeki eşler birbirleri için değişmeye gönüllü olmalıdır.
6. Romantik ilişki içerisindeki eşler arasında her şey her zaman mükemmel olmalıdır.
7. İyi bir romantik ilişki sürdürmesi kolay bir ilişkidir.
8. Romantik bir ilişki içinde olmayan birey tamamlanmamıştır.
9. Romantik ilişki idealleştirilmelidir.

Romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları inceleyen Sprecher ve Metts, Metts ve Cupach, Romans ve Debord araştırmalarında akılcı olmayan inançların zihin okumayan, ilişkiyi idealleştiren, meli malı ifadeleri içeren, toleranssız, gerçek dışı özellikleri ön plana çıkmaktadır. Ellis ve arkadaşları (1989) tarafından romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları beş başlıkta tanımlanmıştır (Hamamcı, 2005, s.314):

1. Talepkarlık: Romantik ilişki ve romantik ilişkideki eşin doğası hakkında dogmatik düşünceleri içermektedir.
2. Muhtaçlık: Romantik ilişkideki eşlerin değerli hissetmek için birbirlerinin sevgilerine olan ihtiyacını yansıtan düşünceleridir.

3. Hoşgörüsüzlük: Romantik ilişkideki eşlerin yaşadıkları bir problem durumunu aşamayacaklarına yönelik inançlarını ifade etmektedir.
4. Korkunç Hale Getirme: Romantik ilişkilerdeki eşlerin beklenmeyen sorunlara tolerans gösteremeyen inançlarını kapsamaktadır.
5. Değersizleştirme: Romantik ilişkideki eşlerin birbirilerine karşı sevgilerinin kendi değerlerini yansıttığına ilişkin inançlarını içermektedir.

Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı Terapisi ve Beck'in Bilişsel Davranışçı Terapisine göre bireyin akılcı olmayan düşüncelerinin problemli ilişkileri meydana getirdiği görülmektedir (Sarı, 2008, s.25). Akılcı inançların bireyin sağlıklı kişiliğini oluştururken, şimdi ve gelecek zamanda sağlıklı ilişkiler kurmasında etkili olmaktadır (Sullivan ve Schwebel, 1995, s.299). Romantik ilişkilerin her aşamasında aktif olarak ortaya çıkan akılcı olmayan inançlar bireyin sağlıklı kişilik gelişimi ve sağlıklı romantik ilişkileri için engelleyici bir rol oynadığı düşünülmektedir.

Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ilişkiye ve bireye olan olumsuz etkisi açıkça görülmektedir. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların; bağlanma ve ilişki doyumu (Sarı, 2008), cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu (Küçükarslan, 2011), ilişki yaşama durumları (Gizir, 2013), evliliğe ilişkin tutumlar (Karabacak ve Çitçi, 2015), cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar ve ilişki doyumu (Öcal Yüceol, 2016), yetişkinlikte bağlanma örüntüleri (Deveci Şirin ve Soyer, 2018), psikolojik iyi oluş (Aydemir, 2020), stresle başa çıkma (Kılıçarslan, 2021) değişkenleri ile ilişkisi farklı demografik değişkenlerin birlikteliğinde bir çok araştırma tarafından ortaya koyulmuştur.

Çocukluk döneminde oluşan akılcı olmayan inançlar bireyin hayatının ilerleyen dönemlerinde etkisini göstermektedir (Ellis, 1993; akt. Hamarta, Arslan, Saygın ve Özyeşil, 2009, s.29). Ebeveynleri tarafından sürekli düzeltilen, hataları bulunan, ahlaki öğütlere maruz kalan, suçlanan, eleştirilen, dalga geçilen çocuklar düşük benlik saygısı, onaylanmama, başarısız olma korkusu yaşamaktadır (Şahan Yılmaz ve Duy, 2013, s.70). Hatalı anne baba tutumları çocuğun akılcı olmayan inançlar geliştirmesinin temelini oluşturmaktadır (Grieger ve Boyd, 2006, s.240).

1.3. Algılanan Ebeveyn Tutumları

Bireyin ilk ilişkisi anne ve babasıyla kurmuş olduğu ilişkidir. Bu ilişki birey için oldukça önemli yere sahiptir çünkü bireyin yaşantısının bütün evrelerinde, bireyin kendisine, diğer insanlara ve dünyaya dair oluşturmuş olduğu algılarında anne babası ile kurmuş olduğu ilişkinin yansımaları görülmektedir (Geçtan, 2016, s.30). Bireyin karakter ve kişilik gelişimi; özdeşim kurduğu, model aldığı anne babasının tutum ve davranışlarına bağlıdır (Yavuzer, 2018, s.39). Bireyin tutum ve davranışları model alma ve özdeşleşmeye bağlı öğrenme süreçleri olarak değerlendirilebilir. Bireyin hayatında öğrenme sürecini başlatan ve yaşantılarına yön veren ebeveyn tutum ve davranışları ön plana çıkmaktadır. Bandura'nın (1977) sosyal öğrenme kuramına göre çatışmaların yoğun olarak yaşandığı problemleri bir aile ortamında büyüyen bireyin sosyal ilişkilerinde zorlanmalar yaşamaktadır. Sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde genç yetişkinlerin romantik ilişkiler içerisindeki tutum ve davranışlarının kaynağını ebeveynlerinin tutum ve davranışları oluşturmaktadır (Altınok ve Hamamcı, 2018, s.18).

Yaşamın ilk yıllarında bireyin gelişimi hızlı bir şekilde devam ederken gözle görülebilen bedensel gelişimin yanı sıra duygusal gelişimin temelleri atılmaktadır. Bu düşünceye sahip olan ebeveynler çocuklarını özveri içinde titizlikle büyütmek için çaba göstermektedirler. Ebeveynlerin tutum, davranış ve değerleri çocuklarının tutum, davranış ve değerleri ile benzerlik göstermektedir (Kılıç, 2016, s.169-170). Şirin (2019) Çocuk yetiştirmeyi ebeveynlerinin tutum eylem ve inançlarının birleşimi olarak tanımlamaktadır (Şirin, 2019, s.29).

Her ebeveyn çocukları için gizli ya da açık ideallere sahiptir. Ebeveynlerin çocuklarının bu ideallerine ulaşması için farklı yöntem ve stratejileri mevcuttur. Bu yöntem ve stratejiler ebeveyn tutumlarını oluşturmaktadır (Mussen, 1984; akt. Karabulut Demir, 2007, s.14). Ebeveyn tutumları ebeveyn çocuk ilişkisinin temelinde bulunmaktadır (Yavuzer, 1982, s.50). Anne babanın çocuğa karşı olan davranışlarının bütünü ebeveyn tutumları olarak açıklanmaktadır.

Ebeveyn tutumlarını çocuğun kendi hayatına, çevresindeki diğer insanlara yansıtma durumunu göz önünde bulundurduğunda sağlıklı bireyler yetiştirilme konusunda ailelere büyük sorumluluk düşmektedir (Yaprak, 2007; akt. Aydoğdu ve Dilekmen, 2016, s.570). Sağlıklı bir ailede ebeveyn tutumları; çocuğun fiziksel ve ruhsal sağlığına önem vermek, yaşam becerileri kazanmasına olanak sağlamak, çocuğun

özgüvenli, bağımsız ve ahlaki değerlere sahip olmasını desteklemek olarak açıklanmaktadır (Yılmaz, 2000; akt. Altıntaş, 2019, s.15). Sağlıklı bir ailede ebeveyn tutumları çocukların iyi oluşlarında belirleyici iken, ebeveynlerin olumsuz tutumlarının çocuklarda istenmeyen davranışlar üzerinde etkisi olabileceği düşünülmektedir.

Çocuk ihtiyaçlarını karşılayan ebeveynlerinin davranışlarını kendi benliği içinde özümsemektedir. Ebeveyn tutumları; çocuğa kusursuz olduğu zaman sevilleceğini söylüyorsa çocuk bunun geçerliğini koşulsuz olarak kabul etmekte, kusursuz olmadığı zamanlarda ise kendini değersiz, yeteneksiz ve suçlu hissetmektedir (Nazlı, 2016, s.201). Ebeveyn tutumları bireyin varsayımlarının, dünyaya, diğer insanlara ve kendine karşı oluşturduğu inançlarının kaynağı olarak nitelendirilebilir. Bireyin çocukluk döneminde geliştirdiği inançlarının romantik ilişkilerini etkileyen bir değişken olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir. Genç yetişkinin kurmuş olduğu romantik ilişkiler doğrudan ya da dolaylı olarak ebeveyn faktöründen etkilenmektedir. Anne babanın evlilik içerisindeki olumlu ya da olumsuz davranışları çocuklarının romantik ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır (Cui, Fincham ve Pasley, 2008, s.1226-1227).

Ebeveynler çocuklarının inançları ve değerlerinin varlığında birinci referans olarak oldukça önemli bir role sahiptir (Kaya, 1997, s.202). Bireyin kendisine, diğer insanlara karşı varsayımlar geliştirdiği çocukluk döneminde ebeveynlerin olumsuz tutumları bireyin sağlıklı gelişimi ve uyumunda engel olarak görülmektedir. Ebeveynlerin olumsuz tutumlarını çocuklarının fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamamaları göz ardı etmeleri ve ya çocuklarına ihtiyaçları olduğundan çok daha fazlasını verip çocuklarının kendi gelişimlerine yön vermelerine engel olmaları gibi birbirlerine zıt iki davranış örüntüleri oluşturmaktadır (Geçtan, 1974, s.76).

Ebeveyn tutumları ile yapılan çalışmaların merkezinde Baumrind'in (1967,1971) çalışmaları ön plana çıkmaktadır. Baumrind ebeveyn tutumlarını ebeveynin kontrolü, ebeveyn çocuk iletişimde açıklık, olgunluk beklentisi ve bakım, destek olmak üzere dört boyutta incelemiştir. Ebeveyn kontrol boyutu çocuğun ebeveynlerinin koyduğu kurallara ne derecede uymak zorunda olduğunu açıklamaktadır. Ebeveyn ve çocuk iletişimde açıklık boyutu ebeveynlerin çocuklarının fikirlerine değer verdiği, kendi fikirleri konusunda onları desteklediği ve koyulan sınır ve kuralların neden olduğuna dair açıklamaların yapıldığı boyuttur. Olgunluk beklentisi boyutu anne babaların çocuklarını duygusal ve sosyal olarak destekledikleri alanı ifade etmektedir. Bakım ve destek boyutu ise ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını karşılarken ne kadar sıcak ve sevecen

olduklarını göstermektedir (Yılmaz, 2000, s.20-21). Baumrind'in okul öncesi çocuklarla yaptığı araştırmalar sonucunda anne baba tutumları sınıflandırılmıştır (Baumrind, 1971, s.1-2):

1. Demokratik Tutum: Bu tutumu benimseyen ebeveynler çocuklarına karşı iletişime açık, mantıklı, sevecen, sıcak bir yaklaşım içindedirler. Çocukların kendine güvenen, kendini kontrol etme becerisine sahip, keşfeden bireyler olarak tanımlanmaktadır. Demokratik tutum yüksek kontrol ve olumlu teşvik içermektedir bu nedenle en yetkili ebeveyn tutumu olarak kabul edilmektedir.
2. Otoriter Tutum: Çevrelerindeki diğer ebeveynlere göre bu tutuma sahip ebeveynler hoşnutsuz, içine kapalı, güven eksikliği yaşayan ebeveynler olarak nitelendirilmektedir. Otoriter tutumu benimseyen ebeveynler çocuklarına karşı kontrollü fakat soğuk ve mesafeli bir yaklaşım içindedirler.
3. İzin Verici Tutum: En az kendine güvenen, kendini ve çocuğu kontrol etmekte zorlanan, talepkar olmayan fakat sıcak sevecen bir tutum içindeki ebeveynler izin verici tutuma sahip ebeveynler olarak açıklanmaktadır.

Maccoby ve Martin (1983) tarafından ebeveyn tutumları duyarlılık ve talepkarlık/kontrol olmak üzere iki boyutta incelenmiştir (Yılmaz, 2000, s.23). Maccoby ve Martin, Baumrind'in sınıfladığı anne baba tutumlarına dördüncü olarak ihmalkar tutumu dahil etmiştir (Şirin, 2019, s.51). İhmal tutum çocuk ile mesafeli, ilgisiz, kontrolün olmadığı, duygusal açıdan soğuk bir ebeveynlik tutumu olarak tanımlanmıştır (Yılmaz, 2000, s.23-24).

Algılanan ebeveyn tutumları çocuğun ebeveynlerinin nasıl olduğuna ilişkin inançlar olarak açıklanmaktadır (Jourard ve Remy, 1955, s.364). Arindell ve arkadaşları (1999) tarafından, ülkemizde Dirik, Yorulmaz ve Karancı tarafından yapılan araştırmalarda duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik başlıkları altında algılanan ebeveyn tutumları incelenmiştir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124).

1.3.1. Duygusal Sıcaklık

Baumrind'in demokratik tutumu ile benzerlik göstermektedir (Çalışkan Sarı ve Şahin Acar, 2018, s.30). Duygusal sıcaklık boyutu ebeveynin kabul edici, destekleyici tutumudur (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124). Bu tutumda ebeveyn, çocuklarının

etkinliklerini verimli bir şekilde yönlendirmektedir, akılcı, teşvik edici, duyarlı ve çözüm odaklı bir yaklaşıma sahiptir. Duygusal sıcaklık tutumuna sahip ebeveyn için disiplin, öz kontrol oldukça önemli bir yere sahiptir. Ebeveyn, çocuğun mevcut niteliklerini onaylamakta, ancak aynı zamanda gelecekteki davranışlar için standartlar belirlemektedir (Baumrind, 1966, s. 891).

Çocuk duygusal sıcaklığı hissettiği aile ortamında hoşgörü ile karşılaşmaktadır. Bu tutuma sahip ebeveynler çocuğa kendi benliğini tanıma özgürlüğü tanımaktadır. Kendi benliğini tanıyan çocuk sağlıklı bir şekilde olgunlaşma göstermektedir. Duygusal sıcaklık tutumunda yetişen çocuk yetişkinlik döneminde kendine güvenen, bağımsız, sağlıklı ve toplumsal bir bireyler olarak hayata atılmaktadır (Yavuzer, 2018, s.30).

Ebeveyn ve çocuk arasındaki olumlu ilişkiler duygusal sıcaklık boyutu ile ilişkilendirilebilir. Duygusal sıcaklığa sahip ebeveynler tarafından yetiştirilen çocukların mutlu, sağlıklı ilişkiler kurabilen ve bu ilişkileri yürütebilen yetişkinler olduğu düşünülmektedir.

1.3.2. Aşırı Koruyuculuk

Ebeveynlerinin çocuklarını gerektiğinden fazla kontrol etmesi, onlara ihtiyacı olduğundan fazla özen göstermesi aşırı koruyuculuk tutumu olarak açıklanmaktadır (Yavuzer, 2018, s.31). Aşırı koruyuculuk tutumu çocukların güvenliğine yönelik kaygılı olmayı ifade etmektedir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124). Aşırı koruyucu tutuma sahip anne babaların ilgileri çocuklarının etkinliklerinin yerine kendi etkinliklerine yönelmiştir (Geçtan, 1974, s.83). Aşırı koruyucu tutum anne babanın etkin olduğu, çocuktan beklentilerin düşük olduğu, anne babanın çocuğun yapması gerekenleri tek başına üstlendiği davranışlar olarak düşünülmektedir. Aşırı koruyucu tutuma sahip anne babaların çocukları aşırı bağımlı, güvensiz, duygusal olarak hassasiyeti yüksek bireyler olarak tanımlanabilir (Yavuzer, 1982, s.52).

Aşırı koruyucu tutum bireyin sosyal ve duygusal gelişimi üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. Aşırı koruyucu tutum ile büyümüş bir çocuk öz kontrol konusunda zorlanmalar yaşayabilmekte, bencil davranışlar sergileyebilmekte, toplum içerisinde uyumsuz ve isyankar davranışlar gösterebilmektedir (Kaya, 1997, s.199).

Aşırı koruyucu tutum sonucunda çocuk, diğer insanlar ile olan ilişkilerinde problemler yaşayabilmekte, anne ve babası ile olan ilişkisinde olduğu gibi çevresine karşı

sömürücü davranışlarda bulunabilmektedir (Geçtan, 1974, s.83). Aşırı koruyucu tutumla yetişmiş çocuk yaşamı boyunca bağımlılık geliştirebilmektedir. Bu bağımlılığı yetişkinlik döneminde romantik ilişki kurdukları eşinden de bekleyebilmektedir (Yavuzer, 2018, s.31). Aşırı koruyucu tutum bireyin özerkliğini engellemekte ve bireyi sorumluluk almaktan uzaklaştırmaktadır (Yıldız, 2004; akt. Yaman, 2018, s.6).

1.3.3. Reddedicilik

Ebeveynlerin çocuğa karşı eleştiren ve yargılayan tutumları reddedici olarak değerlendirilmektedir (Dirik, Yorulmaz, Karancı, 2015, s.124). Reddedici tutum otoriter tutum ile benzerlik göstermektedir. Yavuzer (1982) reddedici tutumu çocuğa karşı düşmanca duygular içinde olup onun fiziksel ihtiyaçlarını aksatmak olarak tanımlamıştır. Reddedici tutum anne babanın çocuğa karşı sıcaklık, şefkat, özen, ilgi, destek ve sevgi içermeyen, fiziksel ve psikolojik olarak zarar veren duygular ve davranışlar olarak tanımlanmıştır (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2005, s.305).

Rohner ve arkadaşları (2005) reddedici tutumuna sahip ebeveynlerin özelliklerini soğuk ve sevecen olmayan, düşmanca ve saldırgan, kayıtsız ve ihmalkar, farklılaşmamış reddetme olmak dört başlıkta ifade etmiştir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2005, s.305). Farklılaşmamış reddetme çocuğun saldırgan ya da ihmalkar bir tutum görmeyip sadece anne babası tarafından sevilmediğini düşünmesi durumunu ifade etmektedir (Demirsu, 2018, s.8).

Anne babadan gelen reddedici tutumlar çocuğun değersizlik duygusu tatmasına sebepleri arasında gösterilmektedir (Geçtan, 1974, s.78). Değer duygusunu tatmayan çocuk kişiliğini bütünleştirememektedir. Reddedici tutum karşısında birey çocukluk döneminde karşılanmayan duygusal ihtiyaçlarını yetişkinlik döneminde diğer insanlardan sağlayabilmeyi beklemektedir (Geçtan, 2016, s.35). Reddedici tutumu benimseyen ebeveynlerin çocukları diğer çocuklar ile karşılaştırıldığında çocuk canlılığından uzak, duygusal açlık içerisinde olan çocuklar olarak görülmektedir (Kanner, 1960; akt. Geçtan, 1974, s.81).

Reddedici tutuma ile yetişmiş bireylerin; davranış problemleri, depresyon ve depresif etkiler, madde kullanımı, psikolojik rahatsızlıklar geliştirmeye daha açık oldukları görülmektedir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2005, s.299). Reddedici tutumu benimseyen anne baba tarafından yetiştirilmiş birey kendini değersiz görmeye,

kendisine acımasızca eleştirilerde bulunmaya ve kendisini olumsuz etiketlemeye karşı yatkınlık gösterdiği araştırmalar tarafından desteklenmektedir (Berg ve Kelly, 1979; Gecas ve Schwalbe, 1986; Koydemir-Özden ve Demir, 2009; akt. Cankardaş, 2019, s.84). Reddedici tutumla büyümüş bireylerin gösterdiği davranışlar ile Ellis'in akılcı olmayan inançları ve Beck'in bilişsel çarpıtmaları benzer niteliklere sahip olduğu düşünülmektedir.

1.4. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Araştırmalar

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarını konu alan araştırmalara yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmalar olmak üzere iki başlıkta yer verilecektir.

1.4.1. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Yurt İçi Yapılan Araştırmalar.

Hamamcı (2005) tarafından 190 evli birey ile yapılan çalışmada düşük evlilik uyumuna sahip çiftlerin işlevsiz akılcı olmayan düşüncelere yüksek evlilik uyumuna sahip çiftlere göre daha fazla akılcı olmayan inançlara sahip olduğu ortaya koyulmuştur. Erkek katılımcılarda yakınlığa ilişkin akılcı olmayan düşüncelerin evlilik uyumu ile negatif yönde ilişkisi, kadın katılımcıların ise zihin okumaya yönelik akılcı olmayan inançları ile evlilik doyumları arasında pozitif yönde ilişkisi bulunmuştur. Araştırma kapsamında cinsiyet ve yaş demografik değişkenleri ile akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı bir fark olmadığı, eğitim düzeyi ve akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür.

Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar Sarı (2008) tarafından çalışılmıştır. Çalışma Ankara ilinde Başkent Üniversitesi öğrencileri ile yürütülmüştür. Bu çalışmada Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeği (RAINÖ) geliştirilmiştir. Çalışma kapsamında romantik ilişkide akılcı olmayan inançlar demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet) göre incelenmiştir; kız öğrencilerin aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık alt boyutlarından yüksek puan aldıkları, erkek öğrencilerin ise farklı düşünmek ve sosyal zaman alt boyutlarından daha yüksek aldığı ortaya çıkmıştır. Çalışmanın diğer demografik değişkeni olan yaş faktöründe ise yaş arttıkça aşırı beklentiler alt boyutunda alınan puanların azaldığı görülmüştür. Çalışma kapsamında bireyin bağlanma

boyutlarının romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlara etkisi incelenmiştir. Bağlanmanın kaygı boyutunun romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları dair aşırı beklentiler, zihin okuma, farklı düşünme, fiziksel yakınlık ve cinsiyet alt boyutlarının olumlu yordayıcısı olduğu görülmektedir. Bağlanmanın kaçınma alt boyutunun ise sosyal zaman kullanımı ve fiziksel yakınlık alt boyutlarının olumlu yordayıcısı iken aşırı beklentiler ve zihin okuma alt boyutlarının olumsuz yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Bireyin bağlanma boyutlarının ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının ilişki doyumuna etkisi araştırılmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlığın ilişki doyumu olumlu yordadığı, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre ilişki doyumlarının düşük olduğu ortaya çıkmıştır.

Hamarta ve arkadaşları (2009), romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları, benlik saygısı ve stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki 601 üniversite öğrencisinin katılımı ile araştırılmıştır. Araştırma kapsamında; problem odaklı başa çıkma ile benlik saygısı arasında pozitif bir ilişki, problem odaklı başa çıkma ile akılcı olmayan inançlar arasında ise negatif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Stresle başa çıkmada kaçınma ile akılcı olmayan inançlar arasında pozitif bir ilişki, stresle başa çıkmada sosyal destek arama ile benlik saygısı arasındaki pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benlik saygısının problem odaklı başa çıkma ve sosyal destek arama yordayıcı etkisi bulunurken, akılcı olmayan inançların problem odaklı başa çıkma ve kaçınmanın önemli yordayıcısı olduğu görülmektedir.

Küçükarslan (2011), 2010-2011 yılında Mersin Üniversitesinde öğrenim gören 957 lisans öğrencisi ile yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumuna göre farklılık gösterdiği ortaya koyulmuştur.

Karabacak ve Çiftçi (2016), üniversite öğrencilerinin evliliğe ilişkin tutumları ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları arasındaki ilişki incelenmiştir. Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesinde 744 lisans öğrencisi ile yapılan araştırma sonucunda romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar ölçeğinin alt boyutları olan aşırı beklentiler, sosyal zaman kullanımı, zihin okuma ve fiziksel yakınlık ile evliliğe ilişkin tutumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Cinsiyet farklılığı ve farklı düşünmek alt boyutu ile evlilik tutumları arasında negatif yönde anlamlı ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Öcal Yüceol (2016) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu ve toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Toplumsal cinsiyet rollerinin eşitlikçi olduğunda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların azaldığı ortaya çıkmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların alt boyutlarından farklı düşünmek, fiziksel yakınlık, aşırı beklentiler ve cinsiyet farklılıklarının ilişki doyumunun yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır.

Pala Akbaba (2018), üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve mutluluk arasındaki ilişkiyi konu alan bir araştırma yapılmıştır. Antalya Akdeniz Üniversitesinin 2017-2018 yılında çeşitli fakültelerinde öğrenim gören 466 üniversite öğrencisinin katılımı ile yapılan araştırma sonucunda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların öğrencilerin mutluluk düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olduğuna ulaşılmıştır.

Aydemir (2021) geç ergenlik döneminde psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve öz yeterlilik konusunu çalışmıştır. Çalışma sonucunda romantik ilişkilerde öz yeterliliği yüksek olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu ve romantik ilişkide öz yeterliliğin cinsiyet ve algılanan gelir durumuna göre farklılık gösterdiği ortaya koyulmuştur.

Kılıçarslan (2021), genç yetişkinlerin romantik ilişkide akılcı olmayan inançları, stresle başa çıkma tarzları ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişki incelenmiştir. 18-35 yaş arası 407 genç yetişkin ile yapılan araştırma sonucunda; romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile aktif stresle başa çıkma arasında negatif, pasif stresle başa çıkma tarzında ise pozitif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile kopukluk, zedelenmiş otonomi zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik ve yüksek standartlar şemaları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulgulanmıştır.

Tosun ve Yazıcı (2021) algılanan ebeveyn ilişki tutumları ile romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançların evlilik rol beklentileri üzerinde etkisi: geleneksel mi, eşitlikçi mi konusunda 477 üniversite öğrencisinin katıldığı bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucunda evlilik rol beklentilerinin, algılanan anne baba tutumları ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar biçimleri ile ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur.

1.4.2. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Yurt Dışı Yapılan Araştırmalar

Bireylerin ilişkilerde sahip oldukları akılcı olmayan işlevsiz inançlar ilişkilerin kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Eidelson ve Epstein (1982), 47 evli çift ile yapılan çalışma sonucunda kırk madde işlevsel olmayan beş ilişki inancını içeren İlişki İnançları Envanteri geliştirilmiştir. İşlevsel olmayan beş ilişki inancı; anlaşmazlıklar yıkıcıdır, eşler kesinlikle değişmez, eşler birbirlerinin zihnini okumalıdır, eşler arasında cinsellik mükemmel olmalıdır, cinsiyet rollerinde farklılıklar vardır olarak belirlenmiştir.

Metts ve Cupach (1990), romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile problem çözme tepkileri ve ilişki doyumu arasında ilişki, romantik ilişki içerisinde olan 322 üniversite öğrencisi ile çalışılmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan düşünceler ile yıkıcı problem çözme tepkiler arasında pozitif anlamlı ilişki olduğu, anlaşmazlığın ilişkiler için yıkıcı olduğunu ve eşlerin değişmeyeceği düşüncesine sahip olan bireylerin ihmalkar ve ayrılmaya meyilli olduğu görülmektedir. Bu tepkilere sahip bireylerin ilişki doyumlarının düşük olduğu ortaya çıkmıştır.

Sullivan ve Schwebel (1995), yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerden beklentileri, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve içinde bulunulan romantik ilişkilerden aldıkları doyumu incelenmiştir. Araştırma sonucunda akranlarına göre daha az romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlara sahip olan bireylerin ilişkilerinden daha fazla doyum aldıkları ortaya çıkmıştır.

Romans ve Debord (1995) evli bireyler için romantik ilişkilerde bilişsel çarpıtmalar ölçeği geliştirilmiştir. Evliliklerinde mutsuz olan bireylerin ilişkilerinde bilişsel çarpıtmalara sahip oldukları görülmektedir. 101 evli çift ile yürütülen araştırma sonucunda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Stackert ve Bursik (2003) yapılan araştırmada bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile bağlanma boyutları ve ilişki doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. 118 üniversite öğrencisinin katılımı ile yapılan araştırma sonucunda; güvensiz (kaygılı, kaçınmacı) bağlanan bireylerin güvenli bağlanan bireylere göre daha fazla romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlara sahip olduğu görülmektedir. Romantik ilişkide akılcı olmayan inançlar cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Kadınların

uyuşmazlık boyutunda akılcı olmayan inançlara, erkeklerin ise cinsel mükemmeliyetçilik boyutunda akılcı olmayan inançlara sahip oldukları belirtilmiştir. Güvensiz bağlanma stili ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların düşük ilişki doyumunu beraberinde getirdiği ortaya çıkmıştır.

1.4.3. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmaların Karşılaştırılması

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının yurt içinde birçok çalışmaya konu olduğu görülmektedir. Ülkemizde genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde akılcı olmayan inançları ile ilgili yapılan çalışmaların örneklem grupları ve içerdiği diğer değişkenleri açısından benzerlik ve farklılıklarına yer verilecektir. Yukarıda verilen çalışmaların ışığında, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ile ilgili yapılan çalışmaların örneklemine üniversite öğrencileri oluşturmaktadır Hamamcı (2005) tarafından çalışmada evli bireyler ile yapılmış, Aydemir (2021) tarafından yapılan araştırmanın çalışma grubunu 18-24 yaş aralığındaki bireyler oluşturmaktadır. Sarı (2008) tarafından Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAİNÖ) geliştirilmiştir. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar; evlilik doyumu (Hamamcı, 2005), ilişki doyumu ve bağlanma boyutları (Sarı, 2008), benlik saygısı ve stresle başa çıkma (Hamarta, Arslan, Saygın ve Özyeşil, 2009), romantik ilişki yaşama düzeyi (Küçükarslan, 2011), evlilik tutumu (Karabacak ve Çiftçi, 2016), ilişki doyumu ve toplumsal cinsiyet (Öcal Yüceol, 2016), mutluluk düzeyi (Pala Akbaba, 2018), psikolojik iyi oluş ve öz yeterlilik (Aydemir, 2021), stresle başa çıkma ve erken dönem uyum şemalar (Kılıçarslan, 2021), evlilik rol beklentisi (Tosun ve Yazıcı, 2021) değişkenleri ile birlikte incelenmiştir. İlişki doyumu ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların birlikte incelendiği çalışmalarda romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançların aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık boyutlarının ilişki doyumunda yordayıcı rolü ortaya çıkarken, kız öğrencilerin ilişki doyumlarının daha düşük olduğu bulunmuştur (Sarı, 2008). Öcal Yüceol (2016) tarafından yapılan araştırmada romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlığa ek olarak aşırı beklentiler ve cinsiyet farklılıkları boyutlarının ilişki doyumunun bir yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır. Stresle başa çıkma ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların bir arada incelendiği çalışmalarda Hamarta ve arkadaşları (2009) stresle başa çıkmada kaçınma ile akılcı olmayan inançlar arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kılıçarslan (2021)

romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile aktif stresle başa çıkma arasında negatif ilişki, pasif stresle başa çıkma arasında ise pozitif ilişki olduğu bulunmuştur. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, sınıf düzeyi) birlikte incelenmiştir (Hamamcı, 2005; Sarı, 2008, Küçükarslan, 2011). Hamamcı (2005) cinsiyet ve yaş demografik değişkenleri ile akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı bir fark olmadığı fakat eğitim düzeyi ile akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı bir farkın olduğu ortaya koymuştur. Sarı (2008) kız öğrencilerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık alt boyutlarından, erkek öğrencilerin ise sosyal zaman ve farklı düşünmek alt boyutlarından yüksek puan aldıkları görülmüştür. Küçükarslan (2011) çalışmasında cinsiyet faktörünü ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı fark olduğu ortaya çıkmıştır.

Çalışma kapsamında romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları inceleyen beş yurt dışı araştırmaya yer verilmiştir. Eidelson ve Epstein (1982) ve Romans ve Debord (1995) tarafından yapılan çalışmaların örneklem grubunu evli çiftler oluşturmaktadır. Metts ve Cupach (1990), Sullivan ve Schwebel (1995) ve Stackert ve Bursik (2003) tarafından yapılan çalışmalar ise üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Eidelson ve Epstein (1990) çalışmasında 40 maddelik İlişki İnançları Envanteri, Romans ve Debord (1995) tarafından İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği geliştirilmiştir. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar, problem çözme tepkileri ve ilişki doyumu (Metts ve Cupach, 1990), romantik ilişki beklentileri ve ilişki doyumu (Sullivan ve Schwebel, 1995), evlilik doyumu (Romans ve Debord, 1995), bağlanma boyutları ve ilişki doyumu (Stackert ve Bursik, 2003) ile birlikte incelenmiştir. Yurt dışında yapılan çalışmalarda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumunun incelendiği açıkça görülmektedir. Söz konusu olan araştırmalarda romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ilişki doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmaktadır (Metts ve Cupach, 1990, Sullivan ve Schwebel, 1995, Stackert ve Bursik, 2003).

Yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalar karşılaştırıldığında, yapılan araştırmaların örneklemini üniversite öğrencileri ve evli bireylerin oluşturduğu görülmektedir. Geliştirilen ölçek çalışmalarının (Eidelson ve Epstein, 1982, Sarı, 2008) zihin okuma, cinsiyet farklılıkları, aşırı beklenti boyutlarında benzerlik göstermektedir. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar konusunda yer verilen yurt içi ve yurt dışı çalışmalar incelendiğinde ilişki doyumu, bağlanma boyutları değişkenleri hem yurt dışı

hem de yurt içi çalışmalarda incelenmektedir. Ülkemizde yapılmış olan araştırmalarda Sarı (2008) romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık boyutlarında ilişki doyumunu yordadığı ve kız öğrencilerin ilişki doyumlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Öcal Yüceol (2016) romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların fiziksel yakınlık, aşırı beklentiler, cinsiyet farklılıkları, farklı düşünmek boyutlarında ilişki doyumunu yordadığı görülmektedir. Yurt dışında Sullivan ve Schwebel (1995) ve Stackert ve Bursik (2003) çalışmaları ışığında romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arttıkça ilişki doyumunun azaldığı sonucu ortaya çıkmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve bağlanma boyutlarında (kaygılı, kaçınmacı) yordayıcı etkisi Sarı (2008) tarafından desteklenirken, Stackert ve Bursik (2003) tarafından yapılan araştırmada kaygılı, kaçınmacı (güvensiz) bağlanan bireylerin akılcı olmayan inançlara daha çok sahip olduğu belirlenmiştir.

1.5. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Araştırmalar

Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ile ilgili araştırmalar yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmalar olarak iki başlıkta incelenecektir.

1.5.1. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Yurt İçi Yapılan Araştırmalar

Türkiye’de anne baba tutumlarına yönelik ilk ölçek Uluğtekin (1970) ait olan Anne Baba Davranış Ölçeğidir. Bu ölçekte sevgi değişkeninde red- kabul, denetim değişkeninde ise serbestlik tanıma, kısıtlama davranışları ölçülmektedir. Kuzgun (1972) tarafından ise Anne Baba Tutum Ölçeği geliştirilmiştir. Bu ölçekte ise sevgi ve denetim boyutlarında demokratik, otoriter ve koruyucu- istekçi olmak üzere üç anne baba tutumu belirlenmiştir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999, s.71).

Çeçen (2008) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve algıladıkları anne baba tutumlarına göre yalnızlık ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri 2005 -2006 yılında Çukurova Üniversitesinde farklı fakültelerde öğrenim gören 521 öğrencinin katılımı ile incelenmiştir. Araştırma sonucunda; cinsiyet değişkenine göre yalnızlık ve sosyal destek düzeyinin anlamlı bir fark olmadığı, anne baba tutumlarına göre ise yalnızlık ve sosyal destek düzeyi arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir.

Olumlu demokratik ebeveyn tutumuna sahip bireyler kendilerini daha az yalnız hissederken, yakın çevrelerinden aldıkları sosyal düzeyin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı (2010) tarafından Türkiye’de anne baba tutumlarına ilişkin çalışmaları derlenmiş ve anne baba tutumlarının çocuklar ve gençler üzerindeki genel psikolojik etkileri araştırılmıştır. Araştırmanın örneklemini Türkiye olan herhangi ulusal ya da uluslararası bilimsel dergide yer alan otuz dört yayın oluşturmaktadır. Ebeveynlerin tutumlarını inceleyen araştırmalarda Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, Ana-Baba Tutum Ölçeği, Ana Baba Tutum Envanteri ve Ebeveyn Kabul-Red Ölçeğinin çeşitli formlarından yararlanılmıştır. Araştırmaların en çok rastlanılan bağımlı değişkenlerin benlik saygısı, kaygı, akademik başarı, bağlanma stilleri, kendini kabul ve genel psikolojik uyum olduğu görülmektedir. Araştırma sonucunda; ebeveynin aşırı koruyucu, baskıcı, otoriter olan tutumları çocuk üzerinde tutarlı olumsuz etki göstermekte iken ebeveynin demokratik, kabul edici tutumları çocuk için tutarlı olumlu etki sahibidir.

Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) Bursa ilinde yaşayan 271 yetişkin bireyin katılımı ile Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu geliştirilmiştir. Kültürümüzce desteklenen ve dilimize uyarlanan ölçek 23 madde, duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır.

Türkdoğan (2017) tarafından üniversite öğrencilerinin çocukluklarına dönük algıladıkları ebeveyn kabul- reddi ile yetişkinlikte psikolojik uyumları arasındaki ilişkide ruminasyon, affetme ve sosyal desteğin rolü incelenmiştir. Pamukkale Üniversitesi’nin farklı fakültelerinde öğrenim gören 588 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin çocukluk dönemlerine yönelik algıladıkları ebeveyn kabul reddi ile yetişkinlik dönemlerindeki psikolojik uyumlarında ruminasyon, affetme ve sosyal destek aracı olarak rol oynadığı görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin çocukluk döneminde algıladıkları anne baba kabul reddinin yetişkin dönemindeki psikolojik uyumları ile doğrudan ilişkili olduğu bulunmuştur.

Cankardaş (2019), kadın ve erkeklerde olumsuz değerlendirilme korkusunun belirlenmesinde benlik saygısı ve algılanan anne baba tutumlarının rolü araştırılmıştır. Araştırma için 230 üniversite öğrenci ile çalışılmıştır. Araştırma sonucunda ebeveyn

algılanan duygusal sıcaklık ve reddedicilik boyutları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Kadınlar ebeveynlerinin duygusal sıcaklık içeren tutumları daha sık görürken, erkekler ebeveynlerinin reddedici tutumları ile daha sık karşılaşmaktadır. Aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile yetişmiş erkeklerin olumsuz değerlendirilme korkusu yaşamalarında etki sahibi olduğu bulunmuştur. Kadınlarda ise düşük benlik saygısı olumsuz değerlendirme korkusu üzerinde etki sahibi olduğu görülmektedir.

Parlak ve Şahin Sarkın (2021) beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin algılanan ebeveyn tutumları ile yakın ilişki yaşantıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini bir vakıf üniversitesinin eğitim fakültesindeki 272 öğretmen adayını oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda reddedici anne tutumu ile reddedici baba tutumu arasında yüksek düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Reddedici anne tutumları ile yakın ilişkiler ölçeğinin kaygı alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişkisi görülmektedir. Reddedici baba tutumları ile yakın ilişkiler ölçeğinin kaygı alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki belirlenmiştir.

1.5.2. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Yurt Dışı Yapılan Araştırmalar

Perris ve arkadaşları (1980) tarafından ebeveynlerinin davranışlarını değerlendiren EMBU (Emotional Warmth, Rejection and Protection) geliştirilmiştir. Anne ve baba için ayrı cevaplanması gereken envanter 81 soru 15 alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçekler aşırı katılım, sevgi, aşırı koruma, suçluluk hissettirme ve reddetme davranışlarını kapsamaktadır. Ölçek geliştirme çalışması 152 bireyin katılımı ile gerçekleşmiştir. Ölçekte değerlendirilen her iki ebeveynin soruların yarısında benzer puanlar aldığı görülmektedir. Babalar katılık, ceza ve katılım düzeylerinden yüksek puanlar alırken, annelerin ise katılım ve sevgi düzeylerinden yüksek puanlar aldığı bulunmuştur.

Baker ve Hoerger (2012) tarafından yapılan araştırmada ebeveyn tutumları ile bireyin genç yetişkinlik döneminde öz düzenleme, sosyal duygusal uyum ve psikopatoloji düzeyi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, ebeveynin duygusal sıcaklık içeren tutumları ile öz düzenleme, akademik başarı ve kişisel uyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ebeveynlerin aşırı koruyucu ve reddedici tutumları ile öz düzenleme ve psikopatoloji yaşama durumları arasında ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ebeveynin reddedici tutumları bireyin depresyon, anksiyete ve somatizasyon düzeyi ile yakından ilişki sahibidir.

Betts ve arkadaşları (2013) 240 üniversite öğrencisinin katılımı ile yaptıkları çalışmada ebeveyn tutumlarının genç yetişkinlikte psikososyal uyumun bir yordayıcısı olup olmadığı, bağlanmanın kavramının iki değişken ile ilişkisi ve cinsiyet değişkeni ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda, ebeveyn tutumları genç yetişkinlerin psikososyal uyumunun bir yordayıcısı olarak belirlenmiştir.

Majeed ve arkadaşları (2020), üniversite öğrencilerinin oluşturduğu 1298 katılımcı ile yaptıkları araştırmada ebeveynlerin eleştirel tutumlarının öğrencilerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarına ve ruh sağlıklarına etkisi incelenmiştir. Ebeveynlerinin eleştirel tutumları genç yetişkinlerin stres düzeyleri, psikolojik iyi oluşlarında ve romantik ilişkilerinde akılcı olmayan inançlarında etki sahibidir.

1.5.3. Genç Yetişkinlerde Algılanan Ebeveyn Tutumları ile İlgili Yapılan Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmaların Karşılaştırılması

Genç yetişkinlerde algılanan ebeveyn tutumları ile ilgili yer verilen yurt içi çalışmalarda ölçek çalışmaları bulunmaktadır. Anne baba tutumlarına yönelik ilk ölçek Anne Baba Davranış Ölçeği Uluğtekin (1970) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçekte anne babanın red, kabul, serbestlik tanıma ve kısıtlama davranışları ölçülmektedir. Kuzgun (1972) yılında geliştirdiği Anne Baba Tutum Ölçeğinde ise demokratik, otoriter ve koruyucu istekçi olmak üzere üç anne baba tutumundan bahsetmektedir. Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) tarafından Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu geliştirilmiştir. Dilimize ve kültürümüze uyumluluk gösteren ölçekte duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç anne baba tutumu bulunmaktadır. Ölçekler geliştirme haricinde algılanan anne baba tutumlarının yalnızlık ve algılanan sosyal destek (Çeçen, 2008), genel psikolojik etki (Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı, 2010), psikolojik uyum, ilişkide ruminasyon, affetme ve sosyal destek (Türkdoğan, 2017), kadın erkeklerde olumsuz değerlendirme korkusu benlik saygısı (Cankardaş, 2019), yakın ilişki yaşantıları (Parlak ve Şahin Sarkın, 2021) değişkenleri ile birlikte incelendiği araştırmalara yer verilmiştir. Algılanan anne baba tutumları ile sosyal destek değişkenin birlikte incelendiği araştırmalarda olumlu demokratik ebeveyn tutumu ile yetişmiş bireylerin çevrelerinden aldıkları sosyal destek düzeyinin daha yüksek olduğu

ortaya çıkmıştır. Yer verilen araştırmaların örneklem gruplarını niversite öğrencileri oluşturmaktadır.

Çalışma kapsamında genç yetişkinlerin algıladığı anne baba tutumları ile ilgili yer verilen yurt dışı araştırmalarda Perris ve arkadaşlarının 1980 yılında geliştirdikleri EMBU leği bulunmaktadır. Algılanan anne baba tutumlarının öz düzenleme, sosyal duygusal uyum, psikopatoloji düzeyi (Baker ve Hoerger, 2012), psikososyal uyum (Betts ve arkadaşları, 2013), romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar ve ruh sağlığı (Majeed ve arkadaşları, 2020) değişkenleri ile birlikte incelemiştir. alışmalar sonucunda anne babaların reddedici tutumlarının bireyin yetişkinlik dönemindeki olumsuz etkileri açıkça görülmektedir.

Yurt içinde yurt dışında yapılan araştırmalar karşılaştırıldığında anne babaların demokratik, duygusal sıcaklık içeren tutumlarının genç yetişkinler üzerinde olumlu etkisi ön plana çıkmaktadır. Ülkemizde Türkdoğan (2017) yurt dışında ise Betts ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan araştırmalarda ebeveyn reddinin yetişkinlik döneminde psikolojik uyum üzerindeki olumsuz etkisi görülmektedir. Cinsiyet değişkeni ile yapılan araştırmalarda ise Perris ve arkadaşları (1980) babaların katılık ve ceza düzeylerinden yüksek puan, annelerin ise katılım ve sevgi düzeylerinden yüksek puan aldıklarını ortaya çıkmıştır. Cankardaş (2019) ise kadınların ebeveynlerinin duygusal sıcaklık içeren tutumlarını daha sık görürken, erkeklerin reddedici tutum ile karşılaştıklarını ifade etmiştir. Parlak ve şahin Sarkın (2021) tarafından reddedici anne ve baba tutumlarının yakın ilişkilerin kaygı boyutunda düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişkisini bulunmuştur. Majeed ve arkadaşları (2020) ise ebeveynlerin eleştirel tutumlarının genç yetişkinlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri, stres düzeyleri ve romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançları üzerinde etki sahibi olduğu açıklanmıştır.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi yer almaktadır.

2.1. Araştırmanın Modeli

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan bu çalışma nicel bir araştırmadır. Nicel araştırmalar, araştırılan konuyu geniş kitlelere ulaşılarak nicelleştirmeyi sayısal olarak ifade etmeyi amaçlamaktadır (Akarsu ve Akarsu, 2019, s.27).

Bir grubun belirli özelliklerini incelemek için veri toplanmasını amaçlayan tarama araştırması olan bu çalışma genel tarama modellerinden iki ya da daha çok sayıda değişkenin arasındaki ilişkilerin belirlemek üzere incelendiği ilişkisel tarama modeline göre yapılandırılmıştır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2018, s.15, 185).

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini 2021 yılında Ankara ili genelinde yaşayan 20-40 yaş arası genç yetişkinler oluşturmaktadır. Araştırma grubuna ise 2021 yılında Ankara ili genelinde yaşayan 20-40 yaş arası 531 genç yetişkin katılım göstermiştir.

Çalışma grubunu belirlenirken, araştırmanın temel sorusu göz önünde bulundurularak sosyoekonomik ve sosyokültürel çeşitlilik sağlanması amaçlanmıştır. Çalışma grubu belirlenmesinde amaçsal örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçsal örnekleme çalışmanın amacına bağlı olarak, bilgi açısından zengin durumların seçilerek, derin araştırma yapılmasını sağlamaktadır. Araştırma için belirli özellik ve ölçütlere sahip olan bir ya da daha fazla özel durumla çalışmak için amaçsal örnekleme yöntemi tercih edilmektedir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2018, s.92-93).

Katılımcıların veri toplama araçlarına verdikleri cevaplar elektronik ortam üzerinden alınmıştır. Araştırmanın çalışma grubunda yer alan 531 kişiye ait dağılım Tablo-1’de yer almaktadır.

Tablo 1.
Çalışma Grubu Özellikleri

		<i>N</i>	%
Cinsiyet	Kadın	402	%75.7
	Erkek	129	%24.3
	Toplam	531	
Eğitim Durumu	İlkokul	7	%1.3
	Ortaokul	4	%0.8
	Lise	48	%9.0
	Üniversite	368	%69.3
	Yüksek Lisans /	104	%19.6
	Doktora		
İlişki Durumu	İlişkisi Var	312	%58.8
	İlişkisi Yok	219	%41.2
Ebeveyn Birliktelik Durumu	Birlikte	430	%81.0
	Ayrı	102	%19.0

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri elde etmek amacıyla kullanılan veri toplama araçları; araştırmanın problemleri ile ilgili demografik bilgileri elde etmek amacıyla oluşturulan Kişisel Bilgi formu, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları için Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, algılanan ebeveyn tutumları için Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları- Çocuk Formundan oluşmaktadır.

Ölçek geliştiren araştırmacılardan gerekli izinler alınmıştır. E-posta yoluyla alınan izinler Ek 1 ve Ek 2’de yer almaktadır.

Uygulamadan önce katılımcılar araştırmacı, araştırmanın konusu ve araştırmanın süresi hakkında bilgilendirilmiştir. Her soruya eksiksiz, içtenlik ve samimiyet ile yanıt verilmesinin önemine değinilmiştir. Son olarak katılımcılardan hiçbir

kimlik belirleyicinin talep edilmeyeceği yanıtlarının sadece araştırmanın amacına uygun olarak bilimsel amaçlar için kullanılacağı bilgisi verilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından; cinsiyet, eğitim durumu, romantik ilişki durumu, ebeveyn birliktelik durumu durum gibi demografik bilgilerin elde edilmesi amacıyla Kişisel Bilgi Formu düzenlenmiştir. Kişisel Bilgi Formu Ek 5’te yer almaktadır.

2.3.2. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği / RAİNÖ

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAİNÖ) bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla Sarı (2008) tarafından geliştirilmiştir.

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, 5li likert formattan oluşmaktadır. Katılımcılar görüşlerini Hiç Katılmıyorum 1 puan, Katılmıyorum 2 puan, Kararsızım 3 puan, Katılıyorum 4 puan ve Tamamen Katılıyorum 5 puan olarak ifade etmektedir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar artış göstermektedir (Sarı, 2008, s.52). Ölçekte 1. ve 22. Maddeler tersten kodlanarak puanlamaya dahil edilmiştir. RAİNÖ; otuz madde ve bu maddelerin ait olduğu aşırı beklentiler (AB), sosyal zaman kullanımı (SZK), fiziksel yakınlık (FY), zihin okuma (ZO), cinsiyet farklılıkları (CF), farklı düşünme (FD) altı boyuttan oluşmaktadır (Sarı, 2008, s.65). Ölçekte yer alan 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29. madde aşırı beklentiler boyutunu, 16, 17, 18, 19, 20, 22. madde sosyal zaman kullanımı boyutunu, 14, 15, 30. madde fiziksel yakınlık boyutunu, 5, 6, 7, 8, 9, 10. madde zihin okuma boyutunu, 11, 12, 13. madde cinsiyet farklılıkları boyutunu, 1, 2, 3, 4. maddeleri ise farklı düşünmek boyutunu oluşturmaktadır. Ölçek maddelerine Ek 3te yer verilmektedir.

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAİNÖ) ’nün faktör tanımları ve güvenirlik katsayılarına aşağıda yer verilmiştir.

1. Aşırı Beklentiler Alt Ölçeği: Sekiz maddeden oluşmaktadır. Bu boyut, bireyin ilişkiye ve eşine yönelik gerçekçi olmayan beklentileri içerir. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı .81 olarak bulunmuştur (Sarı, 2008, s.72).
2. Sosyal Zaman Kullanımı Alt Ölçeği: Altı maddeden oluşan bu boyutta bireyin ilişkide olduğu eşinin sosyal zaman kullanımına ya da serbest zaman

etkinliklerine yönelik oluşturduğu gerçekçi olmayan beklentileri yer almaktadır. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı .78 olarak bulunmuştur (Sarı, 2008, s.72).

3. Zihin Okuma Alt Ölçeği: Altı maddeden oluşan zihin okuma alt ölçeği bireyin sözel olarak belirtmeksizin isteklerini, düşüncelerini eşinin zihin okuma yoluyla anlamasına yönelik gerçekçi olmayan beklentilerini içermektedir. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı .78 olarak bulunmuştur (Sarı, 2008, s.72).
4. Farklı Düşünme Alt Ölçeği: Dört maddeden oluşmaktadır. Bu boyutta bireyin eşi ile düşüncelerinin farklılık göstermesine olumsuz olarak değerlendiren ifadeler oluşturmaktadır. Alt boyutun güvenirlik katsayısı .69 olarak bulunmuştur (Sarı, 2008, s.73).
5. Fiziksel Yakınlık Alt Ölçeği: Üç maddeden oluşan bu boyutta bireyin ve eşinin fiziksel olarak yakınlığına ilişkin gerçekçi olmayan inançları mevcuttur. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı .53 olarak bulunmuştur (Sarı, 2008, s.73).
6. Cinsiyet Farklılıkları Alt Ölçeği: Cinsiyet farklılıklarına ilişkin gerçekçi olmayan inançlardan oluşan bu alt boyut üç maddeden oluşmaktadır. Güvenirlik katsayısı ise .53 olarak bulunmuştur (Sarı, 2008, s.73).

Ölçeğin genel toplam puanının güvenirliği için Cronbach alfa değeri .84 olarak, test tekrar test güvenirlik katsayısı ise .85 olarak hesaplanmıştır (Sarı ve Korkut Owen, 2016, s.207).

2.3.3 Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları- Çocuk Formu/ KAET-Ç

Bireyin çocukluk döneminde algıladığı anne baba tutumlarını ölçen Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu (KAET-Ç), çocukluk dönemine yönelik araştırmalarda anne baba tutumlarının bireye etkisini görebilmek amacıyla kullanılmaktadır. Türkiye’de KAET-Ç anne baba tutumlarının birey üzerindeki psikolojik etkisini konu alan araştırmalarda ve klinik çalışmalarda kullanılan geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kabul edilmektedir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.123).

Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu Perris ve arkadaşları tarafından 1980 yılında anne ve baba için ayrı cevaplanması istenen 4lü likert formatta 81 madde ve 14 alt boyut içeren bir form olarak geliştirilmiştir. Zaman içerisinde ölçek Arindel ve arkadaşları tarafından 1999 yılında 23 maddeye indirgenerek Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu adını almıştır. 23 maddeli bu kısa form üç boyuttan oluşmaktadır. Hem anne hem de baba için ölçeğin duygusal sıcaklık boyutunda 2, 6, 9, 12, 14, 19 ve 23 olmak üzere 7 madde bulunmaktadır. Ölçeğin aşırı koruyuculuk boyutunda 3, 5, 8, 10, 11, 17,18, 20 ve 22 olmak üzere 9 madde yer almaktadır. Ölçeğin reddedicilik alt boyutunda ise 1, 4, 7, 13, 15, 16 ve 21 olmak üzere 7 madde mevcuttur. 4lü likert formatında olan ölçekte Hayır, hiçbir zaman 1 puan, Evet arada sırada 2 puan, Evet sık sık 3 puan, Evet çoğu zaman 4 puan olarak değerlendirilmektedir. Ölçekte yer alan 17. madde tersten kodlanarak puanlanmıştır. Ölçek Dirik ve arkadaşları 2004 yılında Türkçeye uyarlanmış, ilk olarak öğrenci örneklemiyle pilot bir çalışmada incelenmiştir. İlerleyen yıllarda ölçeğin psikometrik özellikleri kapsamlı bir şekilde geniş bir örneklem grubuyla değerlendirilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında Ana Babaya Bağlanma Ölçeği ile ilişkisi Pearson Korelasyon analizi incelenmiş iki ölçek arasında anlamlı ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. KAET-Ç'nin alt boyutları tanımlarına ve güvenirlik katsayılarına aşağıda yer verilmiştir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124-126).

1. Duygusal Sıcaklık: 7 maddeden oluşan bu alt boyut, ebeveynlerin kabul edici, destekleyici ve değer veren tutumlarını içermektedir. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı baba için .79 anne için .75 olarak belirlenmiştir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124-126).
2. Aşırı Koruyuculuk: 9 maddeden oluşan aşırı koruyuculuk alt boyutunu ebeveynlerin çocuklarının güvenliğine karşı aşırı endişeli tutumları oluşturmaktadır. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı baba için .73 anne için .72 olarak belirlenmiştir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124-126).
3. Reddedicilik: 7 maddeden meydana gelen reddedicilik boyutunda ise ebeveynlerin çocuklarına karşı yargılayıcı, eleştirel tutumlarına karşılık gelen maddeler yer almaktadır. Bu alt boyutun güvenirlik katsayısı baba için .71 anne için 0.64 olarak belirlenmiştir (Dirik, Yorulmaz ve Karancı, 2015, s.124-126).

2.4. Verilerin Toplanması ve Verilerin Analizi

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve algıladıkları ebeveyn tutumlarını incelemek amacıyla yapılan bu araştırmanın veri toplama aşamasında öncelikle yasal ve etik izinler alınmıştır. Yasal ve etik izinler alındıktan sonra romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeği, kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları çocuk formu ve kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından, ölçeklerin yönergeleri ile birlikte Google Forms üzerinden oluşturulmuştur. Ankara ilinde yaşayan genç yetişkinlere gönüllük esas alınarak doldurtulmuştur.

Veriler Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 22 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri analizinden önce veri kontrolleri yapılmıştır. Kişisel Bilgi Formundan elde edilen veriler betimleyici istatistiklerle ortaya koyulmuştur. Veri dağılımının normalliği çarpıklık ve basıklık değerlerine göre kontrol edilmiştir. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği ve Kısaltılmış Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formundan elde edilen veriler ise araştırmanın problem, alt problemleri ve normal dağılım sınamaları göz önünde bulundurularak gerekli istatistiksel işlemler yürütülmüştür. Çalışma kapsamında araştırma soruları ve analizlere yer verilmiştir:

- 1) Araştırmanın, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumları (duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk, reddedicilik) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? ana problemi için için pearson momentler çarpımı korelasyonu kullanılmıştır.
- 2) Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları cinsiyete göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.
- 3) Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları eğitim durumlarına göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için tek yönlü varyans analizi anova testinin varsayımlarından olan normallik varsayımı karşılanamadığı için kruskal wallis testinden yararlanılmıştır.
- 4) Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ilişki durumlarına göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için bağımsız örneklem t- testi uygulanmıştır.

- 5) Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ebeveyn birliktelik durumlarına göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.
- 6) Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları cinsiyete göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır.
- 7) Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları eğitim durumlarına göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için tek yönlü varyans analizi anova testinin varsayımlarından olan normallik varsayımları karşılanamadığı için kruskal wallis testinden yararlanılmıştır.
- 8) Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ilişki durumlarına göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.
- 9) Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ebeveyn birliktelik durumlarına göre anlamlı fark göstermekte midir? sorusu için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.

Yapılan tüm istatistiksel işlemler %95 güven aralığında incelenmiştir. Bulgulara ait veriler tablolar aracılığı ile gösterilmektedir. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha Testi testi yapılmıştır. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeğinin (RAINÖ) Cronbach Alpha Katsayısı bu çalışma için 0.88 olarak bulgulanmıştır. Çalışma kapsamında Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeğinin alt boyutları ile yapılan Cronbach Alpha Testleri Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2.
RAINÖ Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cronbach Alpha Katsayısı</i>
Aşırı Beklentiler	0.785
Sosyal Zaman Kullanımı	0.842
Fiziksel Yakınlık	0.617
Zihin Okuma	0.837
Cinsiyet Farklılıkları	0.741
Farklı Düşünmek	0.684

Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu (KAET-Ç) alt boyutlarının anne ve baba için yapılan Cronbach Alpha Testleri Tablo 3 ve Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 3.
KAET-Ç Anne İçin Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cronbach Alpha Katsayısı</i>
Duygusal Sıcaklık	0.824
Aşırı Koruyuculuk	0.843
Reddedicilik	0.822

Tablo 4.
KAET-Ç Baba İçin Alt Boyutları Cronbach Alpha Katsayıları

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cronbach Alpha Katsayısı</i>
Duygusal Sıcaklık	0.854
Aşırı Koruyuculuk	0.825
Reddedicilik	0.835

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği için normallik testi yapıldığında Çarpıklık ve Basıklık değerlerine aşağıdaki tablolarda yer verilmiştir. George ve Mallery (2010) göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2 -2 arasında olması verilerin normal dağılımını göstermektedir. Tablolar incelendiğinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2 -2 arasında normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmaktadır Tablo 5, Tablo 6 ve Tablo 7'de verilere yer verilmiştir.

Tablo 5.
RAİNÖ ve Alt Boyutları Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
RAİNÖ Toplam	0.206	0.497
Aşırı Beklentiler	-0.607	0.662
Sosyal Zaman Kullanımı	1.248	0.986
Fiziksel Yakınlık	0.574	-0.506
Zihin Okuma	-0.095	-0.496
Cinsiyet Farklılıkları	-0.134	-0.771
Farklı Düşünme	0.805	0.569

Tablo 6.
KAET-Ç Anne Alt Boyutları Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
Duygusal Sıcaklık	-0.410	-0.544
Aşırı Koruyuculuk	0.466	-0.433
Reddedicilik	1.400	1.877

Tablo 7.
KAET-Ç Baba Alt Boyutları Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
Duygusal Sıcaklık	-0.239	-0.777
Aşırı Koruyuculuk	0.552	-0.285
Reddedicilik	1.521	1.989

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu çalışmada öncelikli olarak 20-40 yaş arası genç yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile Algılanan Ebeveyn Tutumları arasındaki ilişkinin araştırılması amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve algılanan ebeveyn tutumları cinsiyet, eğitim durumu, ilişki durumu, anne baba birlikteliği gibi demografik değişkenler ile birlikte incelenmiştir. Bulgular araştırmanın amacı ve alt problemlerine göre sırayla ele alınmıştır.

3.1. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile Algıladıkları Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inanç puanları ile algıladıkları ebeveyn tutumları anne ve baba (duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk, reddedicilik) arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı kullanılmıştır. Analiz sonucunda bulunan değerlerin $p < .01$ koşulunu sağlamadığı görülmektedir. Bu nedenle romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile algılanan anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçlara Tablo 8 ve Tablo 9’da yer verilmiştir.

Tablo 8.
Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (RAİNÖ) ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu (KAET-Ç) Anne Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon

		<i>RAİNÖ</i>	<i>Anne</i> <i>Duygusal</i> <i>Sıcaklık</i>	<i>Anne</i> <i>Aşırı</i> <i>Koruyuculuk</i>	<i>Anne</i> <i>Reddedicilik</i>
RAİNÖ	r	1	-0.061	0.037	0.067
	p		0.162	0.400	0.121
	n	531	531	531	531

Tablo 9.
RAİNÖ ve KAET-Ç Baba Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon

		<i>RAİNÖ</i>	<i>Baba</i> <i>Duygusal</i> <i>Sıcaklık</i>	<i>Baba Aşırı</i> <i>Koruyuculuk</i>	<i>Baba</i> <i>Reddedicilik</i>
RAİNÖ	r	1	-0.033	0.035	0.081
	p		0.447	0.415	0.062
	n	531	531	531	531

3.2. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerdeki Akılcı Olmayan İnançları ve Demografik Değişkenler ile İlgili Bulgular

Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları cinsiyet, eğitim durumu, ilişki durumu ve anne baba birliktelik durumu demografik değişkenleri ile birlikte incelenmiştir.

3.2.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

Cinsiyet değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden alınan puanların farklılaşmasını incelemek için bağımsız örneklem t- testi kullanılmıştır. Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların cinsiyet değişkenine göre sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10.
Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Cinsiyet

<i>Değişken</i>		<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	η^2
Cinsiyet	Kadın	402	82,36	16.21			
	Erkek	129	88.89	18.85	-3.85	0.00	0.027

Analiz sonuçlarına bakıldığında cinsiyet değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ($t: -3.85$, $p < 0.05$) düzeyinde anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Araştırma sonucunda erkeklerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar puan ortalamasının ($\bar{X}=88.89$) kadınların romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar puan ortalamasına ($\bar{X}=82.36$) göre daha yüksek düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Gruplar arası farkın eta kare etki büyüklüğü ($\eta^2=0.027$) değeri incelendiğinde bu farkın düşük düzeyde etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.2.2. Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular

Eğitim durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden alınan puanlar arasındaki farklılaşmayı incelemek için kruskal wallis analizi yapılmıştır. Tablo 11’de romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların eğitim durumu değişkenine göre yapılan analiz sonuçlarına yer verilmektedir.

Tablo 11.
Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Eğitim Durumu

<i>Değişken</i>	<i>N</i>	<i>Sıra</i>	<i>sd</i>	<i>x²</i>	<i>p</i>	<i>η²</i>	
<i>Ortalaması</i>							
Eğitim Durumu	İlkokul	4	296.71	4	28.74	0.00	0.057
	Ortaokul	7	372.38				
	Lise	48	368.84				
	Üniversite	368	259.71				
	Yüksek	104	234.64				
	Lisans/						
	Doktora						

Yapılan analiz sonucunda eğitim durumu ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasında $X^2(4, 531) = 0.00$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Analiz sonucunda lise mezunları ile üniversite, yüksek lisans doktora mezunları arasında lise mezunlarının lehine anlamlı fark olduğu ortaya çıkmıştır. Gruplar arası farkın eta kare etki büyüklüğü ($\eta^2=0.057$) değeri incelendiğinde bu farkın düşük düzeyde etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.2.3. İlişki Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular

İlişki durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmaya inançlar ölçeğinden alınan puanlar farklılaşmasını incelemek için bağımsız örneklem t- testi kullanılmıştır. Tablo 12’de sonuçlara yer verilmiştir.

Tablo 12.
Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve İlişki Durumu

<i>Değişken</i>		<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
İlişki Durumu	İlişkisi	312	83.77	16.4	-0.276	0.783
	Var					
İlişki Durumu	İlişkisi	219	84.19	17.69		
	Yok					

Analiz sonucunda ilişki durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden alınan puanlar ($t:-0.276$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı farklılık göstermediği bulgulanmıştır.

3.2.4. Ebeveyn Birliktelik Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular

Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden alınan puanların farklılaşmasını incelemek için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Tablo 13’te sonuçlara yer verilmiştir.

Tablo 13.
Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Ebeveyn Birliktelik Durumu

<i>Değişken</i>		<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Ebeveyn Birliktelik Durumu	Birlikte	430	84.12	17.30	0.481	0.631
	Ayrı	101	83.21	15.53		

Analiz sonucunda ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden alınan puanlar ($t:0.481$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir.

3.3. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumları ile Demografik Değişkenlerine İlişkin Bulgular

Genç yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç farklı boyutta cinsiyet, eğitim durumu, ilişki durumu ve anne baba birliktelik durumu demografik değişkenleri ile birlikte incelenmiştir.

3.3.1. Cinsiyet Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Cinsiyet değişkenine göre algılanan anne baba duygusal sıcaklık puanları arasındaki farklılaşmayı incelemek için bağımsız örneklem t- testi kullanılmıştır. Tablo 14'te yapılan analiz sonuçları yer almaktadır.

Tablo 14.
Algılanan Anne ve Baba Duygusal Sıcaklık Tutumu ve Cinsiyet

<i>Değişkenler</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Anne Duygusal Sıcaklık	Kadın	402	19.59	4.87	-0.461	0.645
	Erkek	129	19.81	4.37		
Baba Duygusal Sıcaklık	Kadın	402	18.16	5.36	0.257	0.797
	Erkek	129	18.03	4.69		

Yapılan analiz sonucunda, cinsiyete göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu ($t:-0.461$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark göstermemektedir. Cinsiyete göre algılanan baba duygusal sıcaklık tutumu ($t:0.257$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark göstermemektedir.

Cinsiyet değişkenine göre algılanan anne ve babanın aşırı koruyuculuk tutum puanlarının farklılaşması bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir. Tablo 15'te sonuçlara yer verilmiştir.

Tablo 15.
Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk Tutumu ve Cinsiyet

<i>Değişkenler</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	η^2
Anne Aşırı Koruyuculuk	Kadın	402	21.29	6.36	4.676	0.00	0.031
	Erkek	129	18.79	4.90			
Baba Aşırı Koruyuculuk	Kadın	402	19.60	6.04	2.534	0.012	0.010
	Erkek	129	18.25	4.99			

Yapılan analiz sonucunda cinsiyet değişkenine göre algılanan baba aşırı koruyucu tutum puanları arasında ($t: 2.534, p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir. Gruplar arası farkın eta kare etki büyüklüğü ($\eta^2=0.010$) değeri incelendiğinde bu farkın düşük düzeyde etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların algıladığı baba aşırı koruyucu tutum puan ortalamasının ($\bar{X}=19.60$) erkeklerin algıladığı baba aşırı koruyucu tutum puan ortalamasından ($\bar{X}=18.25$) yüksek olduğu görülmektedir. Aynı zamanda cinsiyet değişkenine göre algılanan anne aşırı koruyucu tutum puanları arasında ($t:4.676, p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir. Gruplar arası farkın eta kare etki büyüklüğü ($\eta^2=0.031$) değeri incelendiğinde bu farkın düşük düzeyde etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların algıladığı anne aşırı koruyucu tutum puan ortalaması ($\bar{X}=21.29$) erkeklerin algıladığı anne aşırı koruyucu tutum puan ortalamasından ($\bar{X}=18.79$) daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre algılanan anne baba reddedicilik tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir. Tablo 16’da sonuçlara yer verilmektedir.

Tablo 16.
Algılanan Anne Baba Reddedicilik Tutumu ve Cinsiyet

<i>Değişkenler</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>η^2</i>
Anne	Kadın	402	10.83	4.02	4.076	0.00	0.022
Reddedicilik	Erkek	129	9.53	2.81			
Baba	Kadın	402	10.34	3.96	0.237	0.812	
Reddedicilik	Erkek	129	10.25	3.46			

Yapılan analiz sonucuna göre anne reddedici tutum puanları ($t: 4.076, p<0.05$) düzeyinde cinsiyete göre anlamlı fark göstermektedir. Gruplar arası farkın eta kare etki büyüklüğü ($\eta^2=0.022$) değeri incelendiğinde bu farkın düşük düzeyde etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların algıladığı anne reddedicilik tutum puan ortalamasının ($\bar{X}=10.83$) erkeklerin algıladığı anne reddedicilik tutum puan ortalamasına ($\bar{X}=9.53$) göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Cinsiyet değişkenine göre algılanan baba reddedici tutum puanları arasında ($t:0.237, p<0.05$) düzeyinde anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

3.3.2. Eğitim Durumu Arasındaki Anlamlı Farka İlişkin Bulgular

Eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne baba duygusal sıcaklık tutum puanları arasındaki fark kruskal wallis testi ile incelenmiştir Tablo 17’de sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 17.
Algılanan Anne Baba Duygusal Sıcaklık ve Eğitim Durumu

<i>Değişken</i>	<i>Eğitim Durumu</i>	<i>N</i>	<i>Sıra Ortalaması</i>	<i>sd</i>	<i>x²</i>	<i>P</i>
Anne Duygusal Sıcaklık	İlkokul	7	87.21	4	14.35	0.006
	Ortaokul	4	162.38			
	Lise	48	236.77			
	Üniversite	368	270.21			
	Yüksek	104	280.60			
	Lisans/ Doktora					
Baba Duygusal Sıcaklık	İlkokul	7	127.93	4	8.314	0.081
	Ortaokul	4	208.38			
	Lise	48	261.05			
	Üniversite	368	263.97			
	Yüksek	104	286.96			
	Lisans/ Doktora					

Yapılan analiz sonucunda eğitim durumu değişkenine göre algılanan baba duygusal sıcaklık tutumu arasında $X^2(4, 531) = 8.314$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı fark görülmemektedir. Eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutum arasında $X^2(4, 531) = 14.35$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Analiz sonucunda mezuniyeti lise, lisans ve lisansüstü olan bireylerin ilkökul mezunu bireylere göre algılanan anne duygusal sıcaklık puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne baba aşırı koruyuculuk tutum puanları arasındaki fark kruskal wallis testi ile incelenmiştir. Tablo 18’de sonuçlara yer verilmiştir

Tablo 18.
Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk ve Eğitim Durumu

<i>Değişken</i>	<i>Eğitim Durumu</i>	<i>N</i>	<i>Sıra Ortalaması</i>	<i>sd</i>	<i>x²</i>	<i>p</i>
Anne Aşırı Koruyuculuk	İlkokul	7	332.79	4	3.129	0.536
	Ortaokul	4	314.00			
	Lise	48	289.90			
	Üniversite	368	261.83			
	Yüksek Lisans/ Doktora	104	263.67			
Baba Aşırı Koruyuculuk	İlkokul	7	345.43	4	6.360	0.174
	Ortaokul	4	239.63			
	Lise	48	302.90			
	Üniversite	368	265.28			
	Yüksek Lisans/ Doktora	104	247.20			

Yapılan analiz sonucunda eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne aşırı korumacı tutum $X^2(4, 531) = 3.129$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık göstermemektedir. Eğitim durumu değişkenine göre algılanan baba aşırı koruyucu tutum $X^2(4, 531) = 6.360$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı fark göstermediği bulunmuştur.

Eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne baba reddedicilik tutum puanları arasındaki fark kruskal wallis testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 19’da yer almaktadır.

Tablo 19.
Algılanan Anne Baba Reddedici Tutum ve Eğitim Durumu

<i>Değişken</i>	<i>Eğitim Durumu</i>	<i>N</i>	<i>Sıra Ortalaması</i>	<i>sd</i>	<i>x²</i>	<i>p</i>
Anne Reddedicilik	İlkokul	7	369.71	4	7.287	0.121
	Ortaokul	4	361.25			
	Lise	48	287.05			
	Üniversite	368	265.42			
	Yüksek	104	247.71			
	Lisans/ Doktora					
Baba Reddedicilik	İlkokul	7	319.50	4	5.417	0.247
	Ortaokul	4	292.38			
	Lise	48	286.15			
	Üniversite	368	269.73			
	Yüksek	104	238.88			
	Lisans/ Doktora					

Yapılan analiz sonucunda eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne reddedici tutum $X^2(4,531) = 7.287$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık göstermemektedir. Eğitim durumu değişkenine göre algılanan baba reddedici tutum arasında $X^2(4,531) = 5.417$, $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmemektedir.

3.3.3. İlişki Durumu Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

İlişki durumu değişkenine göre algılanan anne baba duygusal sıcaklık tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t- testi ile incelenmiştir. Sonuçlara Tablo 20’de yer verilmiştir.

Tablo 20.
Algılanan Anne Baba Duygusal Sıcaklık Tutumu ve İlişki Durumu

<i>Değişkenler</i>	<i>İlişki</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Durumu						
Anne Duygusal Sıcaklık	İlişkisi	312	19.77	4.68	0.769	0.443
	Var					
	İlişkisi	219	19.45	4.85		
	Yok					
Baba Duygusal Sıcaklık	İlişkisi	312	18.29	5.33	0.869	0.385
	Var					
	İlişkisi	219	17.89	5.00		
	Yok					

Yapılan analiz sonucunda ilişki durumu değişkenine göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu arasında ($t:0.769$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmemektedir. İlişki durumu değişkenine göre algılanan baba duygusal sıcaklık tutumu arasında ($t:0.86$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark bulunmamaktadır.

İlişki durumu değişkenine göre algılanan anne baba aşırı koruyuculuk tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t- testi ile incelenmiştir. Sonuçlara Tablo 21’de yer verilmiştir.

Tablo 21.
Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk Tutumu ve İlişki Durumu

<i>Değişkenler</i>	<i>İlişki</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Durumu						
Anne Aşırı Koruyuculuk	İlişkisi	312	21.07	6.19	1.735	0.083
	Var					
	İlişkisi	209	20.13	6.09		
	Yok					
Baba Aşırı Koruyuculuk	İlişkisi	312	19.68	5.92	1.909	0.057
	Var					
	İlişkisi	209	18.70	5.65		
	Yok					

Yapılan analiz sonucunda ilişki durumuna değişkenine göre algılanan anne aşırı koruyucu tutum arasında ($t:1.735$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark bulunmamaktadır. İlişki durumu değişkenine göre algılanan baba aşırı koruyucu tutum arasında ($t:1.909$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı bir fark olduğu görülmemektedir.

İlişki durumu değişkenine göre algılanan anne baba reddedicilik tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 22’de yer almaktadır.

Tablo 22.
Algılanan Anne Baba Reddedici Tutumu ve İlişki Durumu

<i>Değişkenler</i>	<i>İlişki Durumu</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Anne Reddedicilik	İlişkisi	312	10.45	3.89	-0.490	0.625
	Var					
	İlişkisi	209	10.61	3.68	0.100	0.921
	Yok					
Baba Reddedicilik	İlişkisi	312	10.33	4.05	0.100	0.921
	Var					
	İlişkisi	209	10.30	3.52	0.100	0.921
	Yok					

Yapılan analiz sonucunda ilişki durumu değişkenine göre algılanan anne reddedici tutumu arasında ($t:-0.490$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmemektedir. İlişki durumu değişkenine göre algılanan baba reddedici tutum arasında ($t: 0.100$, $p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark bulunmamaktadır.

3.3.4. Ebeveyn Birliktelik Durumu Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne baba duygusal sıcaklık tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir. Tablo 23’te sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 23.
Algılanan Anne Baba Duygusal Sıcaklık Tutumu ve Ebeveyn Birliktelik Durumu

<i>Değişkenler</i>	<i>Ebeveyn</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>η^2</i>
	<i>Birliktelik</i>						
	<i>Durumu</i>						
Anne Duygusal Sıcaklık	Birlikte	430	19.72	4.82	0.796	0.426	
	Ayrı	101	19.30	4.42			
Baba Duygusal Sıcaklık	Birlikte	430	18.46	5.14	3.074	0.02	0.018
	Ayrı	101	16.71	5.23			

Yapılan analiz sonucunda algılanan baba duygusal sıcaklık tutum puanı ebeveyn birliktelik durumuna göre ($t: 3.074, p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark göstermektedir. Gruplar arası farkın eta kare etki büyüklüğü ($\eta^2=0.018$) değeri incelendiğinde bu farkın düşük düzeyde etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ebeveynleri birlikte olan bireylerin algıladığı baba duygusal sıcaklık puan ortalamasının ($\bar{X}=18.46$) ebeveynleri ayrı olan bireylerin algıladığı baba duygusal sıcaklık puan ortalamasına ($\bar{X}=16.71$) göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu arasında ($t: 0.796, p<0.05$) düzeyinde anlamlı bir fark görülmemektedir.

Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne baba aşırı koruyuculuk tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir. Sonuçlara Tablo 24'te yer verilmiştir.

Tablo 24.
Algılanan Anne Baba Aşırı Koruyuculuk Tutumu ve Ebeveyn Birliktelik Durumu

<i>Değişkenler</i>	<i>Ebeveyn</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>Birliktelik</i>					
	<i>Durumu</i>					
Anne Aşırı Koruyuculuk	Birlikte	430	20.74	5.78	0.495	0.621
	Ayrı	101	20.43	6.07		
Baba Aşırı Koruyuculuk	Birlikte	430	19.33	6.15	0.458	0.647
	Ayrı	101	19.01	6.08		

Yapılan analiz sonucu ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne aşırı koruyuculuk tutum puanları arasında ($t: 0.495, p<0.05$) düzeyinde anlamlı farklılık görülmemektedir Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan baba aşırı koruyuculuk tutum puanları arasında ($t:0.458, p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark bulunmamaktadır.

Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne baba reddedicilik tutum puanları arasındaki farklılaşma bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir. Tablo 25'te sonuçlara yer verilmiştir.

Tablo 25.
Algılanan Anne Baba Reddedicilik Tutumu ve Ebeveyn Birliktelik Durumu

<i>Değişkenler</i>	<i>Ebeveyn Birliktelik Durumu</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>ss</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Anne	Birlikte	430	10.55	3.72	0.421	0.674
Reddedicilik	Ayrı	101	10.37	4.14		
Baba	Birlikte	430	10.29	3.88	-0.376	0.707
Reddedicilik	Ayrı	101	10.45	3.67		

Yapılan analiz sonucunda ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne reddedicilik tutum puanları arasında ($t:0.421, p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark görülmemektedir. Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan baba reddedicilik tutum puanları arasında ($t:-0.376, p<0.05$) düzeyinde anlamlı fark bulunmamaktadır.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının incelenmesini konu alan araştırmanın ana problemi ve alt problemlerine ilişkin bulguların sonuçları ilgili alanyazın ışığında benzerlik ve farklılıklarından yola çıkılarak tartışılmış ve yorumlanmıştır. Ana problem ve alt problemler önceki bölümlerde verilen sıraya göre yer almaktadır.

4.1. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerinde Akılcı Olmayan İnançları ile Algılanan Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkiye Yönelik Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışma kapsamında yer alan Tablo 8 ve Tablo 9 incelendiğinde, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ile algılanan ebeveyn tutumları (duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışma kapsamında romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile algılanan anne baba tutumları arasında anlamlı ilişki olmama nedeni çalışmanın sınırlıkları olarak gösterilebilir.

Alanyazın incelendiğinde bu araştırma bulgusundan farklı olarak bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin varlığını destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Bowlby (1982) bireyin çocukluk yıllarında ebeveynleri ile etkileşimi, kişilik gelişiminin ve diğer insanlarla kuracağı ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır. Grieger ve Boyd (2006) çocukların sahip olduğu akılcı olmayan düşüncelerin problemli ebeveyn tutumlarından kaynaklı olduğunu savunmaktadır. Ailedeki etkileşimsel süreç genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki iletişim becerilerini ve kurdukları ilişkilerin kalitesini etkilemektedir. Değerlendirmeler sonucunda, ebeveynleri tarafından ilgi ve sevgi gören çocukların gençlik dönemi romantik ilişkilerinde eşlerine karşı sıcak, destekleyen, daha az düşmanca tavırlar edinen bir tutuma sahip oldukları görülmektedir. Genç yetişkinlerin olumlu tutumları ilişkilerinin kalitesini etkilemekte iken, ebeveyn tutumları ve ilişki kalitesi arasında aracı rol üstlenmektedir (Conger, Cui, Bryant ve Elder, 2000, s.224). Kaplan (2021) tarafından yapılan çalışmada algılanan ebeveyn reddedici ve aşırı koruyucu tutumlarının ilişkilerdeki bilişsel çarpıtmaların, sosyal düşünce ve inançların artması ile ilişkili iken,

algılanan duygusal sıcaklık tutumunun ise bilişsel çarpıtma, sosyal düşünce ve inançların azalması ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazın incelendiğinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ebeveynlerin kaygılı tutumu arasında negatif yönlü ilişkisinin olduğu görülmekte iken araştırma bulgusuna paralel olarak ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumları ile akılcı olmayan ilişki inançları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır (Sardoğan, 2014).

4.2. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının Cinsiyete Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Çalışma kapsamında yer alan Tablo 10 incelendiğinde, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark göstermektedir. Bu bulguya göre, erkek genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının toplam puan ortalamasının, kadın genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde bu konuda yapılan çalışmalarda çeşitlilik mevcuttur. Araştırma bulgusundan farklı olarak cinsiyet değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların farklılaşmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar bulunmaktadır. Hamamcı (2005) tarafından işlevsel olmayan ilişki inançları ile cinsiyet arasında anlamlı fark bulunmadığı bulgulanmıştır. Sardoğan (2014) tarafından yapılan araştırmada cinsiyet değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların farklılaşmadığı görülmektedir.

Araştırma bulgusuna paralel sonuçlar elde eden araştırmalar literatürde yer almaktadır. Sarı (2008) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada kız öğrencilerin aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık alt boyutlarından erkek öğrencilere göre daha yüksek; sosyal zaman ve farklı düşünmek alt ölçeklerinden daha düşük puan aldıkları bulunmuştur. Küçükarslan (2011) tarafından yapılan araştırmada erkek öğrencilerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Gizir (2013) tarafından cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin romantik ilişki inançlarının farklılık gösterdiği, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre akılcı olmayan ilişki inançlarına daha yüksek düzeyde sahip olduğu bulunmuştur. Küçükarslan ve Gizir (2014) üniversite öğrencilerinin sahip olduğu romantik ilişkilere

yönelik inançların cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Çalışma kapsamında yer alan *aşk bir yolun bulur* inancına erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek düzeyde sahip olduğu bulunmuştur. Pala Akbaba (2018) tarafınca yapılan araştırmada romantik ilişkide akılcı olmayan inançların cinsiyete göre farklılık gösterdiği kız öğrencilerin aşırı beklentiler, fiziksel yakınlık ve zihin okuma boyutlarından erkek öğrencilere göre daha yüksek puan aldıkları, erkek öğrencilerin ise sosyal zaman alt boyutundan kız öğrencilere göre daha yüksek puan aldıkları görülmektedir.

Yapılan araştırmaların ışığında romantik ilişkilerde erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde akılcı olmayan ilişki inançlarına sahip olduğu görülmektedir (Fokkert ve van Kooten, 2009; Küçükarslan, 2011; Sharp ve Ganong, 2000; Sprecher ve Metts, 1999; Gizir, 2013, s.380). Araştırmanın bulguları literatür ile paralellik göstermektedir. Romantik ilişkilerde kadınlar daha yüksek beklentilere sahip iken, erkeklerin romantik ilişkilerde daha yüksek düzeyde akılcı olmayan inançlara sahip olmasının sebebi olarak ilişkide yaşanan problemler karşısında erkeklerin kaçınmacı tavırlar göstermeleri ve kadınlara kıyasla ilişkiler hakkında daha az paylaşımda bulunuyor olmaları gösterilebilir.

4.3. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının Eğitim Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışma kapsamında Tablo 11 incelendiğinde, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların eğitim durumu değişkenine göre anlamlı fark gösterdiği ortaya konulmuştur. Bu bulguya göre, lise mezunu katılımcıların romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Eğitim seviyesi azaldıkça romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar artış göstermektedir. Araştırma sonucuna benzer bulgular elde araştırmalar literatürde yer almaktadır. Montgomery (2005) tarafından yapılan araştırmada eğitim durumu değişkeni ortaokul lise ve üniversite düzeyinde incelenmiştir. Ortaokul mezunlarının romantik ilişki inançlarından *aşk bir yolunu bulur* inancını lise mezunlarına göre daha yüksek düzeyde taşıdıkları ortaya çıkmıştır. Üniversite mezunlarının eşlerini *idealleştirme* inançlarının ortaokul ve lise mezunlarına göre daha düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Montgomery (2005), araştırma sonucu ile bu araştırma sonucu benzerlik göstermektedir. Genç yetişkin bireylerin lisans ve lisansüstü eğitimlerinde yaşam deneyimlerinin

artmasına paralel olarak romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarının azaldığı yorumu yapılabilir. Murat (2019) tarafından romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar eğitim durumu değişkenine göre lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde incelenmiştir. Mevcut çalışma ışığında eğitim durumu üniversite olan bireylerin İlişki İnançları Ölçeğinin *romantik idealizm* alt boyutuna pozitif etkisi ortaya koyulmuştur. Eğitim durumu yüksek lisans ve doktora olan bireylerin İlişki İnançlar Ölçeğinin *birbirimizin zihnini okumayabilmeliyiz* alt boyutuna pozitif yönde anlamlı etkisi görülmektedir.

Araştırma sonucundan farklı sonuçlar ortaya çıkaran araştırmalar literatürde mevcuttur. Aydemir (2020) tarafından yapılan araştırmada eğitim durumu lise öğrencisi, lise mezunu, üniversite öğrencisi, üniversite mezunu, lisansüstü olarak incelenmiş. Araştırma sonucunda eğitim durumuna göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

Bu araştırma genç yetişkinler ile yapılmıştır sadece üniversite öğrencileri ile sınırlı tutulmamıştır. Araştırmaya farklı eğitim düzeyinde olan katılımcılar dahil edilmiştir. Fakat literatür incelediğinde ülkemizde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ilgili araştırmaların üniversite öğrencileri ile yapıldığı görülmektedir (Gizir, 2013; Karabacak ve Çiftçi, 2016; Küçükarslan, 2011; Öcal Yüceol, 2016; Pala Akbaba, 2018; Sardoğan, 2014; Sarı, 2008). Bu araştırmalarda romantik ilişki inançlarını üniversite sınıf düzeyi değişkenine göre incelenmiştir. Eğitim durumu değişkeni göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların incelendiği çalışmaların alanyazında kısıtlı olduğu düşünülmektedir.

4.4. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının İlişki Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışma kapsamında Tablo 12 incelendiğinde ilişki durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların anlamlı olarak farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırma bulgusuna göre, ilişkisi olan bireylerin ve ilişkisi olmayan bireylerin romantik ilişkide akılcı olmayan inançlar ölçeğinden aldığı puanların birbirlerine yakın puanlar olduğu düşünülebilir.

Bu araştırma sonucuna paralel olarak Turan (2010) ilişki yaşama durumunun ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtmaları yordamada önemli bir faktör olmadığı ortaya

koyulmuştur. Araştırma ilişkilerin önem kazandığı genç yetişkinlik dönemini hedef almaktadır. Araştırma kapsamında katılımcıların çoğunluğunun bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Bireylerin romantik ilişki yaşamalarında benlik saygısı (Büyükşahin, 2002), yalnızlık (Eldeklioğlu, 2008), kişilik gelişimi ve kişilerarası iletişim becerileri gibi faktörlerin etkili olduğu görülmektedir (Turan, 2010, s.75).

Bu araştırma sonucundan farklı olarak romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ilişki durumu değişkenine göre farklılaştığı sonucuna ulaşan araştırmalar bulunmaktadır. Alanyazın incelendiğinde, Küçükarslan (2011) çalışmasında romantik ilişkide akılcı olmayan inançların bireylerin romantik ilişki yaşama durumlarına göre farklılaştığı, romantik ilişki yaşayan bireylerin yaşamayan bireylere göre daha fazla akılcı olmayan inançlara sahip olduğu görülmüştür. Benzer olarak Gizir (2013) tarafından yapılan araştırmada güncelde romantik ilişki yaşayan bireylerin romantik ilişki yaşamayan bireylere göre daha fazla akılcı olmayan inançlara sahip olduğunu belirtmektedir. Utkan (2016) tarafından güncel olarak romantik ilişkisi olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin güncelde ilişkisi olmayan öğrencilere göre işlevsel olmayan ilişki inançlarına daha fazla sahip oldukları bulgulanmıştır. Pala Akbaba (2018) çalışmasında ilişkisi olmayan katılımcıların romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinin fiziksel yakınlık ve farklı düşünmek boyutlarında puanlarının ilişkisi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu öne sürmektedir. Kılıçarslan (2021) tarafından yapılan araştırmada ilişki durumu değişkeni ilişkisi var, ilişkisi yok ve evli olarak incelenmiştir. Yapılan çalışmada evli bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının diğer gruplara daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.5. Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarının Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan bu çalışmada Tablo 13 incelendiğinde ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulguya göre, ebevenyleri birlikte olan, ebeveynleri ayrı olan bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ölçeğinden aldıkları puanların birbirlerine yakın puanlar olduğu görülmektedir. Alanyazın taraması yapıldığında ülkemizde anne babanın birliktelik durumu değişkenine göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların birlikte incelendiği kaynakların sınırlı olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın bulgularına paralel olarak, Amato (1998), ebeveynleri ayrı olan bireylerin ebeveynleri birlikte olan bireylere göre romantik ilişkilerinde daha az idealize ve romantize edilmiş düşüncelere sahip olduğunu belirtmiştir. Sprecher, Cate ve Levin (1998) tarafından yapılan çalışmada ebeveynlerin ayrı olma durumunun çocukların ilerleyen ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde geliştirecekleri romantik ilişki inançlarını olumsuz etkileyen bir değişken olmadığı bulunmuştur. Edmussen (2005) tarafından yapılan çalışmada ebeveynleri birliktelik durumuna (birlikte, ayrı) göre bireylerin ilişkilerinde akılcı olmayan inançlarının anlamlı farklılık göstermediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Cinsiyete Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlaması

Bu çalışmada algılanan ebeveyn tutumları anne ve baba tutumu ayrı olarak üç başlık altında duygusal sıcaklık tutum, aşırı koruyucu tutum ve reddedici tutum olarak incelenmiştir. Bu araştırma kapsamında cinsiyet değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumları arasındaki farklılaşmaya dair sonuçlar aşağıda yer almaktadır.

Duygusal Sıcaklık: Bu çalışmada yer alan Tablo 14 incelendiğinde, cinsiyete göre anne ve baba duygusal sıcaklık tutumları anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu bulguya göre kadınların ve erkeklerin algıladıkları anne baba duygusal sıcaklık tutum puanlarının birbirlerine yakın puanlar olduğu görülmektedir. Araştırma sonucu, Türk aile yapısında yaşanan zorlayıcı durumlar dışında hem kız çocuğunun hem de erkek çocuğunun anne ve baba duygusal sıcaklık tutumunu deneyimledikleri düşüncesi ile paralellik göstermektedir.

Aşırı Koruyuculuk: Bu çalışmada yer alan Tablo 15 incelendiğinde, cinsiyete göre anne ve baba aşırı koruyuculuk tutumları anlamlı fark göstermektedir. Araştırma sonucunda kadınların algıladığı aşırı koruyucu tutumun erkeklerin algıladığı aşırı koruyucu tutuma göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Kadın ve erkeklerin algıladıkları aşırı koruyucu ebeveyn tutumları toplumsal cinsiyet ile açıklanabilir. Araştırma sonucu ülkemizin kültürel ve aile yapısı ile paralellik gösterdiği düşünülmektedir.

Reddedicilik: Bu çalışmada yer alan Tablo 16 incelendiğinde, cinsiyete göre anne reddedici tutumunun anlamlı farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır. Kadınların

algıladığı anne reddedici tutumunun erkeklerin algıladığı anne reddedici tutumuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç annelerin kız çocuklarına karşı daha eleştirel tutuma sahip olmaları ile açıklanabileceği düşünülmektedir. Baba reddedici tutumları ise cinsiyete göre anlamlı fark göstermemektedir. Algılanan baba reddedici tutumları ülkemizde cinsiyetten ziyade anne babanın ayrı olma durumlarından etkilendiği düşünülmektedir.

Alanyazında cinsiyet değişkenine göre algılanan anne baba tutumlarının incelendiği araştırmaların farklı sonuçlara ulaştığı görülmektedir. Stephens (2009) tarafından yapılan araştırma cinsiyete göre anne baba tutumlarının farklılık gösterdiğini, bu bağlamda kadınların anne babalarının aşırı koruyucu tutumlarını erkeklerden daha fazla deneyimlediklerini ortaya çıkarmıştır. Cankardaş (2019) yaptığı çalışmada kadınların algıladığı ebeveyn duygusal sıcaklık tutumunun erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu, erkeklerin ise kadınlara göre daha fazla ebeveyn reddedici tutumlarını algıladıklarını açıklamaktadır. Uçar (2019) çalışmasında kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde ebeveyn reddedici ve aşırı korumacı tutumları algıladıklarını öne sürmektedir. Kaplan (2021) kadınların algıladığı aşırı koruyucu tutumun erkeklerin algıladığı aşırı koruyucu tutuma göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Akkaya (2021) tarafından yapılan çalışmada algılanan aşırı koruyucu tutumun cinsiyete göre farklılık gösterdiği, kadınların erkeklere göre ebeveynlerini daha yüksek düzeyde aşırı korumacı olarak algıladığı ortaya çıkmıştır. Brody (1999) göre ebeveynler çocuklarının cinsiyetlerine göre kendi tutum ve davranışlarını değiştirmektedir (Cankardaş, 2019, s.91).

4.7. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Eğitim Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırma kapsamında eğitim durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumları arasındaki farklılaşma aşağıda yer almaktadır.

Duygusal Sıcaklık: Araştırmada yer alan Tablo 17 incelendiğinde, eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Mezuniyeti lise, lisans ve lisansüstü olan bireylerin algıladıkları anne duygusal sıcaklık tutum puanlarının ilkökul mezunu bireylere göre yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Baba duygusal sıcaklık ise eğitim durumu değişkenine göre

anlamli olarak farklılaşmamaktadır. Mezuniyeti ilkokul, ortaokul, lise, lisans ve lisansüstü olan bireylerin algıladıkları baba duygusal sıcaklık puan ortalamalarının birbirlerine yakın olduğu bulunmuştur.

Aşırı Koruyuculuk: Araştırmada yer alan Tablo 18 incelendiğinde, eğitim durumu değişkenine göre anne ve baba aşırı koruyucu tutumları arasında anlamlı farklılaşma görülmemektedir. Genç yetişkinlerin eğitim düzeylerine göre algıladıkları anne baba aşırı koruyucu tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu görülmektedir.

Reddedicilik: Araştırmada yer alan Tablo 19 incelendiğinde, eğitim durumu değişkenine göre anne ve baba reddedici tutumları anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Bu bulguya göre, genç yetişkinlerin eğitim düzeylerine göre algıladıkları anne baba aşırı koruyucu tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu ortaya çıkmıştır.

Alanyazın incelendiğinde, bireyin eğitim durumu değişkenine göre algıladığı ebeveyn tutumlarını konu alan çalışmaların sayısı sınırlı olduğu görülmektedir. Bu araştırmanın örneklemini genç yetişkinlerden oluşmakta iken araştırmadan farklı olarak, Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı (2010) göre ülkemizde ebeveyn tutumlarının konu alan çoğu araştırmanın örneklemini ergenler ve üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Bu noktada bireyin eğitim durumu değişkeni ile algıladıkları ebeveyn tutumlarının birlikte incelenmesini sınırlamaktadır. Bu araştırmada bireyin kendi eğitim düzeyi ve algıladığı anne baba tutumu birlikte incelenmekte iken farklı olarak, literatürde anne babanın eğitim seviyesi ile anne baba tutumlarının birlikte araştırıldığı çalışmalar mevcuttur. Aydoğdu ve Dilekmen (2016) tarafından yapılan araştırmada ebeveynlerin eğitim durumları ve tutumları arasındaki fark incelenmiştir. Araştırma sonucunda ebeveyn eğitim durumu değişkeninin ebeveyn tutumları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Ebeveynin öğrenim seviyesi yükseldikçe aşırı koruyucu tutumlarının da arttığı bulunmuştur.

Bu araştırma bulgusuna paralel olarak, Akkaya (2021) tarafından yapılan araştırmada algılanan anne baba tutumlarının eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği gözlemlenmiştir. Üniversite mezunu bireylerin algıladığı baba duygusal sıcaklık tutum puanlarının lise mezunu bireylere daha yüksek düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Bu araştırma sonucunda bireylerin eğitim seviyesi yükseldikçe algıladıkları anne duygusal sıcaklık tutum puanlarının da arttığı görülmüştür.

4.8. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının İlişki Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırma kapsamında, ilişki durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumlarının farklılaşmasına ilişkin sonuçlar aşağıda yer almaktadır.

Duygusal Sıcaklık: Araştırmada yer alan Tablo 20 incelendiğinde, ilişki durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn duygusal sıcaklık tutumu arasında anlamlı farklılaşma görülmemektedir. Bu bulguya göre, ilişkisi olan ve ilişkisi olmayan genç yetişkinlerin algıladığı ebeveyn duygusal sıcaklık tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu görülmektedir. Fakat ebeveynlerinin duygusal sıcaklık tutumlarını deneyimleyen genç yetişkinlerin ilişkilerinde aynı tutumu göstermesi, anne ve babasını rol model alması, ilişki kurmaya karşı daha açık olması beklenebilir.

Aşırı Koruyuculuk: Araştırmada yer alan Tablo 21 incelendiğinde, ilişki durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn aşırı koruyucu tutumu arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Bu bulguya göre, ilişkisi olan ve ilişkisi olmayan genç yetişkinlerin algıladığı ebeveyn aşırı koruyuculuk tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu görülmektedir. Aşırı koruyucu tutuma sahip anne babaların endişeli ve kısıtlayıcı davranışlarının genç yetişkinlerin bir ilişkiye sahip olmalarını değil ilişki içerisinde eşlerine karşı tutum ve davranışlarını etkiliyor olabileceği düşünülmektedir. Aşırı koruyucu tutum ile büyümüş bir genç yetişkin eşine karşı aşırı beklentilere sahip olabilir ya da eşine karşı kısıtlayıcı bir tavır içinde olabilir.

Reddedicilik: Anne baba reddedici tutumu deneyimleyen genç yetişkinlerin bir ilişki içerisinde olmaya karşı olumsuz bir tutum içinde olabilecekleri düşünülmektedir fakat araştırmada yer alan Tablo 22 incelendiğinde, ilişki durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn reddedici tutum arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu bulguya göre, ilişkisi olan ve ilişkisi olmayan genç yetişkinlerin algıladığı ebeveyn reddedici tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu görülmüştür. Bu bulgu, ebeveyn reddedici tutumunun ilişki durumunda dolaylı olarak etki sahibi olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Alanyazında araştırma sonucuna paralel sonuçlar elde eden çalışmalar mevcuttur. Kaplan (2021) tarafından yapılan araştırmada medeni durum değişkenine göre

algılanan ebeveyn tutumları (duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik) arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Akkaya (2021) bireyin medeni durumuna göre algıladığı ebeveyn tutumunda bir farklılaşma olmadığını açıklamaktadır. Bireyin romantik bir ilişkisinin olması ve ya olmaması durumuna göre algıladığı anne baba tutumları arasında herhangi bir farklılaşma görülmemektedir. Araştırma sonucunun ilgili literatür ile paralellik gösterdiği ortaya çıkmıştır (Kıray, 2018; Saral, 2018; Soyyiğit, 2019; Akkaya, 2021).

4.9. Genç Yetişkinlerin Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre Elde Edilen Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırmanın son alt problemi olan ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumlarının farklılaşmasına ilişkin sonuçlara aşağıda yer verilmiştir.

Duygusal Sıcaklık: Araştırmada yer alan Tablo 23 incelendiğinde, ebeveyn birliktelik durumuna göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Ebeveynleri birlikte ya da ayrı olan genç yetişkinlerin algıladığı anne duygusal sıcaklık tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu görülmektedir. Bu sonuç ülkemizde boşanmaların ardından çocukların velayetlerinin anneye verilmesi durumu ve ülkemizdeki toplumsal cinsiyet rolleri ile açıklanabilmektedir. Annelerin daha sevecen sıcak olması ülkemizde anneden beklenen roller arasında iken, babalar çocuklarına karşı annelere göre daha mesafelidir. Ebeveyn birliktelik durumuna göre algılanan baba duygusal sıcaklık tutum puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Araştırma sonucunda ebeveynleri birlikte olan bireylerin algıladıkları baba duygusal sıcaklık tutum puanlarının ebeveynleri ayrı olan bireylere göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Aşırı Koruyuculuk: Araştırmada yer alan Tablo 24 incelendiğinde, ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn aşırı koruyuculuk tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Ebeveynleri birlikte ve ayrı olan genç yetişkinlerin algıladığı ebeveyn aşırı koruyucu tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu bulunmuştur. Aşırı koruyucu tutumun Türkiye’de yaygın olduğu görülmektedir (Kağıtçıbaşı, 2005; akt, Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı, 2010, s.56). Anne ve babalar tarafından iyi ebeveynlik olarak görülen aşırı koruyucu tutumun birlikte ya da ayrı ebeveynler için değişim göstermediği düşünülmektedir.

Reddedicilik: Araştırmada yer alan Tablo 25 incelendiğinde, ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn reddedicilik tutumu arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Ebeveynleri birlikte ve ayrı olan genç yetişkinlerin algıladığı ebeveyn reddedicilik tutum puanlarının birbirlerine yakın olduğu görölmektedir. Günümüzde anne ve babaların çocuklarının ihtiyaçlarını karşılama konusunda eskiye göre bilinçli oldukları düşünölmektedir. Ayrılma durumlarında her iki ebeveyn de destek almakta çok kolay bir şekilde rehberlik hizmetlerine erişebilmektedir. Bu nedenle çocuklar ve gençler ayrılma durumlarında anne babanın reddedici tutumlarını deneyimlemiş olabilir.

Ön (2018)'e göre ebeveyn birliktelik durumuna göre algılanan ebeveyn tutumu anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu araştırmada ebeveynleri ayrı olan bireylerin algıladıkları baba duygusal sıcaklık puanlarının ebeveyni birlikte olan bireylere daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Ebeveynlerin ayrı olma durumunda her iki ebeveynin de çocukla ilişkilerini tekrar düzenlemesi gerekmektedir (Tezcan, 2017; Geniş, Toker ve şakiroğlu, 2019, s.191). TÜİK'e göre 2020 yılında çocukların velayetinin %75.8'i anneye, %24.2'si babaya verilmiştir. Ebeveynleri ayrı olan bireylerin babalarından annelerine göre daha fazla ayrı kaldıkları dolayısıyla babalarından uzaklaştıkları ve duygusal sıcaklık tutumlarını daha düşük düzeyde algıladıkları düşünölmektedir.

5. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın bulgularına dayanan sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuç

Araştırmanın temelini Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile Algıladıkları Ebeveyn Tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi oluşturmaktadır. Araştırma kapsamına genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının ve algılanan ebeveyn tutumlarının farklı demografik değişkenlere göre farklılaşma durumları da dahil edilmiştir. Aşağıda sonuçlar yer almaktadır.

- Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 8 ve Tablo 9).
- Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları cinsiyet değişkenine farklılık göstermektedir. Genç yetişkin erkeklerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları genç yetişkin kadınlara göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur (Bknz: Tablo 10).
- Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Eğitim düzeyi lise olan genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlarının diğer gruplara göre daha yüksek düzeyde olduğu bulgular arasındadır (Bknz: Tablo 11).
- Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının ilişki durumu değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur (Bknz: Tablo 12).
- Genç yetişkinlerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlarının anne baba birliktelik durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (Bknz: Tablo 13).

- Cinsiyet değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık tutumu, aşırı koruyuculuk tutumu ve reddedicilik tutumu olarak üç boyutta incelenmiştir. Algılanan anne ve baba duygusal sıcaklık boyutu cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemektedir (Bknz: Tablo 14). Algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk tutumu cinsiyete göre anlamlı fark göstermektedir. Kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde ebeveynlerini aşırı koruyucu olarak algıladıkları bulunmuştur (Bknz: Tablo 15). Algılanan baba reddedicilik tutumu cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemekte iken algılanan anne reddedicilik tutumunun cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde anne reddedici tutumlarının algıladıkları ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 16).
- Eğitim durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumları olarak üç farklı boyutta incelenmiştir. Algılanan baba duygusal sıcaklık boyutu eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermemektedir. Algılanan anne duygusal sıcaklık boyutunun eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır. Mezuniyeti lise, lisans ve lisansüstü olan bireylerin ilköğretim mezunu bireylere göre daha yüksek düzeyde anne duygusal sıcaklık tutumlarını algıladıkları bulunmuştur (Bknz: Tablo 17). Eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk tutum arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır (Bknz: Tablo 18). Eğitim durumu değişkenine göre algılanan anne ve baba reddedicilik tutumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (Bknz: Tablo 19).
- İlişki durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olarak üç farklı boyutta incelenmiştir. İlişki durumu değişkenine göre algılanan anne ve baba duygusal sıcaklık tutumu arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Bknz: Tablo 20). İlişki durumu değişkenine göre algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk tutumu arasında anlamlı bir fark olduğu görülmemektedir (Bknz: Tablo 21). İlişki durumu değişkenine göre algılanan anne ve baba reddedicilik tutumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (Bknz: Tablo 22).

- Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumları duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç farklı boyutta incelenmiştir. Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre algılanan baba duygusal sıcaklık arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Ebevenyleri birlikte olan bireyler ebeveynleri ayrı olan bireylere göre daha yüksek düzeyde baba duygusal sıcaklık tutumlarını algılamaktadır (Bknz: Tablo 23). Ebeveyn birliktelik durumuna göre algılanan anne ve baba aşırı koruyucu tutum arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır (Bknz: Tablo 24). Ebeveyn birliktelik durumuna göre algılanan anne ve baba reddedici tutum arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır (Bknz: Tablo 25).

5.2. neriler

Bu kısımda konu ile ilgili çalışma yapacak olan araştırmacılara, ebeveynlere ve genç yetişkinler ile çalışan psikolojik danışmanlara yönelik önerilere yer verilmiştir.

Araştırmacılara Yönelik neriler:

- Bu alışma bir tarama araştırmasıdır. Araştırma konusu deneysel bir araştırma ile yapılabilir. Araştırma kapsamında romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Yapılan deneysel bir araştırmada grup çalışmalarında katılımcılar kendilerini daha kolay ifade edebilir, kendilerini daha kolay açabilir bu noktada araştırma sonuçları farklılık gösterebilir.
- Araştırma kapsamında katılımcıların büyük çoğunluğu kadınlardan, niversite mezunlarından, ebeveynleri birlikte olan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın genellenebilirliği açısından kadın- erkek ve ebeveyni birlikte- ayrı olan bireylerin sayılarının birbirilerine yakın olması önerilmektedir. Eğitim düzeyi farklı olan katılımcılara ulaşılarak örneklem çeşitlendirilebilir.
- Araştırma sadece Ankara ili ile sınırlıdır. Benzer bir araştırma farklı kültürlerde farklı şehirlerde yapılabilir.
- Araştırma yaş, sosyoekonomik durum ve anne baba eğitim düzeyi gibi demografik değişkenler ile birlikte incelenebilir.

- Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve algılanan anne baba tutumları ile yapılan çalışmalara bağlanma stilleri ve benlik kavramı, problem çözme becerileri değişkenleri dahil edilebilir.

Ebeveynlere Yönelik Öneriler:

- Bu araştırma sonucu olarak bireylerin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ile ebeveyn tutumları arasında ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 8 ve Tablo 9). Fakat ilgili literatür incelendiğinde bireylerin akılcı olmayan düşüncelerinin oluşumunda anne baba etkisi açıkça görülmektedir. Anne babalar kendi akılcı olmayan düşüncelerini çocuklarına yansıtma konusunda farkındalık geliştirmeli, çocuk sahibi olmadan önce kendi farkındalık ve iyilik hallerini arttırmak adına bireysel psikolojik danışmanlık hizmetlerinden faydalanabilir ya da yaşantı gruplarına katılabilirler.
- Araştırma sonucunda anne babaların birliktelik durumlarına göre bireylerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançları etkilenmemektedir (Bknz: Tablo 13). Byron Norton'a göre çocuğun üçüncü ebeveyni anne baba arasındaki ilişkidir. Mutlu çocuklar ve sağlıklı yetişkinlerin varlığını ebeveynler arasındaki güçlü ilişkiye bağlıdır. Anne babalar ayrı olsalar bile güçlü bir iletişim içinde kalmalı gerektiği durumlarda mutlaka psikolojik danışma hizmetlerinden faydalanmalıdır.
- Araştırma sonucunda, kadınların erkeklere göre daha fazla anne ve babalarının aşırı koruyucu tutumlarını deneyimledikleri ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 15). Türk kültürü kız çocuğuna karşı aşırı korumacı ebeveynlik tutumunu desteklemektedir. Ebeveynler aşırı korumacı tutumu iyi ebeveynlik olarak algılamaktadır (Sertöz, 2018, s.28). Bu noktada ebeveynler etkili anne baba tutumları hakkında olan seminerlere, söyleşilere katılım gösterebilir, konu ile ilgili yazılı kaynaklara ulaşabilirler.
- Araştırma sonucunda, genç yetişkinlerin eğitim durumlarının yükseldikçe algıladıkları anne duygusal sıcaklık puanlarının da arttığı görülmüştür (Bknz: Tablo 17). Çocukların ve ebeveynlerinin eğitim durumu yükseldikçe aralarındaki ilişkinin niteliği artmaktadır. Bu nedenle ebeveynler hem kendi hem de çocuklarının eğitimlerine gereken önem ve desteği vermelidir.
- Araştırma sonucunda, ebeveyni birlikte olan bireylerin ebeveynleri ayrı olan bireylere göre daha fazla baba duygusal sıcaklık tutumlarını deneyimledikleri

ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 23). Bu noktada ayrılma durumlarında babanın çocukla olan ilişkisini iyileştirmesi, güçlendirmesi oldukça önemlidir. Babalar çocuklarının fiziksel ihtiyaçlarını karşılarken fiziksel ihtiyaçları kadar önem taşıyan çocukların duygusal ihtiyaçlarını da göz önünde bulundurmalı, çocukları ile birlikte geçirdikleri kalite vakitler rutin haline getirilmelidir. Bu konuda ne yapacağı konusunda soru işaretleri olan babalar psikolojik danışma hizmetlerinden faydalanabilir.

Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler;

- Araştırma sonucunda genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde akılcı olmayan inançları ile algıladıkları ebeveyn tutumları arasında ilişki bulunamamıştır (Bknz: Tablo 8 ve Tablo 9) Fakat bireysel psikolojik danışma ya da grupla psikolojik danışma oturumlarında bireylerin sahip olduğu akılcı olmayan düşüncelerin kaynağında net bir şekilde ebeveyn tutumlarının etkisi görülebilmektedir. Bu nedenle psikolojik danışma oturumlarında ebeveyn, ebeveyn tutumları etkisi göz önünde bulundurulmalı, gerekli durumlarda ebeveynler çalışmalara dahil edilmelidir.
- Araştırma sonucunda, genç yetişkin erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde romantik ilişkilerinde akılcı olmayan inançlara sahip olduğu ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 10). Erkeklerin romantik ilişkilerinde akılcı olmayan inançlara kadınlara oranla daha fazla sahip olmasının altında erkeklerin ilişkileri hakkında konuşmaya, kendini açmaya ve fikir almaya kadınlara göre kapalı olması görülebilir. Erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde sahip olduğu romantik ilişkide akılcı olmayan inançları toplumsal cinsiyet rollerinden de etkilenebilir. Psikolojik danışmanlar, erkekler ile birlikte erkeklere dayatılan toplumsal cinsiyet rolleri, iletişim becerileri konulu psikolojik danışma grupları oluşturabilir. İletişim becerileri, toplumsal cinsiyet rolleri konulu seminerler düzenleyebilir. Bu konuda araştırmalarını arttırabilirler.
- Araştırma sonucunda, genç yetişkinlerin eğitim düzeylerini arttıkça ilişkilerinde akılcı olmayan inançları azalmaktadır (Bknz: Tablo 11). İlişkilerinin niteliği ve bireylerin iyilik halleri göz önünde bulundurulduğunda romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar oldukça önemli bir yere sahiptir. Bu noktada özellikle dezavantajlı gruplar ile çalışan psikolojik danışmanlar

eğitimin etkisini göz önünde bulundurmalıdır. Okul psikolojik danışmanlarına burada önemli görevler düşmektedir. Önleyici rehberlik hizmetlerinde eğitimin devamı ve sürekliliği desteklenmeli, bu konuda verilen seminerlerin yanında projeler hazırlanabilir.

- Araştırma sonucunda, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ilişki durumu değişkenine göre değişmediği sonucuna ulaşılmıştır (Bknz: Tablo 12). Fakat psikolojik danışmanlar, bireyin romantik ilişkiye yönelik oluşturduğu akılcı olmayan inançların bir önceki ilişkisinden kaynaklanıyor olduğunu ya da bireyin hiç ilişki yaşamama durumunun romantik ilişkilere yönelik oluşturduğu akılcı olmayan inançlar kaynaklı olabileceğini göz önünde bulundurmalıdır.
- Araştırma sonucunda, genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarının anne baba birliktelik durumuna göre değişmediği görülmüştür (Bknz: Tablo 13). Psikolojik danışmanlar anne baba ayrılığının bireylerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarda etki sahibi olmadığı konusunda farkındalık geliştirmeli, anne baba ayrılığının bireyde yarattığı etkiler tekrar değerlendirilmelidir.
- Araştırma sonucunda, kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde her iki ebeveyninin aşırı korumacı tutumunu deneyimledikleri görülmüştür (Bknz: Tablo 15). Psikolojik danışmanlar kadın danışanlarının maruz kalmış olabileceği aşırı koruyucu tutumu ve etkilerini göz önünde bulundurmalıdır. Bu konuda okulda çalışan psikolojik danışmanlar ailelere anne baba tutumları ve yetişkin hayatlarına yansımaları konusunda seminerler verebilir.
- Araştırma sonucunda, eğitim düzeyi yükseldikçe bireyin anne duygusal sıcaklık tutumu deneyimleri artmaktadır (Bknz: Tablo 17). Psikolojik danışmanlar, özellikle okul psikolojik danışmanları eğitimin devamlılığı konusunda dezavantajlı bölgelerde projeler üretebilir. Bölge halkı eğitimin devamlılığı konusunda psikolojik danışmanlar tarafından bilinçlendirilebilir. Anne ve babalara bu konuda aile rehberliği verilebilir.
- Araştırma sonucunda, ebeveyni birlikte olan bireylerin ebeveyni ayrı olan bireylere göre baba duygusal sıcaklık tutumlarını daha yüksek düzeyde algıladıkları ortaya çıkmıştır (Bknz: Tablo 23). Psikolojik danışmanlar boşanma yaşayan danışanlarında bu bilgiyi göz önünde bulundurmalıdır. Baba-çocuk ilişkisinin önemine dair çalışmalar arttırılmalıdır. Okullarda çalışan psikolojik danışmanlar ayrı olan ebeveynlerde sadece anne ile iletişime geçen

okul idarecileri ve öğretmenleri bu konuda bilgilendirmelidir. Babaların çocuklarının büyüme sürecine destek olmaları, bu süreçte aktif rol almaları desteklenmelidir. Okullarda anne baba tutumları ve anne baba çocuk iletişimi konulu seminerler düzenlenebilir. Bu konu ile alakalı yaşantı grupları oluşturulabilir. Ayrıca psikolojik danışmanlar ayrı olan babalar ile birlikte grup rehberliği süreci başlatabilir.



KAYNAKÇA

- Acker, M., & Davis, M. H. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. *Journal of social and personal Relationships*, 9(1), 21-50.
- Agir, M.S. ve Yavuzer, H. (2018). Bilissel Carpitma Olceginin Turkce Formunun Gecerlilik ve Guvenirlik Calismasi. *Akdeniz Egitim Arastirmalari Dergisi*, 12(26), 175-198.
- Akarsu, B. ve Akarsu, B. (2019). Bilimsel araştırma tasarımı-Nicel, nitel ve karma araştırma yaklaşımları. İstanbul: Cinius Yayınları.
- Akbaba, P. T. (2018). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Akbaş, B. Ç. (2018). *Genç yetişkinlerde bağlanma stillerinin psikososyal olgunluğu yordayıcılığı üzerinde anne-baba tutumlarının aracı etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Akça, Z. K. (2012). Genç Yetişkinlikte Algılanan Anne-Baba Tutumlarının, Kendini Toparlama Gücü ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akın, A. (2009). *Akılcı duygusal davranışçı terapi odaklı grupla psikolojik danışmanın psikolojik iyi olma ve öz-duyarlılık üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Akkaya, G. (2021). *An exploration of alexithymia in adulthood: The predictive power of perceived parenting attitudes and cognitive flexibility / Yetişkinlerde aleksitiminin incelenmesi: Algılanan ebeveyn tutumları ve bilişsel esnekliğin yordama gücü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aksoy, A. B. ve Kılıç, K. M. (2019). Tutuklu/hükümlülerin ebeveynlik tutumları ile kendi ebeveynlerinden algıladıkları ebeveynlik tutumları arasındaki ilişki. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(3), 672-685.
- Aktu, Y. (2016). Levinson'un kuramında ilk yetişkinlik döneminin yaşam yapısı. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 8(2), 162-177.
- Aksoy, A. N., & Koçtürk, M. (2019). Ebeveyn tutumlarını algılama ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(4), 63-70.
- Altınok, A. ve Hamamcı, Z. (2018) Anne baba çatışması ile genç yetişkinlerin romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi, *Çocuk ve Ruh Sağlığı Dergisi*, 25 (1), 17-28.

- Altıntaş, T. (2019). *Algılanan ebeveyn tutumlarının koşullu öz-değerde ve depresyondaki yeri*. İstanbul: Hiper Yayın.
- Amato, P. R. (1988). Parental divorce and attitudes toward marriage and family life. *Journal of Marriage and Family*, 50 (2), 453-461.
- Anlı, İ., & Karşı, T. A. (2010). Perceived parenting style, depression and anxiety levels in a Turkish late-adolescent population. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 724-727.
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of adult development*, 8(2), 133-143.
- Arnett, JJ. (2000). Emerging adulthood: A theory of Development From The Late Teens Through The Twenties. *I Am Psychologist*, 55:469- 480.
- Atak H. ve Çok F. (2010). İnsan Yaşamında Yeni Bir Dönem: Beliren Yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik. Ruh Sağlığı Dergisi* : 17:1:39-50.
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546.
- Atak, H., Tatlı, C. E., Çokamay, G., Büyükpabuşcu, H., & Çok, F. (2016). Yetişkinliğe geçiş: Türkiye’de demografik ölçütler bağlamında kuramsal bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 204-227.
- Atalay, D., ve Özyürek, A. Ergenlerde Duygu Düzenleme Stratejileri ve Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(230), 815-834.
- Avşar, V. (2019). *Bilişsel davranışçı terapiye dayalı bireysel psikolojik danışmanın sosyal kaygı, özyeterlik ve psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydemir, E. (2020). *Geç ergenlik döneminde psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve öz yeterlik*. İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydoğdu, F ve Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Bacanlı, H., & Terzi, Ş. (2016). *Yetişkinlik ve yaşlılık gelişimi ve psikolojisi*. İstanbul: Açılım Kitabevi.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Baker, C. N. ve Hoerger, M. (2012). Parental child-rearing strategies influence self-regulation, socio-emotional adjustment, and psychopathology in early adulthood: Evidence from a retrospective cohort study. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 800–805.

- Başbuğ, S., Cesur, G. ve Batıgün, D.A., (2016). Algılanan ebeveynlik biçimi ve yetişkin ayrılma anksiyetesi kişilerarası bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27, 1-13.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1), 1–103.
- Beck, J. S., & Fleming, S. (2021). A Brief History of Aaron T. Beck, MD, and Cognitive Behavior Therapy. *Clinical Psychology in Europe*, 3(2), 1-7.
- Betts, L. R., Trueman, M., Chiverton, L., Stanbridge, A. ve Stephens, J. (2013). Parental rearing style as a predictor of attachment and psychosocial adjustment during young adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(6), 675–693.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Boyacı, M., İlhan, T. (2016). Bilişsel davranışçı terapi yaklaşımının film analizi yöntemiyle incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 734- 746.
- Burns, D. (2015). *İyi Hissetmek Yeni Duygu Durum Tedavisi*, A. Karaosmanoğlu (Çev.) İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Cankardaş, S. (2019). Kadın ve Erkeklerde Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Belirlenmesinde Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Benlik Saygısının Rol, *Psikoloji Çalışmaları/Studies in Psychology*, Cilt:39, Sayı:1, ss.79-97.
- Caserta, D. A., Dowd, E. T., David, D., ve Ellis, A. (2010). Rational and irrational beliefs in primary prevention and mental health. *Rational and Irrational Beliefs*, 173.
- Clark, L. (2010). *SOS Duygulara Yardım*. G. Yazgan (Çev.) İstanbul: Evrim Yayınları.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. T. Ergene (Çev.) Ankara: Mentis.
- Cui, M., Fincham, F. D. ve Pasley, B. K. (2008). Young Adult Romantic Relationships: The Role of Parents' Marital Problems and Relationship Efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(9), 1226–1235.
- Cüceloğlu, D. (2014). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakmak,Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması (Diyarbakır ili örneği)*. Doktora Tezi. İnönü Üniversitesi, Malatya.

- Çalışkan Sarı, A. ve Şahin Acar, B. (2018). Annenin Ebeveyn Tutumlarının ve Çocuğun Annesinin Tutumlarıyla İlgili Algısının Çocuğun Duygu Tanıma Becerilerindeki Rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 6(12), 27-50.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Çelik, E. ve Öziş, G. (2016). Ebeveyn İlişki Tutumu Algısı Ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education-CIJE*, 5(2), 50-64.
- Çoban, A. E. ve Karaman, N. G. (2013). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-88.
- Çok, F. (1994). Gelişim psikolojisi: Ergenlik ve yetişkinlik. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 27(2), 905-935.
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M., ve Elder Jr, G. H. (2000). Competence in early adult romantic relationships: a developmental perspective on family influences. *Journal of personality and social psychology*, 79(2), 224.
- Darling, N. (1999). Parenting style and its correlates. Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education. *Eric Digest*, EDO-PS-99-3.
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 9, 57-277.
- Demiralp, M., & Oflaz, F. (2007). Bilişsel davranışçı terapi teknikleri ve psikiyatri hemşireliği. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 8, 132-139.
- Demirsu, Ö. (2018). Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın ve kaygı duyarlılığının aracı rolleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi. İstanbul.
- Deveci Şirin, H. ve Soyer, M. (2018). Yetişkin bağlanma örüntüleri ve güncel romantik ilişki durumunun romantik inançları yordayıcılığı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8 (49), 117-136.
- Diana Baumrind (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Dirik, G., Yorulmaz, O., & Karancı, A.N. (2015). Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Çocuk Formu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26 (2), 123-130.
- Doğan, S. (1995). Akılcı-Duygusal Terapi:Kuramsal Bir İnceleme . *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* , 2(6) , 29-36

- Doğan, T. (2012). Sağlıklı duygusal ilişkiler geliştirmede psikodramanın rolü: Bir olgu sunumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 49-60.
- Duran, Ş., ve Hamamcı, Z. (2010). Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve çatışma iletişim tarzları üzerine etkisinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23(23), 87-100.
- Edmussen, L. M. (2005). Marriage myths and dysfunctional relationship beliefs among undergraduates (Master's Thesis). University of Tennessee, Knoxville.
- Eidelson, R. J., ve Epstein, N. (1982). Cognition and relationships maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationships beliefs. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Elkind, D. (1970). Erik Erikson's eight ages of man. *New York Times Magazine*, 5, 25-27.
- Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational Emotive Therapy*, 4(1), 4-21.
- Erdoğan, Ö. ve Uçukoğlu, H. 2011. İlköğretim okulu öğrencilerinin anne baba tutumu algıları ile atılganlık ve olumsuz değerlendirilmekten korkma düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 51-72.
- Eroğlu, M., & Gündoğdu, H. Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilgilerde Yeni Yaklaşımlar Dergisi*, 5(1), 278-293.
- Eryılmaz A, Ercan L (2010) Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma: yakınlığa karşı yalıtılmışlık mı?. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (34):119-127.
- Eryılmaz, A. (2011). Yaşam boyu gelişim yaklaşımı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 49-66.
- Fromm, E. (1995). *Sevme sanatı*. (Çev. Yurdanur SALMAN). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Geçtan, E. (1974). *Çağdaş İnsanda Normal Dışı Davranışlar*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları.
- Geçtan, E. (2016). *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (2017). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geniş, M., Toker, B. ve Şakiroğlu, M. (2019). Boşanmanın çocuklara etkisi, çocuğa söylenmesi ve ebeveyn yabancılaşması: Derleme çalışması. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(3), 190-199.
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPPS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.

- Gizir, C. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 37-45.
- Gizir, C. A. (2013). Üniversite öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 372-383.
- Gökmenoğlu, E. (2011). *Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gönül, E. (2008). *Kimlik statülerinin 22-30 yaşlar arasındaki genç yetişkinlerin yaşadığı kaygı düzeyi ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Grieger, R. M. & Boyd, J. D. (2006). *Childhood anxieties, fears, and phobias: a cognitive behavioral, psychosituational approach*. In A. Ellis & M. E. Bernard (Eds.), *Rational emotive behavioral approaches to childhood disorders: Theory, practice and research* (pp. 232-256). USA: Springer.
- Gündoğdu, R., Yavuzer, Y., & Karatas, Z. (2018). Irrational Beliefs in Romantic Relationships as the Predictor of Aggression in Emerging Adulthood. *Journal of Education and Training Studies*, 6(3), 108-115.
- Hale, R. (2008). *Baumrind's Parenting Styles and Their Relationship to The Parent Developmental Theory*, Unpublished Doctoral Dissertation, Pace University, New York.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*. 33 (4), 313- 328.
- Hamamcı, Z. ve Büyüköztürk, Ş. (2003). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ölçeği, ölçeğin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(25), 107-111.
- Hamarta, E., Arslan, C., Saygin, Y. ve Özyeşil, Z. (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 25-42.
- Hatfield, E., ve Sprecher, S. (1998). The passionate love scale. *Handbook of sexuality-related measures*, 449-451.
- Havighurst, R. J. (1980). Social and developmental psychology: Trends influencing the future of counseling. *The Personnel and Guidance Journal*, 58(5), 328-333.
- Hiçdurmaz, D. ve Öz, F. (2011). Benliğin bilişsel yaklaşımla güçlendirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 18(2) 68-67.
- İmamoğlu, S. (2018) *Genç Yetişkinlikte Kişilerarası İlişkilerin Cinsiyet, Cinsiyet Roller ve Yalnızlık Algısı Açısından İncelenmesi*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Jourard, S. M. ve Remy, R. M. (1955). Perceived parental attitudes, the self, and security. *Journal of Consulting Psychology*, 19(5), 364-366.

- Kağan, M. (2010). *Akılcı Duygusal Davranışsal Yaklaşım Dayalı Akademik Erteleme Davranışını Önleme Programının Etkililiğinin Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kaplan, D. (2021). *Algılanan ebeveyn tutumları ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide öz duyarlılık, ilişkilere dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Karabacak, A. ve Çiftçi, M. (2015). Üniversite öğrencilerinin evliliğe ilişkin tutumları ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 36(2), 25-43.
- Karabulut Demir, E. (2007) *Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Kaya, M. (1997). Ailede anne-baba tutumlarının çocuğun kişilik ve benlik gelişimindeki rolü. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9, 193–204.
- Kılıç, A. (2020). *Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıkları, sosyal medya kullanım amaçları ve romantik ilişki deneyimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kılıç, D ve Tunç, E. (2019). Genç yetişkinlerde akılcı olmayan inanç ile öz-anlayış arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16 (Eğitim ve Toplum Özel sayısı), 6244-6270.
- Kılıç, M. (2016). *Gerçek Yaşam Tadında: Gelişim Dönemleri Çocukluk ve Okul 1*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kılıç, M. (2017). *Gerçek Yaşam Tadında: Gelişim Dönemleri Yetişkinlik ve Yaşlılık 3*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kılıçarslan, İ. (2021) *Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkide Akılcı Olmayan İnançları, Strestle Başa Çıkma Tarzları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kılınçer, A. S. & Tuzgöl Dost, M. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 160-172.
- Kızıl, Z., & Nazlı, S. (2018). Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Başkent University Journal of Education*, 5(2), 198-211.
- Kuzgun, Y. ve Eldeleklioğlu, J. (1999). Ana baba tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 63-68.
- Kuzucu, Y., Tunçer, İ. ve Aksu, Ş. (2015). İlişkilerde bilişsel çarpıtmalar ve öz-kontrol ilişkisinde sürekli öfkenin aracılık rolü. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 48–56.

- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin Üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Küçükarslan, M. ve Gizir, C. A. (2013). Romantik İnançlar Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 461-469.
- Küçükarslan, M., & Gizir, C. A. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 148-159.
- Majeed, A., Ijaz, T., & Naz, M. A. (2020). Mental Health of University Students: The Mediating Role of Critical Parenting and Irrational Romantic Beliefs. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(2), 40-49.
- Mehrinejad, S. A., Rajabimoghadam, S., & Tarsafi, M. (2015). The relationship between parenting styles and creativity and the predictability of creativity by parenting styles. *Procedia-social And behavioral sciences*, 205, 56-60.
- Metts, S. ve Cupach, W.R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17 (1), 170-185.
- Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial Intimacy and Identity: From Early Adolescence to Emerging Adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 20(3), 346-374.
- Murat, D. (2019). *Çiftler arasındaki evlilik uyumunun evli kalma sürelerine balı olarak beden algısı, kıskançlık düzeyleri ve akılcı olmayan inançları ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Nazlı, S. (2016). *Aile Danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Oktay, S. (2019). *Akılcı Zekanın Kişilik Özelliklerini Yordama Gücü*. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Ondaş, B. (2007). *Üniversite öğrencilerinin evlilik ve eş seçimi ile ilgili görüşlerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Onur, B. (2004). *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*. Ankara: İmge Yayınevi.
- Öcal Yuceol SE. (2016). *Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar ile ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özcan, Ö. ve Çelik, G. G. (2017). Bilişsel Davranışçı Terapi. *Türkiye Klinikleri*, 3(2).
- Özdel, K. (2015). Düünden Bugüne Bilişsel Davranışçı Terapiler: Teori ve Uygulama. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 10-20.

- Öztekin, C. (2016). Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerinde Bağlılık Kavramının Önemi ve Bağlılığın Olası Yordayıcıları. *Elementary Education Online*, 15(3), 1066-1075.
- Parlak, S. ve Şahin Sarkın, B. (2021). Öğretmen Adaylarının Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Yakın İlişki Yaşantıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 14(1), 64-78.
- Perris, C., Jacobsson, L., Linndström, H., Knorrning, L. ve Perris, H. (1980). Development of a new inventory for assessing memories of parental rearing behaviour. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 61(4), 265–274.
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2005). Parental acceptance-rejection: Theory, methods, cross-cultural evidence, and implications. *Ethos*, 33(3), 299-334.
- Romans, J. S. ve DeBord, J. (1995). Development of the Relationship Beliefs Questionnaire. *Psychological Reports*, 76, 1248-1251.
- Sağlam, E. (2014). *Yetiştirme yurdunda büyüyen genç yetişkinlerin bazı psikolojik özelliklerinin ailesi yanında büyüyen bireylerle karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Sahan, B., & Kahtali, B. D. (2021). The Role of Parental Attitudes, Irrational Beliefs, Need for Social Approval and Self-Esteem in Speech Anxiety. *Online Submission*, 6(1), 96-115.
- Saraç, A., Hamamcı, Z., & Güçray, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması . *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69-81.
- Sardogan, M. E. (2014). Perceived influence of parenting styles over irrational belief in romantic relations. *Educational Research and Reviews*, 9(20), 913-919.
- Sarı, T & Owen, F. K. (2016). Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançların ve Bağlanma Boyutlarının İlişki Doyumu Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 204-216.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Savur, R. (2017). *Genç Yetişkinlik Döneminde (25-35 yaş) Duygusal Zekanın Karar Verme Stratejileri Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Sertöz, D. (2018). *Reddedilme duyarlılığının ebeveyn tutumları ve sosyometrik statü bakımından incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Sprecher, S., Cate, R., ve Levin, L. (1998). Parental divorce and young adults' beliefs about love. *Journal of Divorce & Remarriage*, 28(3-4), 107-120.

- Sprecher, S. ve Metts, S. (1999). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 834– 851.
- 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.
- Stephens, M. A. (2009). *Gender Differences in Parenting Styles and Effects on the Parent-Child Relationship*. Honor Thesis. Texas State University-San Marcos, USA.
- Sullivan, B. F. ve Schwebel, A. I. (1995). Relationship Beliefs and Expectations of Satisfaction in Marital Relationships: Implications for Family Practitioners. *The Family Journal*, 3(4), 298–305.
- Sumbas, E., ve Durmuş, E. (2018). Romantik yakınlığı başlatmanın yordayıcısı olarak cinsiyet ve romantik ilişki inançları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(55), 714-720.
- Süler, M. (2018). Çocuk ve ergenlerde bilişsel davranışçı terapi uygulamaları: Bir gözden geçirme. *Çocuk ve Medeniyet Dergisi*, 2(3), 20-42.
- Sümer, N. Aktürk, G.E. ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye'de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (25): 42- 61.
- Şahan Yılmaz, B. ve Duy, B. (2013). Psiko-eğitim uygulamasının kız öğrencilerin benlik saygısı ve akılcı olmayan inançları üzerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 68-81.
- Şahin, S. K. ve Yerlikaya, İ. Yakın İlişkilerde Kıskançlık: Akılcı Olmayan İnançlar ve Sosyal Yetkinlik Beklentisi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(2), 194-204.
- Şen, S. (2015). *Erik Erikson'un Birey ve Din Anlayışı*. Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Şirin Deveci, H. ve Bayrakçı, E. (2020). Romantik İlişki Geliştirme Programı'nın (RİGP) Romantik İlişki Doyumu ve Romantik İnanç Düzeyine Etkisinin İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 145-165.
- Şirin, S. (2019). *Yetişin Çocuklar*. İstanbul: Doğan Kitap.
- Tonga, Z. ve Voltan Acar, N. (2017) 'Titanik' Filminin Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Açısından Değerlendirilmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 4(12), 1069-1080.
- Tosun, C. ve Yazıcı, H. (2021). Algılanan Ebeveyn İlişki Tutumları ile Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların evlilik rol beklentileri üzerindeki etkisi: geleneksel mi, eşitlikçi mi?. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(1), 173-188.

- Turan, A. F. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Turan, R. (2018). *Üniversite öğrencilerinde gönül ilişkisinde şiddete yönelik tutumlar ile toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma boyutları, benlik saygısı ve sosyal onay arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2020). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri 2020. Türkiye İstatistik Kurumu. 4.01.2022 Tarihinde tik.gov.tr adresinden ulaşılmıştır.
- Türkçapar M. H. (2021) *Bilişsel Terapi: Temel İlkeler ve Uygulama*. İstanbul:Epsilon Yayınları.
- Türkçapar, M. H. (2019). *Fark Et, Düşün, Hisset, Yaşa*. İstanbul: Epsilon Yayınları.
- Türkdoğan, T. (2017). Üniversite öğrencilerinin çocukluklarına dönük olarak algıladıkları ebeveyn kabul-reddi ile yetişkinlikteki psikolojik uyumları arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 135-154.
- Uçar, İ. (2019). *Yetişkinlerde bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile belirsizliğe tahammülsüzlük ve çocukluk çağı ebeveyn tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uludağlı, N. P. (2017). Psikolojik sağlık açısından yetişkin olma. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3), 263-283.
- Utkan, H. B. (2016). *Üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlık ile romantik ilişki inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Ün, M. D. (2018). *Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerde Sınav Kaygısı, Mükemmelliyeçilik ve Anne Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Varırcı, Ş. E. (2019). *Yetişkin Psikolojik Sağlamlığı Üzerine Bir İnceleme: Algılanan Ebeveyn Tutumu, Kontrol Odağı, Algılanan Sosyal Destek ve Stresle Başa Çıkma Stilleri*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İbni Haldun Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Whisman, M. A., & Friedman, M. A. (1998). Interpersonal problem behaviors associated with dysfunctional attitudes. *Cognitive Therapy and Research*, 22, 149 –160.
- Yaman, B. (2018). Ebeveyn tutumlarının çocukların mizaç özellikleri ve duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yavuzer, H. (1982). *Çocuk Psikolojisi I Duygusal ve Toplumsal Gelişim*. İstanbul. İstanbul: Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.

- Yavuzer, H. (2018). *Ana-Baba ve Çocuk*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldız, Y. (2020). ‘Amerikan Güzeli’ Filminin Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi ve Bilişsel Terapi’nin Bazı Kavram ve Görüşleri Açısından İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 219-232.
- Yılmaz, A. (2000). *Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne-baba tutumu ile çocukların, ergenlerin, gençlerin akademik başarıları ve benlik algıları arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, B. (2018). *Kadınların evlilikteki sorunlarla başa çıkma yöntemleri ile algıladıkları anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, O. ve Devezer, C. (2019). Bilişsel Davranışçı Grupla Psikolojik Danışmanın Otomatik Düşünceler ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlara Etkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 13-31.
- Yüksel, R. (2012). Genç yetişkinlerde yaşamın anlamı. *Sakarya University Journal of Education*, 2(2), 69-83.

EKLER

EK- 1. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği Kullanım İzni



Değerli hocam,
Ben Türkan Merve Ceylan Ufuk Üniversitesi PDR bölümü
yüksek lisans öğrencisiyim. Tez konumda belirlediğim
değişkenlerden romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan
inançlar kavramını çalışmak için tarafınızca uyarlanan
ölçeği kullanmak istiyorum.
İlginize teşekkür ederim.



Ekte göndermekteyim. Başarılar dilerim.

EK-2. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Kullanım İzni



Değerli Hocam ,
Ben Türkan Merve Ceylan Ufuk Üniversitesi PDR bölümü
yüksek lisans öğrencisiyim. Tez konumda belirlediğim
değişkenlerden algılanan ebeveyn tutumları kavramını
çalışmak için tarafınızca uyarlanan ölçeği kullanmak
istiyorum.
İlginize teşekkür ederim.



Sayın Ceylan,
ilgili ölçeği bilimsel amaçlarla ve kaynak göstererek
kullanmanızda bir
sakınca yoktur.
İyi çalışmalar

EK-3. Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Birlikte olduğum kişi benimkilerden farklı düşünceler taşır ve bunu rahatlıkla ifade ederse bu hoşuma gider.	1	2	3	4	5
2. Birlikte olduğum kişi benimle herhangi bir konuda zıt fikirlerini tartışırsa buna dayanamam.	1	2	3	4	5
3. Ben ve birlikte olduğum kişi farklı düşünüyorsak, ilişkimizin iyi gitmediğini ve bitebileceğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
4. Olaylar hakkında aynı şekilde düşünmüyorsak bu ilişkinin yürütülmesi anlamsızdır.	1	2	3	4	5
5. Birlikte olduğum kişinin benim bütün duygularımı anlamasını beklerim	1	2	3	4	5

EK-4 Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği Çocuk Formu

1. Anne ve babam, nedenini söylemeden bana kızarlardı ya da ters davranırlardı.

Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman	
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

2. Anne ve babam beni överlerdi.

Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman	
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

3. Anne ve babamın yaptıklarım konusunda daha az endişeli olmasını isterdim.

Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman	
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

4. Anne ve babam, bana hak ettiğimden daha çok fiziksel ceza verirlerdi.

Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman	
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

5. Eve geldiğimde, anne ve babama ne yaptığımın hesabını vermek zorundaydım.

Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman	
Baba	1	2	3	4
Anne	1	2	3	4

EK-5. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma Ufuk Üniversite Eğitim Fakültesi Prof. Dr. Mustafa KILIÇ danışmanlığında Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ana bilim dalı yüksek lisans öğrencisi Türkan Merve CEYLAN tarafından gerçekleştirilmektedir. Çalışmaya katılımda gönüllülük esas alınacaktır. Cevaplarınız sadece araştırmanın amacına uygun olarak bilimsel açıdan kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Bu çalışmaya katılmayı kabul edebilir, reddedebilirsiniz ayrıca çalışmanın herhangi bir yerinde onayınızı çekme hakkına da sahipsiniz. Ancak formları sonuna kadar ve eksiksiz doldurmanız, bu araştırmanın geçerli olabilmesi için önem taşımaktadır.

1) CİNSİYET

Kadın () Erkek ()

2) EĞİTİM DURUMU

İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Yüksek lisans/ Doktora ()

3) İLİŞKİ DURUMU

İlişkisi var () İlişkisi yok ()

4) EBEVEYN BİRLİKTELİK DURUMU

Birlikte () Ayrı ()

EK-6. Etik Kurul İzni



T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu
Başkanlığı

10.11.2021

Konu : Türkan Merve CEYLAN (Etik Kurul Onayı)

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğünün 01.11.2021 tarihli ve E-96064710-5014.10-19058 sayılı yazısı.

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi **Türkan Merve CEYLAN**'ın, **Prof. Dr. Mustafa KILIÇ**'ın tez danışmanlığında devam ettirdiği "**Genç Yetişkinlerin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları ile Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının İncelenmesi**" başlıklı tez çalışması, Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulumuzun 05.11.2021 tarih ve 2021/08 sayılı toplantısında Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi çerçevesinde değerlendirilmiş olup, etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla arz/rica ederim.

Prof. Dr. Mustafa KILIÇ
Kurul Başkanı

DAĞITIM:

Gereği:
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne

Bilgi:
Rektörlük Makamına

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Türkan Merve CEYLAN

Eğitim Durumu

Lisans: Başkent Üniversitesi – Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Yüksek Lisans: Ufuk Üniversitesi – Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Mesleki Deneyim

Sınav Eğitim Kurumları / Psikolojik Danışman

Beştepe Koleji / Psikolojik Danışman

Tarih: 18.02.2022